

दवा पर सलाह

- निर्देश के अनुसार दवा लें और नियमित चिकित्सा अनुवर्ती में भाग लें। डॉक्टर के निर्देश के बिना इसे न रोकें।
- अपने चिकित्सक से तुरंत परामर्श करें यदि आप किसी भी एलर्जी प्रतिक्रियाओं जैसे कि त्वचा पर चकत्ते, चेहरे या हाथों की सूजन और सांस लेने में कठिनाई का अनुभव करते हैं।
- आम तौर पर, प्रतिकूल प्रतिक्रियाएं हल्के और क्षणिक होती हैं। अपने चिकित्सक से परामर्श करें यदि प्रतिकूल प्रतिक्रिया बनी रहती है या बदतर हो जाती है।
- यदि आप एक खुराक लेना भूल जाते हैं, जैसे ही आपको याद आता इसे लें। हालांकि, अगर यह अगली निर्धारित खुराक के लिए लगभग समय है, तो छूटी हुई खुराक को छोड़ दें और निर्देशित के अनुसार अगली खुराक लें। खुराक को दोगुना न करें।
- यदि आप गर्भवती हैं, तो गर्भवती होने या स्तनपान करने की योजना बनाने के बारे में अपने डॉक्टर को सूचित करें।
- अपने डॉक्टर या फार्मासिस्ट को उन दवाओं के बारे में बताएं जो आप ले रहे हैं, जिनमें डॉक्टर के पर्चे की दवाएं, ओवर-द-काउंटर दवाएं और विटामिन शामिल हैं।

जीवनशैली सलाह

- स्वस्थ वजन बनाए रखें।
- धूम्रपान छोड़ने।
- नमक का सेवन कम करें और कम संरक्षित और प्रसंस्कृत भोजन खाएं।
- नियमित रूप से व्यायाम करें।
- संतुलित आहार लो।
- अपने रक्तचाप को नियमित रूप से जांचें और रिकॉर्ड करें।
- पर्याप्त आराम करें और तनाव का प्रबंधन करें।



यह सूचना पत्रक केवल संदर्भ के लिए है।

दवाओं का उपयोग डॉक्टर और फार्मासिस्ट द्वारा निर्देशित किया जाना चाहिए।

जांच के लिए, कृपया अपने डॉक्टर, डिस्पेंसरी स्टाफ या अन्य स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों से संपर्क करें।

अपनी दवाओं को दूसरों के साथ साझा न करें।

एंटीहाइपरटेंसिव मेडिसीन पर सामान्य ज्ञान



Drug Office
Department of Health



उच्च रक्तचाप

उच्च रक्तचाप सामान्य सीमा से ऊपर रक्तचाप के लंबे और लगातार बढ़ने को संदर्भित करता है। हालांकि उच्च रक्तचाप में आमतौर पर कोई लक्षण नहीं होते हैं, यह स्ट्रोक, हृदय रोग और गुर्दे की बीमारी जैसी जटिलताओं का कारण बन सकता है। जटिलताओं के जोखिम को कम करने के लिए रक्तचाप का इष्टतम नियंत्रण महत्वपूर्ण है।

सामान्य एंटीहाइपरटेंसिव मेडिसन

कैल्शियम चैनल अवरोधक

(निफेडिपिन, अम्लोदीपीन, फेलोडिपाइन, डिल्टियाजेम)

वे रक्त वाहिकाओं को पतला करते हैं; उनमें से कुछ हृदय गति को भी कम करते हैं। निफेडिपिन, फेलोडिपाइन या डिल्टियाजेम लेने वाले मरीजों को अंगूर या अंगूर के रस से बचना चाहिए। सामान्य दुष्प्रभावों में थकान, टखने की सूजन, निस्तब्धता, सिरदर्द, मतली और उल्टी शामिल हैं।

एंजियोटेंसिन-परिवर्तित एंजाइम अवरोधक (ACEI) (कैप्टोप्रिल, लिसिनोप्रिल, पेरीडोप्रिल)

और एंजियोटेंसिन- II रिसेप्टर विरोधी

(लोसार्टन, इरबसेर्टन)

वे रक्त वाहिकाओं को पतला करते हैं और रक्तचाप को बढ़ाने वाले हार्मोन को कम करते हैं। वे गर्भावस्था में विपरीत संकेत हैं। ACEI से कुछ रोगियों में सूखी खांसी हो सकती है। अपने चिकित्सक से बात करें यदि खांसी आपको असहज करती है। आम दुष्प्रभावों में चक्कर आना, थकान, पेट में दर्द, मतली और उल्टी शामिल हैं।



शायद ही कभी, एक गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया हो सकती है। यदि आप चेहरे, मुंह या गले में सूजन का अनुभव करते हैं, तो दवा बंद करें और तुरंत चिकित्सा सहायता लें।

मूत्रल

(हाइड्रोक्लोरोथियाज़ाइड, इंडैपामाइड, फ्रुसेमाइड, स्प्रिनोरोलैक्टोन)

वे शरीर से नमक और पानी को हटाने को बढ़ावा देते हैं। अधिमानतः, रात में बार-बार पेशाब को रोकने के लिए सुबह मूत्रवर्धक लें। आम दुष्प्रभावों में चक्कर आना, बार-बार पेशाब आना, सिरदर्द, प्यास और पेट खराब होना शामिल हैं।

बीटा ब्लॉकर्स

(एटेनोलोल, मेटोप्रोलोल, प्रोप्रानोलोल)

वे रक्त वाहिकाओं को पतला करते हैं और हृदय गति को कम करते हैं। यदि आपको अस्थमा या पुरानी प्रतिरोधी फुफ्फुसीय बीमारी है, तो बीटा-ब्लॉकर्स का उपयोग करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें। सामान्य दुष्प्रभावों में धीमी धड़कन, ठंडे हाथ और पैर, थकावट, नींद की गड़बड़ी, चक्कर आना, कब्ज और दस्त शामिल हैं।



अल्फा ब्लॉकर्स

(प्राज़ोसिन)

वे रक्त वाहिकाओं को पतला करते हैं। आम दुष्प्रभावों में पोस्टुरल हाइपोटेंशन, उर्नीदापन, चक्कर आना और सिरदर्द शामिल हैं।

भंडारण

दवाओं को एक शांत, सूखी जगह पर और सीधे गर्मी और प्रकाश से दूर स्टोर करें। आम तौर पर, जब तक कि दवा के लेबल पर नहीं कहा जाता है, तब तक रेफ्रिजरेटर में स्टोर करने की कोई आवश्यकता नहीं है।

बच्चों की पहुंच से बाहर दवाओं को स्टोर करें।