

# मोटोपना विरोधी औषधिहरू

## परिचय/सम्पादन गर्ने]

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ) अनुसार अधिक तौल र मोटोपनलाई असामान्य वा अत्यधिक बोसो थुपार्नु र स्वास्थ्यलाई खतरामा पार्नु भनेर परिभाषित गरिएको छ। मोटोपना आकलन गर्न सामान्यतया प्रयोग गरिने एक विधि बडी मास इन्डेक्स (बीएमआई) हो, जुन सूत्र प्रयोग गरेर गणना गरिन्छ: शरीरको वजन (किलोग्राम)/उचाइ<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>)। हडकड विशेष प्रशासनिक क्षेत्रमा चिनियाँ वयस्कहरूको लागि, 25.0 किलोग्राम / एम 2 वा माथिको बीएमआई मोटोपनको रूपमा वर्गीकृत गरिएको छ।

मोटोपनले टाइप २ मधुमेह, हृदय रोग, उच्च रक्तचाप, हाइपरकोलेस्ट्रॉलेमिया, सेरेब्रोभास्कुलर रोग, स्लीप एपनिया र स्तन, प्रोस्टेट, कोलोरेक्टल र एन्डोमेट्रियल क्यान्सर जस्ता केही प्रकारका क्यान्सरहरू सहित विभिन्न पुरानो रोगहरूको विकासको जोखिम बढाउँछ।

मोटोपनको प्राथमिक कारण खाना र पेय पदार्थको माध्यमबाट खपत हुने क्यालोरी र बेसल मेटाबोलिजम र शारीरिक गतिविधिको माध्यमबाट खर्च हुने क्यालोरीबीच ऊर्जा असन्तुलन हो। तसर्थ, मोटोपनको जोखिम कम गर्न स्वस्थ जीवनशैली अपनाउनु महत्त्वपूर्ण छ। जनताका सदस्यहरूलाई सन्तुलित आहार कायम गर्न, रक्सीको सेवनबाट बच्न, नियमित शारीरिक गतिविधिमा संलग्न हुन र गतिहीन व्यवहार कम गर्न प्रोत्साहित गरिन्छ।

## मोटोपना विरोधी औषधिहरू

हडकडमा, मोटोपनको उपचारको लागि हाल दर्ता गरिएका औषधिहरूमा लिराग्लुटाइड समावेश छन्, नाल्ट्रेक्सोन / बुप्रोपियन, ओर्लिस्टाट, फेन्टरमाइन, सेमाग्लुटाइड र टिर्जपेटाइड समावेश छन्। सामान्यतया, यी औषधिहरू कम क्यालोरी आहारको लागि सहायकको रूपमा प्रयोग गर्न र विशिष्ट योग्यता मापदण्डहरू पूरा गर्ने **मोटो बिरामीहरूमा** शारीरिक गतिविधि बढाउनको लागि प्रयोग गरिन्छ । यी मापदण्डहरू उत्पादन द्वारा भिन्न हुन्छन् र उत्पादन लेबल-निर्दिष्ट मापदण्ड अनुसार कडाईका साथ पालना गर्नुपर्दछ।

हडकडमा, लगभग सबै मोटोपना विरोधी औषधिहरू प्रिस्क्रिप्शन-मात्र औषधिहरू हुन्, र **डाक्टरको नजिकको निगरानीमा मात्र प्रयोग गर्नुपर्छ**। सर्वसाधारणका सदस्यहरूले कुनै पनि मोटोपना विरोधी औषधि प्रयोग गर्नु अघि डाक्टर वा फार्मासिस्टसँग परामर्श लिनु पर्छ, र निर्धारित उपचार योजनाको कडाईका साथ पालना गर्नुपर्छ।

## मोटोपना विरोधी औषधिहरूको सारांश \*

औषधिहरू	सामान्य साइड इफेक्ट	सावधानीहरू
<ul style="list-style-type: none"> <li>- लिराग्लुटाइड</li> <li>- सेमाग्लुटाइड</li> <li>- टिर्जेप्याटाइड्स</li> </ul>	<p>लिराग्लुटाइड र सेमाग्लुटाइड को लागि: टाउको दुख्ने, वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, पखाला लाग्ने, ग्यास्ट्रिक ढिलो खाली हुने</p> <p>तिर्जेपेटाइडको लागि: कपाल झर्ने, वाकवाकी लाग्ने, पखाला, चक्कर लाग्ने, कब्जियत हुने, बान्ता हुने, अति संवेदनशील हुने, ग्यास्ट्रिक खाली गर्न ढिलो हुने</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- सामान्य एनेस्थेसिया वा गहिरो बेहोस पार्ने GLP-1 रिसेप्टर एगोनिस्ट प्राप्त गर्ने बिरामीहरूमा पल्मोनरी एस्पिरेसनका घटनाहरू रिपोर्ट गरिएको छ। त्यसकारण, ढिलो ग्यास्ट्रिक खाली गर्ने कारण अवशिष्ट ग्यास्ट्रिक सामग्रीको बढ्दो जोखिमलाई सामान्य एनेस्थेसिया वा गहिरो बेहोसीको साथ प्रक्रियाहरू प्रदर्शन गर्नु अघि विचार गर्नुपर्दछ।</li> <li>- लिराग्लुटाइड र सेमाग्लुटाइड को लागि: मधुमेह केटोएसिडोसिस इन्सुलिन-निर्भर बिरामीहरूमा इन्सुलिन को द्रुत विच्छेदन वा खुराक को कमी पछि रिपोर्ट गरिएको छ।</li> </ul>
नाल्ट्रेक्सोन/बुप्रोपियन	टाउको दुख्ने, कब्जियत, वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, चिन्ता, अनिद्रा, रिंगटा लाग्ने, कम्पन, छिटो वा अनियमित मुटुको धड्कन, रक्तचाप बढ्नु, सुस्तता (ऊर्जाको कमी), तातो प्लश, टिनिटस (कानमा घण्टी बज्नु), कपाल झर्नु, डाबर आउने, अत्यधिक पसिना आउनु, चिडचिडापन हुनु	<ul style="list-style-type: none"> <li>- यो औषधिबाट उपचारका क्रममा डिप्रेसन, आत्महत्याको सोच र आत्महत्याको प्रयास भएका रिपोर्टहरू आएका छन्। डिप्रेसन महसुस गर्ने, आत्महत्याको विचार गर्ने, आत्महत्याको प्रयास गर्ने, प्यानिक अट्याक वा अन्य कुनै मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका बिरामीले यो औषधि लिनु अघि डाक्टरलाई जानकारी गराउनुपर्छ।</li> </ul>
ओर्लिस्टाट	पेट दुख्ने, टाउको दुख्ने,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ओर्लिस्टाटले केही बोसो-</li> </ul>

	पखाला लाग्ने, ग्यास्ट्रोइन्टेस्टाइनल डिसअर्डर, तैलीय स्राव, फ्याटी/तैलीय दिसा बढ्ने, दिसाको असंयम, दाँत/गिजाको विकार, मासिक धर्म अनियमित हुने	घुलनशील पोषक तत्वहरूको अवशोषण कम गर्न सक्छ, जस्तै बीटा-क्यारोटीन, भिटामिन ई, आदि। - गर्भावस्थामा, वा हाल गर्भवती हुने योजना बनाइरहेका महिलाहरूमा, वा स्तनपान गराउँदा। - गम्भीर पखालाको अवस्थामा हुन सक्ने मौखिक गर्भनिरोधकको सम्भावित असफलतालाई रोक्नको लागि अतिरिक्त गर्भनिरोधक विधिको प्रयोगको सिफारिस गरिन्छ। - मृगौला रोग भएका बिरामीले उपचार सुरु गर्नुअघि चिकित्सकको सल्लाह लिनुपर्छ ।
फेन्टरमाइन	वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, मुख सुख्खा हुने, स्वाद नलाग्ने, झाडापखाला लाग्ने, कब्जियत हुने, मुटुको धड्कन बढ्ने, उच्च रक्तचाप, रिंगटा लाग्ने	

### सामान्य सल्लाह\*

- तपाईंको व्यक्तिगत आवश्यकताहरूको लागि सबैभन्दा उपयुक्त वजन व्यवस्थापन उपचार योजना निर्धारण गर्न सधैं आफ्नो डाक्टरसँग परामर्श गर्नुहोस्।
- **मोटोपना विरोधी औषधिहरू डाक्टरको निगरानीमा प्रयोग गर्नुपर्छ।**
- निर्धारित खुराक र प्रशासन निर्देशनहरू कडाईका साथ पालना गर्नुहोस्।
- ओभर-द-काउन्टर स्लिमिङ उत्पादनहरूबाट सावधान रहनुहोस्, विशेष गरी ती अनलाइन खरिद गरिएकाहरू, विदेशबाट, वा अप्रमाणित स्रोतहरूबाट। केहीमा अघोषित नियन्त्रित वा प्रतिबन्धित लागुऔषध तत्वहरू फेला परेका छन्।
- स्वास्थ्य विभागले त्यस्ता उत्पादनहरूको प्रयोगबाट हुने प्रतिकूल स्वास्थ्य असरहरूको रिपोर्ट प्राप्त गरेको छ। प्रयोगशाला परीक्षणले पुष्टि गरेको छ कि केहीलाई पश्चिमी औषधिको सामग्रीको साथ मिसावट गरिएको छ।

- जनताका सदस्यहरूलाई कडा सल्लाह दिइन्छ कि संदिग्ध स्रोतहरू वा अज्ञात सामग्रीहरू भएका कुनै पनि स्लिमिंग उत्पादनहरू खरीद वा उपभोग नगर्नुहोस्, किनकि यी उत्पादनहरूले सुरक्षा, प्रभावकारिता वा गुणस्तरमा सम्झौता गरेका हुन सक्छन्, र तिनीहरूले जीवन-धम्की जोखिम निम्त्याउन सक्छन्।
- थप जानकारीको लागि, कृपया औषधि [कार्यालय वेबसाइटमा](#) "अघोषित पश्चिमी औषधि सामग्रीहरूको साथ स्लिमिंग उत्पादनहरू" सन्दर्भ गर्नुहोस्।

## **भण्डारण**

मोटोपना विरोधी औषधिहरू उनीहरूको लेबलमा उल्लेख गरिएको निर्देशनहरू अनुसार भण्डारण गर्नुपर्दछ। मौखिक मोटोपना विरोधी औषधिहरू सामान्यतया चिसो, सुख्खा ठाउँमा राखिन्छ, जबकि इन्जेक्टेबल एन्टी-मोटोपना औषधिहरू सामान्यतया फ्रिजमा भण्डारण गरिन्छ जबसम्म अन्यथा निर्दिष्ट हुँदैन।

आकस्मिक सेवन रोक्नको लागि औषधिहरू सधैं बच्चाहरूको पहुँच र दृष्टिबाट टाढा राख्नुहोस्।

\* यो जानकारीले सबै सम्भावित साइड इफेक्टहरू, सावधानीहरू, वा चिकित्सा सल्लाहलाई समेट्न सक्दैन। मार्गदर्शनको लागि सधैं तपाईंको स्वास्थ्य सेवा पेशेवरसँग परामर्श गर्नुहोस्।

**औषधि कार्यालय|सम्पादन गर्ने|**  
**स्वास्थ्य विभाग|सम्पादन गर्ने|**  
**जनवरी २०२६**