

चक्कर आने से बचाने वाली और उल्टी-रोधक दवाएँ

चक्कर आने से बचाने वाली और उल्टी-रोधक सामान्य दवाएँ

चक्कर आना और उल्टी कोई बीमारी नहीं है बल्कि कुछ बीमारियों या अवस्थाओं के लक्षण हैं। चक्कर आने और उल्टी के अनेकों कारण हैं। इस तरह के कारणों में पेट की गड़बड़ी, भोजन की विषाक्तता, यात्रा की थकान, दवा प्रतिक्रिया, गंभीर दर्द, अति-उत्तेजना, अंतःस्त्रावी विकार और आघात शामिल हैं।

चक्कर आने से बचने और उल्टी रोकने के लिए सामान्य तौर पर उपयोग की जाने वाली तीन प्रकार की दवाएँ हैं:

1. एंटी-कोलीनर्जिकस
ये मस्तिष्क में उल्टी के केंद्र को दबा देती हैं और यात्रा से हुई बीमारी को रोकने में बहुत प्रभावी होती हैं। हायोसिन हाइड्रोब्रोमाइड इसका एक उदाहरण है।
2. एंटी-हिस्टामाइन्स
ये मस्तिष्क में उल्टी के केंद्र को दबा देती हैं और उल्टी की इच्छा की अति-सक्रियता को कम कर देती हैं। ये यात्रा से हुई बीमारी के साथ-साथ अन्य कारणों से चक्कर आने और उल्टी के लक्षणों के लिए बहुत अच्छी तरह से काम करती हैं। सिनार्जिन और डिमेनहाइड्रिनेट इसके सामान्य उदाहरण हैं।
3. फेनोथियाजाइन्स
वे मस्तिष्क में केमियोरीसेप्टर ट्रिगर जोन की उत्तेजना के कारण उल्टी की इच्छा को रोक सकती हैं। इस तरह की दवाएँ रेडियोथैरेपी और कीमोथैरेपी के कारण होने वाली मतली और उल्टी को रोक सकती हैं, लेकिन यात्रा से हुई बीमारी में काम नहीं करती हैं।

उपचार के लिए सलाह

1. चक्कर आने से बचाने वाली और उल्टी-रोधक दवाएँ केवल चक्कर आने और उल्टी जैसे लक्षणों में अस्थायी राहत प्रदान कर सकती हैं। अंतिम समाधान है इसके पीछे के कारण का पता लगाना और सही उपचार लेना।
2. पेट की हल्की गड़बड़ होने पर उल्टी-रोधक दवाएँ लेना जरूरी नहीं है, क्योंकि ऐसा करना लक्षणों को दबा सकता है और आपके डॉक्टर को सही मूल्यांकन करने में बाधा उत्पन्न कर सकता है। यदि लक्षण बने रहते हैं, तो चिकित्सीय परामर्श लें।
3. चक्कर आने से बचाने वाली और उल्टी-रोधक दवाओं के कारण उनींदापन हो सकता है। खतरनाक गतिविधियों में सलग्न न हों और दवाई लेने के बाद गाड़ी या मशीनरी न चलायें।
4. इनमें से अधिकांश दवाओं में मुख्य तंत्रिका तंत्र को अवरूद्ध करने का प्रभाव होता है और शराब के साथ नहीं ली जानी चाहिए।
5. गर्भवती महिलाओं को दवाएँ लेने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
6. सिर में चोट लगने के बाद लगातार उल्टी होना एक चेतावनी वाला संकेत है। दुर्घटना और आपातकालीन विभाग में तत्काल जाँच करवाएं।

जीवन अनुरूपण

1. उल्टी या चक्कर आने से पीड़ित मरीजों को लेटकर आराम करना चाहिए।
2. उल्टी आने के कुछ घंटों बाद तक ठोस भोजन लेने से बचें। इसके बजाय आपको आपूर्ति के लिए तरल पदार्थ लेने चाहिए क्योंकि उल्टी के कारण आपके शरीर में पानी की कमी हो जाती है। फिर से उल्टी आने से बचाव के लिए, आपको आपूर्ति के लिए पानी या फलों का जूस पीना चाहिए और उसके बाद कुछ आसानी से पचने वाला आहार, जैसे कि पतली खिचड़ी और दलिया लेना चाहिए।
3. यदि उल्टी उन दवाओं के परिणाम की वजह से हो रही है जो आप ले रहे हैं, तो दवाई लेना बंद न करें बल्कि तुरंत अपने डॉक्टर से सलाह लें।
4. गर्भावस्था के दौरान उल्टी होने से इलेक्ट्रोलाइट्स और कुपोषण का गंभीर असंतुलन हो सकता है। लक्षणों को कम करने के लिए थोड़ा लेकिन लगातार आहार लें या भोजन के बीच में अल्प मात्रा में नाश्ता लें।

दवाओं का भंडारण

दवाओं को ठंडी और सूखी जगह पर रखना चाहिए। सामान्यतः, जब तक लेबल पर निर्दिष्ट न हो, दवाओं को रेफ्रिजरेटर में रखने की जरूरत नहीं होती। साथ ही, बच्चों के द्वारा गलती से निगले जाने के खतरे से बचने के लिए इन्हें उचित स्थान पर रखा जाना चाहिए।

दवा कार्यालय
स्वास्थ्य विभाग
मार्च 2023