

## मौखिक एन्टि-एलज1 औषधिहरू

- एलज1हरू
- उपचार
- मौखिक एन्टि-एलज1 औषधिहरू
- मौखिक एन्टि-एलज1 औषधिहरूका सामान्य दृष्टभावहरू र सावधानीहरू
- एन्टि-एलज1 औषधिहरू लने सामान्य सलाह
- आफ्नो डाक्टर वा फार्मासिस्टसँग कुराकानी
- औषधिहरूको भण्डारण

### एलज1हरू

एलज1 भनेको त्यस्तो अवस्था हो जसमा शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली बाह्य पदार्थप्रति अत्यधिक प्रतिक्रिया

दिन्छ जुन प्रायः अधिकांश मानिसहरूमा हानिरहित हुन्छ। यी पदार्थहरूलाई एलजिन भनिन्छ। यदि भन्न प्रकारका एलजिनहरू छन्, जसमा शामिल छन्:

- एटोपिक एलजिन: जस्तै एलिजक राइनाइटिस, एक्जिमा, एलिजक कन्जङ्क्टिभाइटिस
- खाद्य एलजिन: सामान्यतया अण्डा, दूध, समुद्री भोजन र नटद्वारा ट्रिगर
- कीराको डंकबाट एलजिन
- औषधि एलजिन: पेनिसिलिन-आधारित एन्टिबायोटिक्स सबैभन्दा बढी रिपोर्ट गरिएका ट्रिगरहरूमध्ये हुन्
- वातावरणीय एलजिनहरू: प्रायः परागकण र धुलो माइटहरूले गदा हुन्छ।

एलजिनका लक्षणहरू हल्का देखि जीवनलाई खतरा हुनेसम्म हुन सक्छन्। हल्का देखि मध्यम लक्षणहरूमा रिनड नाक, छिकाइ, पानी आँखा र खजलाई आँखा, छाला खजलो, पति, ओठ, अनुहार वा

जिभ्रो सुनिनु, आँद समावेश छन्, र गम्भीर एलजिन प्रतिक्रियाहरूमा घाँटी र वायुमार्गको सुनिनु, घेरघराउने स्वास र चेतना हराउनु समावेश हुन सक्छ।

### उपचार

एलजिनहरू व्यवस्थापन गर्न सबैभन्दा प्रभावकारी तरिका भनेको जहिले सम्भव ट्रिगर गर्न (एलजिनहरूसँग सम्पर्कबाट टाढा रहनु हो)। यदि टाढा रहनु सम्भव छैन भने, लक्षणहरू राहत दिन औषधिहरूको आवश्यकता पर्न सक्छ। सामान्यतया एन्टि-एलजिन औषधिहरूमा एन्टिहस्टामिन, का

र्टिकोस्टेरोइड, इडकन्जेस्टेन्ट र मोन्टेलुकास्ट समावेश छन्। यी औषधिहरू विभिन्न खुराक रूपहरूमा उपलब्ध छन्, जस्तै ट्याब्लेट, क्याप्सूल, इन्हेलर, नाक स्प्रे, आई ड्रप, टॉपिकल क्रीम, मलम र इन्जेक्सनहरू। कुनै पनि औषधि लिनुभन्दा पहिले यसको उपयुक्तता र सुरक्षा सुनिश्चित गर्न आफ्नो डाक्टर वा फार्मासिस्टसँग परामर्श गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।

### मौखिक एन्टि-एलजिन औषधिहरू

(i) एन्टिहस्टामिनहरू

खतरा महसूस भएमा प्रतिरक्षा प्रणालीद्वारा हस्टामिनहरू जारी गरिन्छन्। एलजिन प्रति,

क्रयाहरूमा, प्रतिक्रिया प्रणालीले गल्तीले हाँनरहित पदार्थहरूलाई हाँनकारकको रूपमा चिन्छ,  
जसले

हस्तामनहरूको रिलजलाई ट्रगर गछ्छ । एन्टिहस्तामनहरूले हस्तामन-१ (H1) रसेप्टरहरूलाई ब्लक गरेर काम गछ्छन्, यसप्रकार एलज1का लक्षणहरू राहत दिन्छन्। तनीहरू एलिजक राइनाइटिसको उपचारमा प्रभावकारी छन् (उदाहरणका लागि रनिङ नाक र छकाइ कम गद), तर नाक बन्द हुनुको लागि कम प्रभावकारी छ। तनीहरू पनि पती दाने (पती), खजलाई छाला र आखा (एक्जमा र केन्जङ्क्टिभाइटिस) को उपचारको लागि प्रयोग गरिन्छन्। तनीहरू पनि पती रोक्न र औषधि एलज1को उपचारमा केह मूल्यका छन्।

एन्टिहस्तामनहरू सामान्यतया दुई मुख्य समूहहरूमा वग1कृत गरिन्छन्: सडे'टंग (वा पहलो पुस्ता) र नन-सडे'टंग (वा दोस्रो र तेस्रो पुस्ता) एन्टिहस्तामनहरू।

(क) सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरू

सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरूलाई पहलो पुस्ताका एन्टिहस्तामनहरूको रूपमा पनि व्यापक रूपमा चिनिन्छ। तनीहरू एन्टिहस्तामनहरूको पुरानो वग1 हुन्। सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरूका शास्त्रीय उदाहरणहरूमा ब्रोम्फेनरा'मिन, क्लोरफेनरा'मिन, सिनारिजन, साइप्रोहेप्टाडिन, डाइफेनहाइड्रामिन, र प्रोमेथिजन समावेश छन्।

(ख) नन-सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरू

नन-सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरूले कम सडेशन उत्पन्न गछ्छन् र सामान्यतया सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरूको तुलनामा नद्रा लाग्ने सम्भावना कम हुन्छ, कन, क तनीहरू रक्त मिस्तष्क बाधालाई केवल सानो मात्रामा नै पार गछ्छन्। नन-सडे'टंग एन्टिहस्तामनहरूका उदाहरणहरूमा से'टारिजन, डेस्लोराटाडिन, फेक्सोफेनाडिन, लेभोसे'टारिजन र लोराटाडिन समावेश छन्।

(ii) क'टकोस्टेरोइडहरू

एलज1 प्रति, क्रयाहरूको उपचारमा मौखिक क'टकोस्टेरोइडहरूको भूमिका केवल गम्भीर मामलाहरूमा अल्पकालिन प्रयोगको लागि आरक्षित छ, जस्तै मानक उपचारप्रति न-प्रति, क्रयाशील र प्रतरोधी गम्भीर एक्जमाको गम्भीर आक्रमणहरू। थप जानकारीको लागि तपाईं ड्रग अ, फस वेबसाइटको 'मौखिक क'टकोस्टेरोइडहरूको बारेमा जानकारी' हेन सक्नुहुन्छ।

(iii) डिकन्जेस्टेन्टहरू

डिकन्जेस्टेन्टहरू एक प्रकारको औषधि हो जसले नाक बन्द हुनुको लागि अस्थायी राहत प्रदान गन मद्दत गदछ। तनीहरूले तपाईंको नाक भित्र रक्त नालिकाहरूको सुनिनु कम गरेर काम गछ्छन्, जसले वायुमागहरू खोल्न र व्यक्तिलाई सिजलै सास फेन मद्दत गदछ। तथापि, डिकन्जेस्टेन्टहरूको प्रयोग केवल केही दिनहरूको लागि अल्पकालिन प्रयोगमा सीमित हुनुपछि, सामान्यतया ७ दिनभन्दा बढी नहोस्। सामान्यतया प्रयोग गरने डिकन्जेस्टेन्टहरूका उदाहरणहरूमा सूडोएफेड्रिन र फेनिने, ढिन समावेश छन्।

(iv) मोन्टेलुकास्ट

मोन्टेलुकास्ट, एक ल्यूकोट्राइन रसेप्टर एन्टागोनिस्ट, एलिजक राइनाइटिसको व्यवस्थापनमा प्रयोग गरिन्छ। मोन्टेलुकास्टले ल्यूकोट्राइन भनिने सूजन पदार्थहरूलाई ब्लक गरेर काम गदछ, यसप्रकार सूजन कम गदछ र एलिजक राइनाइटिसका लक्षणहरूलाई कम गन मद्दत गदछ, जस्तै नाक बन्द हुनु, राइनोरिया, छकाइ र नाक खजलो।

मोन्टेनुकास्ट सामान्यतया एलिजक राइनाइटस भएका रोगीहरूका लागि निधाचित र आरक्षित गरिन्छ जसले अन्य उपचारहरूमा राम्रो प्रति, क्रया दिँदैनन् वा सहन गर्न सक्दैनन्। यद्यपि मोन्टेनुकास्ट प्रयोगसँग न्यूरोसाइ, कएट्रक दुष्प्रभावहरूको रिपोर्ट गरिएको छ, ती दुलभ छन्। हल्का एलज1 लक्षणहरूको लागि, अन्य औषधिहरू प्रायः पर्याप्त हुन्छन् र पहिलो छनौटको रूपमा राम्रो हुन सक्छन्।

मौखिक एन्टि-एलज1 औषधिहरूका सामान्य दुष्प्रभावहरू र सावधानीहरू

एलज1 विरोधी औषधि का प्रकारहरू	सामान्य साइड इफेक्ट*	सावधानी*
(i) (a) शान्त पान (एन्टि हस्टामाइनहरू)	<ul style="list-style-type: none"> <li>निद्रा लाग्ने, चक्कर लाग्ने, आलस्य हुने</li> <li>मुख सुख्खा हुनु, श्वासप्रश्वास नलीबाट निस्कने स्राव बाक्लो हुनु, धिमलो दृष्टि, किब्जयत, पसाब रो, कने</li> <li>वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने र एपिग्यास्ट्रिक दुखाइ</li> <li>टाउको दुख्ने</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>औषधि सेवन गरेपछि बरामीहरूले गाडी चलाउनु वा मेसिनरी चलाउनु हुँदैन</li> <li>मदिरा सेवन नगर्नुहोस्</li> <li>दमका बरामीहरूमा प्रयोग गर्दा सावधानी अपनाउनुहोस्</li> <li>औषधि सेवन गरेपछि मुटुको धड्कन छटो वा अनियमित महसुस भएमा चिक्त्सकीय सल्लाह लिनुहोस्।</li> </ul>
(ख) नन-सेडे टिभ एन्टि हस्टामाइनहरू	<ul style="list-style-type: none"> <li>धड्कन र एरथामिया</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>बरामीहरूले सम्भावित शामक प्रभावको बारेमा सतक हुनुपर्छ र निद्रा लागेमा गाडी चलाउनु वा मेसिनरी चलाउनु हुँदैन</li> <li>मदिरा सेवन नगर्नुहोस्।</li> <li>औषधि खाएपछि मुटुको धड्कन छटो वा अनियमित महसुस भएमा चिक्त्सकीय सल्लाह लिनुहोस्।</li> </ul>
(ii) कोर्टिकोस्टेरोइडहरू	<ul style="list-style-type: none"> <li>सोडियम र पानी अवधारण, उच्च रक्तचाप</li> <li>केशिडि सन्ड्रोम (विशेषतः सुविधाहरूमा चन्द्रमाको अनुहार, पेटको फुल्ने समस्या समावेश छ)</li> <li>पेट दुख्ने</li> <li>संक्रमणको लागि बढ्दो संवेदनशीलता</li> <li>लामो समयसम्म प्रयोग गर्दा ओस्टियोपोरोसिस</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>एन्टिबायोटिक थेरापीद्वारा अनियन्त्रित तीव्र संक्रमण भएका बरामीहरूमा निषेधित।</li> <li>हृदय रोग, मधुमेह, मेसलटस, कलेजो वा मिग्रेला बिम्वको इतिहास भएका बरामीहरूमा प्रयोग गर्दा सावधानी अपनाउनुहोस्।</li> </ul>

(iii) डिडकन्जेस्टेन्टहरू	<ul style="list-style-type: none"> <li>• रक्तचाप र मुटुको धड्कनमा वृद्धि</li> <li>• दिनको पछिल्लो भागमा लिँदा निदाउन गाह्रो हुने गरी सतक ता बढ्नु</li> <li>• चिन्ता</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• उच्च रक्तचाप र ग्लुकोमा भएका बिरामीहरूमा प्रयोग गदा सावधानी अपनाउनुहोस्</li> </ul>
(iv) मोन्टेलुकास्ट	<ul style="list-style-type: none"> <li>• टाउको दुख्ने</li> <li>• पेट दुख्ने</li> <li>• माथिल्लो श्वासप्रश्वासको संक्रमण</li> <li>• छालाको प्रतिक्रिया</li> <li>• सुकखा मुख</li> <li>• पेट दुख्ने</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• मोन्टेलुकास्टको प्रयोगबाट गम्भीर न्यूरोसाइड, क्यान्ट्रिक (NP) घटनाहरू रिपोर्ट गरिएको छ। NP घटनाहरूको जोखिमको कारणले गदा, केही बिरामीहरूमा मोन्टेलुकास्टको फाइदा जोखिमहरू भन्दा बढी नहुन सक्छ, विशेष गरी जब रोगका लक्षणहरू हल्का हुन्छन् र वैकल्पिक उपचारहरूद्वारा पर्याप्त रूपमा उपचार गरिन्छ।</li> </ul>

#### एन्टि-एलज 1 औषधिहरू लिने सामान्य सलाह\*

- केही एन्टि-एलज 1 औषधिहरूले निद्रा ल्याउन सक्छन् वा मानिसक सतक ता खराब गन सक्छन्। त्यसैले, यदि तपाईं निद्रा महसुस गर्नुहुन्छ वा यी औषधिहरू लिएपछि मानिसक रूपमा खराब भएको महसुस हुन्छ भने गाडी नचलाउनुहोस् वा मेशिनरी नचलाउनुहोस्। पूण सतक ता आवश्यक पन ( गाँत विधिहरूमा संलग्न हुनुभन्दा पहिले तपाईंको औषधिले तपाईंलाई कसरी प्रभाव पाछ भन्ने बारे सधैं सचेत रहनुहोस्।
- तपाईंले लिँदै गरेको औषधिहरूको नाम र खुराकसँग परिचित हुनुहोस्, र तिनीहरूको सम्भावित दुष्प्रभावहरूको प्रति सावधान रहनुहोस्।
- यदि तपाईंसँग उच्च रक्तचाप, ग्लुकोमा वा अस्थमा छ भने, कुनै पनि एन्टि-एलज 1 औषधि प्रयोग गर्नुभन्दा पहिले आफ्नो डाक्टर वा फार्मासिसिससँग परामश गनुहोस्, कनक केही एन्टि-एलज 1 औषधिहरूले यी अवस्थाहरू बढाउन सक्छन् वा तपाईंको हालको औषधिहरूसँग अन्तःक्र या गन सक्छन्।
- एन्टि-एलज 1 औषधिहरूले निको पाद ननु, तिनीहरूले केवल अस्थायी लक्षणात्मक राहत प्रदान गर्छन्। यदि एलज (न चिनिएको छ भने, तपाईंको एलज 1 व्यवस्थापन गन (सबैभन्दा प्रभावकारी तरिका कारण स्रोतसँगको सम्पर्क बाट टाढा रहनु हो।

#### आफ्नो डाक्टर वा फार्मासिसिससँग कुराकानी\*

- सबैभन्दा राम्रो उपचार विकल्प निधारण गन आफ्नो डाक्टर वा फार्मासिसिससँग परामश गनुहोस्।  
तिनीहरूले तपाईंको एलज 1 हरू राहत दिन गैर-औषधीय उत्पादनहरू वा उपायहरू सफारिस गन सक्छन्, जस्तै:

- छालाका लक्षणहरू शान्त पाने गैर-औषधीय स्नान तेलहरू प्रयोग गर्न(;
- नाकका लक्षणहरू राहत दिन खारा नाक रिनस प्रयोग गर्न(;
- दस्ताना लगाउने वा बैरियर क्रीम लगाउने जसले सम्पर्कबाट जल्दी सुनिनुको मामलाहरूमा एलज (नहरूसँग प्रत्यक्ष छाला सम्पर्कबाट टाढा रहन मद्दत गर्दछ।
- आफ्नो हालको औषधिहरू (स्वास्थ्य उत्पादनहरू सहित) र चि, कत्सा ड्रिग तहासको बारेमा आफ्नो डाक्टर वा फार्मासिस्टलाई जानकारी दिनुहोस्, र कुनै पनि नयाँ औषधि वा स्वास्थ्य उत्पादन लिनुभन्दा पहिले सधैं उनीहरूसँग परामश गर्नहोस्, र कन, क केही औषधिहरू वा स्वास्थ्य उत्पादनहरूले एन्टि-एलज1 औषधिहरूसँग अन्त, क्रम या गर्न सक्छन् र केही चि, कत्सा अवस्थाहरूलाई विशेष सावधानी उपायहरूको आवश्यकता पार्न सक्छ।
- यदि तपाईंले कुनै दुष्प्रभाव अनुभव गर्नुहुन्छ जुन तपाईंको एन्टि-एलज1 औषधिहरूसँग सम्बन्धित हुन सक्छ भने सम्भव भएसम्म चाडो चि, कत्सकीय सलाह लिनुहोस्।

### औषधिहरूको भण्डारण

मौखिक एन्टि-एलज1 औषधिहरू चिसो सुख्खा ठाउँमा भण्डारण गर्नुपर्छ। जबसम्म औषधि लेबलहरूमा

निर्दिष्ट नगारएको होस् तबसम्म सामान्यतया, लिज राख्न आवश्यक पढेन। दुग्धटनावश खानेबाट रोक्नको लागि सधैं औषधिहरू बच्चाहरूको पहुँच र दृष्टिबाट टाढा राख्नुहोस्।

- यो जानकारीले सबै सम्भावित दुष्प्रभावहरू, सावधानीहरू, वा चि, कत्सकीय सलाहहरू कभर गर्न सक्दैन। मागदशकको लागि सधैं आफ्नो स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरसँग परामश गर्नहोस्।

आभार: ड्रग अ, फसले यो लेखको तयारीमा तिनीहरूको मूल्यवान योगदानको लागि सिल्वल्यान्स र ड्रिगपडेमियोलोजी ब्रान्च (एसईबी) र प्रोफेसनल डेभलपमेन्ट र क्वालिटी एश्योरेन्स (पीडी एण्ड क्यूए) लाई धन्यवाद दिन चाहन्छ।

ड्रग अ, फस  
स्वास्थ्य  
वभाग  
डिसेम्बर २०२५