

ओरल(मुँह से लिए जाने वाले) दर्दनाशक

प्रस्तावना

ओरल दर्दनाशक, जिन्हें दर्द-निवारक के रूप में भी जाना जाता है, का आम तौर पर सिरदर्द, मासिक धर्म के दर्द, दांत के दर्द, कमर में दर्द और गठिया जैसे दर्द से राहत पाने के लिए उपयोग किया जाता है।

दर्द की प्रकृति को तीव्र या पुराने के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है। पुराने दर्द को आमतौर पर कुछ महीनों से ज्यादा समय तक रहने वाला माना जाता है और मूल घाव ठीक होने के बाद भी यह बना रह सकता है। कमर दर्द और गठिया का दर्द पुराने दर्द के उदाहरण हैं। पुराना दर्द दैनिक जीवन, जैसे: गतिविधियों के स्तर, भावनाओं, नींद, भूख, याद और यहाँ तक कि परिवार और दोस्तों के साथ संबंधों, को प्रभावित कर सकता है। इसलिए, शुरूआत में ही दर्द से छुटकारा पाना लाभदायक हो सकता है।

कुछ दर्द-निवारक दर्द की संवेदनशीलता को अवरुद्ध करने या कम करने के लिए शरीर के परिधीय और केंद्रीय तंत्रिका तंत्र पर काम करते हैं। दूसरे दर्दनिवारक शरीर में कुछ रसायनों के निर्माण को रोककर कार्य करते हैं जिससे दर्द शांत हो जाता है। ये विभिन्न ओरल रूपों में उपलब्ध हैं जैसे कि गोलियाँ, कैप्सूल, सिरप, सस्पेंशन और पाउडर।

ओरल दर्द-निवारकों का वर्गीकरण

सामान्य रूप से मुँह से लिए जाने वाले दर्द-निवारक दो तरह के हैं: गैर-नशीले और नशीले दर्द-निवारक।

गैर-नशीले दर्द-निवारक

गैर नशीले दर्द-निवारकों में पैरासिटामोल और गैर-स्टेरोयड सूजन-रोधक दवाएं (NSAIDs) शामिल हैं। पैरासिटामोल काउंटर पर मिलने वाली एक दवा है, जबकि ज्यादातर NSAIDs डॉक्टर के पर्चे से मिलने वाली दवाएं हैं और डॉक्टर के निर्देश और अनुशंसा के अनुसार कड़ाई से ही उपयोग की जानी चाहिए। गैर नशीले दर्दनाशक हल्के से मध्यम दर्द का इलाज करने के लिए पहली पसंद के दर्दनिवारक हैं और मध्यम से गंभीर दर्द में भी नशीले-पदार्थ के संयोजन में उपयोग किये जाते हैं।

पैरासिटामोल से केवल दर्द से राहत मिलती है और NSAIDs के विपरीत, इसमें कोई भी सूजन-रोधक क्रियाएँ नहीं होती हैं। यह प्रोस्टाग्लैंडिन्स नामक रसायनों के उत्पादन को अवरुद्ध करके कार्य करता है जिससे शरीर को दर्द या चोट के बारे में कम अनुभूति होती है। पैरासिटामोल के अपेक्षाकृत कम दुष्प्रभाव होते हैं और पेट में जलन भी कम होती है। हालांकि, अधिक मात्रा लेने से लीवर को नुकसान हो सकता है।

NSAIDs को और आगे वर्गीकृत किया जा सकता है: (i) गैर-चयनित NSAIDs और (ii) साइक्लोऑक्सीजिनेज-2 (COX-2) अवरोधक। गैर-चयनित NSAIDs, जैसे इबुप्रोफेन, मेफेनैमिक एसिड और डाइक्लोफेनाक, जठर संबंधी (GI) तंत्र पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकते हैं। इसलिए, पेट की सुरक्षा के लिए दूसरी दवाएं आमतौर पर समन्वित रूप से निर्दिष्ट की जाती हैं। COX-2 अवरोधकों से, गंभीर ऊपरी GI प्रतिकूल प्रभावों का जोखिम कम हो सकता है, लेकिन उनके गंभीर हृदय दुष्प्रभाव उनके नैदानिक उपयोग को सीमित कर सकते हैं। COX-2

अवरोधकों के उदाहरण सेलेकोक्सीब और एटोरिकोक्सीब हैं। आप विवरण के लिए अन्य आर्टिकल "[Information on oral NSAIDs](#)" पर क्लिक कर सकते हैं।

नशीले दर्दनिवारक

नशीले दर्दनाशक दर्द की संवेदनशीलता को अवरुद्ध या कम करने के लिए शरीर के परिधीय और केंद्रीय तंत्रिका तंत्र पर कार्य करते हैं। अधिकांश नशीले दर्दनाशक सिर्फ डॉक्टर के पर्चे पर मिलने वाली दवाएँ हैं और मध्यम से गंभीर दर्द के लिए उपयुक्त हैं, खासकर आंत के मूल के लिए। उनके प्रभाव के कारण, उन्हें आम तौर पर दो श्रेणियों में बाँटा जा सकता है: हल्के और प्रबल नशीले पदार्थ। हल्के नशीले दर्दनिवारकों में कोडीन और डायहाइड्रोकोडाइन शामिल हैं। मॉर्फिन और मेथाडोन जैसे प्रबल नशीले दर्दनिवारक मुख्य रूप से कैंसर के दर्द के इलाज के लिए उपयोग किये जाते हैं। नशीले दर्दनिवारकों को बार-बार लेना उन पर निर्भरता की वजह बन सकता है, जिसका मतलब है कि जब आप उन्हें लेना बंद कर देते हैं तो आप दवा को छोड़ने के कारण अस्वस्थ महसूस कर सकते हैं।

दर्द-निवारकों के सामान्य दुष्प्रभाव और सावधानियाँ

दर्द-निवारकों के प्रकार	सामान्य दुष्प्रभाव	सावधानियां
1. पेरासिटामोल	• प्रतिकूल प्रभाव कभी-कभार और आम तौर पर हल्के होते हैं • हल्के चकत्ते या अन्य अतिसंवेदनशील प्रतिक्रियाएं कभी-कभी हो सकती हैं	• निर्धारित खुराक से ज्यादा न लें • खुराक की अधिकता के कारण यकृत को गंभीर नुकसान और कई बार गुर्दे की भयंकर क्षति भी हो सकती है • गुर्दे या यकृत कार्यप्रणाली में गड़बड़ी वाले, शराब का अधिक सेवन करने वाले, गम्भीर कुपोषण या निर्जलीकरण वाले मरीज सावधानी से लें। • जब तक किसी स्वास्थ्य विशेषज्ञ द्वारा सलाह नहीं दी जाती है, किसी अन्य दवाई के साथ जिसमें पैरासिटामोल हो, इसे न लें
2. NSAIDs	• GI गड़बड़ी जिसमें मतली, उल्टी, दस्त, कब्ज़, भूख कम होना, शामिल हो • तरल प्रतिधारण, सूजन होना • पेट का अल्सर • GI का रक्तस्राव • अतिसंवेदनशील प्रतिक्रियाएं जैसे	• कम से कम समय के लिए सबसे कम प्रभावी खुराक में इस्तेमाल किया जाना चाहिए • भोजन या दूध के साथ लेना • यदि आपका मल असामान्य या काला है तो तुरंत दवाई बंद कर दें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें • घूम्रपान और ज्यादा मात्रा में शराब पीने से बचें क्योंकि इन गतिविधियों से पेट में अल्सर का खतरा बढ़ सकता है

	- कि चकते और वायुमार्ग की ऐंठन - गुर्दे की कार्य-प्रणाली की खराबी - हृदय संबंधी खतरा	आप विवरण के लिए अन्य आर्टिकल "Information on oral NSAIDs" पर क्लिक कर सकते हैं।
3. नशीले पदार्थ	- मतली और उल्टी - कब्ज - उनींदापन और भ्रम - बार-बार मूत्र-विसर्जन के साथ कठिनाई - पित्त संबंधी ऐंठन - मुँह का सूखना - मांसपेशियों में कठोरता - श्वसन में न्यूनता - घबराहट - लंबे समय तक उपयोग से निर्भरता हो सकती है	- मतली, उल्टी, उनींदापन और भ्रम लंबे समय तक लेने पर विकसित होते हैं - खूब सारा पानी पियें, फाइबर ज्यादा लें और नियमित व्यायाम करने से कब्ज में राहत मिल सकती है - गाड़ी या मशीनरी न चलायें, क्योंकि इस तरह की दवाओं से उनींदापन हो सकता है - बुजुर्गों में और हाइपोथायरायडिज्म, खराब श्वसन प्रणाली, अस्थमा, गुर्दे या यकृत की खराबी, प्रोस्टेटिक की अतिवृद्धि, प्रतिरोधी या सूजन आंत्र विकार या मांसपेशी की कमजोरी वाले मरीज सावधानी से लें। - विकट श्वसन न्यूनता वाले रोगियों या लकवाग्रस्त आंत्र-अवरोध के खतरे वाले मरीजों में अंतर्विरोधी है - बिगड़ी हुई श्वसन प्रणाली में सावधानी बरतें (गंभीर प्रतिरोधी फुस्फुसीय बीमारी में देने से बचें) - लम्बे समय तक उपचार के बाद अचानक छोड़ने से बचें

दर्द-निवारक लेने पर सामान्य सलाह

- दवाओं को लेबल पर दिए गए निर्देशों के अनुसार या अपने चिकित्सक या फार्मासिस्ट के निर्देश के अनुसार लें। बताई गई खुराक से ज्यादा न लें क्योंकि इससे गंभीर दुष्प्रभावों का खतरा बढ़ जाएगा।
- दर्द-निवारक को किसी और के साथ साझा नहीं करना चाहिए क्योंकि अलग-अलग लोगों को अलग-अलग कारण और गंभीरता के साथ दर्द का अनुभव हो सकता है।
- यदि आप दर्दनिवारक ले रहे हैं तो शराब पीने से बचें क्योंकि इससे दवाओं के दुष्प्रभाव और जोखिम बढ़ सकते हैं।
- एक सही वजन बनाये रखें क्योंकि अतिरिक्त वजन पीठ की मांसपेशियों और जोड़ों पर अतिरिक्त दबाव डालता है, जिससे कमर और घुटने का दर्द और भी भयंकर हो सकता है।
- निष्क्रियता के कारण दर्द के बढ़ने और कार्यप्रणाली की क्षति के चक्र से बचने के लिए हल्के

- व्यायाम करते रहें जैसे कि चलना और तैरना।
- जब आपको दर्द हो तो धीरे-धीरे और गहरी सांस लें, जिससे आप तनावमुक्त हो सकें और मांसपेशियों में तनाव या चिंता को बढ़ने से रोक सकें।

अपने डॉक्टर के साथ संवाद

- अपने डॉक्टर को अपने दर्द की प्रकृति और गंभीरता के बारे में विस्तार से बताने की पूरी कोशिश करें, क्योंकि दर्द हमेशा व्यक्तिगत होता है और इसको परिभाषित करना और इसका इलाज करना मुश्किल होता है।
- सर्वोत्तम उपचार विकल्प के लिए अपने डॉक्टर से संवाद करें। आपकी स्थिति और दवाओं के प्रति आपकी प्रतिक्रिया पर विचार करने के बाद आपका डॉक्टर आपके लिए सबसे सही दवाओं का निर्धारण करेगा।
- अपने डॉक्टर को जो दवाएं आप ले रहे हैं, उनके बारे में और अपने चिकित्सीय इतिहास के बारे में बताएं, क्योंकि अन्य दवाएं दर्द-निवारकों के साथ प्रतिक्रिया कर सकती हैं और कुछ बीमारियों में विशेष एहतियात बरतने की जरूरत हो सकती है।
- यदि आप गर्भवती हैं या स्तनपान करवा रही हैं तो अपने डॉक्टर को बताएं क्योंकि कुछ ओरल दर्द-निवारक इस दौरान नहीं लेने चाहिए।
- दर्दनिवारक से संबंधित किन्हीं लक्षणों या दुष्प्रभावों का अनुभव होने पर तुरंत चिकित्सीय परामर्श लें।
- यदि आप दीर्घ अवधि के लिए दर्दनाशकों का उपयोग कर रहे हैं तो अपने डॉक्टर के परामर्श के अनुसार नियमित चिकित्सा फॉलो-अप लें।
- दर्द के उपचार के लिए आपको एक से ज्यादा ओरल दर्द-निवारक दिए जा सकते हैं, सुनिश्चित करें कि आप प्रत्येक के उद्देश्य और उपयोग को लेकर स्पष्ट हैं और यदि आपको कोई शंका है तो अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- यदि आपके लक्षण बिगड़ते हैं या आप जो दवाई ले रहे हैं उसको लेकर कोई परेशानी है तो चिकित्सीय परामर्श लें।
- यदि दर्दनाशक काम नहीं करते और दर्द बना रहता है तो अपने डॉक्टर को बताएं। हो सकता है यह कुछ अंतर्निहित बीमारियों के कारण हो।

दर्द-निवारकों का भंडारण

दर्द-निवारकों को ठंडी और सूखी जगह पर रखना चाहिए। जब तक लेबल पर निर्दिष्ट न हो, दवाओं को रेफ्रीजरेटर में संग्रहित नहीं किया जाना चाहिए। इसके अलावा, बच्चों द्वारा दवाएँ निगले जाने के खतरे से बचने के लिए दवाओं को बच्चों की पहुँच से दूर उचित तरीके से रखा जाना चाहिए।

अभिस्वीकृति : औषधि कार्यालय व्यवसायिक विकास और गुणवत्ता आश्वासन (PD&QA) को इस लेख की तैयारी में उनके बहुमूल्य योगदान के लिए धन्यवाद देना चाहता है।

दवा कार्यालय
स्वास्थ्य विभाग
जनवरी 2021