

औषधिमा सल्लाह

- यदि तपाईंलाई कुनै प्रकारको एलर्जी प्रतिक्रिया छ भने छालाको दाग, अनुहार वा हातको सुजन र सास फेर्न गाह्रो हुने समस्या छ भने तुरुन्तै डाक्टरको सल्लाह लिनुहोस्।
- रेचकको दीर्घकालीन प्रयोगले निर्भरता र आन्द्रा कार्य घटाउन सक्छ।
- अन्धाधुन्ध एन्टीमोटिलिटी ड्रग्स नलगाउनुहोस्। आन्द्रा संक्रमणको कारण हुने झाडापखालाको लागि, एन्टिमोटिलिटी ड्रग्सले आन्द्रामा हानिकारक ब्याक्टेरियाको खाली हुनमा बाधा पुर्याउन सक्छ र स्थिति बिगान्न सक्छ।
- यदि तपाईं गर्भवती हुनुहुन्छ, गर्भवती हुने वा स्तनपान गर्ने योजना बनाउँदै हुनुहुन्छ भने आफ्नो डाक्टरलाई सूचित गर्नुहोस्।
- तपाईंको डाक्टर र फार्मासिष्टलाई औषधीको बारेमा बताउनुहोस् जुन तपाईंले लिनु भएको छ, प्रिस्क्रिप्सन औषधी, ओभर-द-काउन्टर औषधी र भिटामिन सहित।

जीवनशैली सल्लाह

- धेरै तरल पदार्थहरू पिउनुहोस्।
- कब्जको लागि, तरकारीहरू, फलफूल वा सम्पूर्ण अन्नहरू खाएर फाइबरको मात्रा बढाउनुहोस्।
- पखाला को लागी, पर्याप्त पोषण राख्नुहोस् र चिल्लो खाना बाट बच्नुहोस्।
- नियमित व्यायाम गर्नुहोस्।
- नियमित मल त्याग गर्ने बानी विकास गर्नुहोस्; शौच गर्न आग्रहलाई बेवास्ता नगर्नुहोस्।
- जठरांत्रको संक्रमणलाई रोक्न राम्रो स्वच्छता कायम गर्नुहोस्।



यो जानकारी पुस्तिका केवल सन्दर्भको लागि हो। औषधी डाक्टर र फार्मासिष्टको निर्देशन अनुसार प्रयोग गर्नुपर्दछ।

सोधपुछको लागि, कृपया तपाईंको डाक्टर, औषधालय स्टाफ वा अन्य स्वास्थ्यकर्मीसँग सम्पर्क राख्नुहोस्।

आफ्नो औषधि अरूसँग साझेदारी नगर्नुहोस्।

पखालाको लागि रेचक र औषधिहरूमा सामान्य ज्ञान



Drug Office
Department of Health



कब्ज र परवाला

मल त्याग्ने बानी व्यक्तिमा फरक हुन्छ। यो सामान्य रूपमा लामो मानिन्छ जबसम्म आन्द्रा आन्दोलनको नियमित बान्की छ र मल नरम र सजिलो हुन्छ। कब्जले मलको आन्दोलनलाई जनाउँछ जुन अविरल, पारित गर्न गाह्रो, वा अपूर्ण देखिन्छ। अर्कोतर्फ, परवालाले 24 घण्टा भित्र तीन वा बढी ढीला वा पानीदार मलको साथ अत्यधिक सक्रिय आन्द्रा चाललाई जनाउँछ।



हेर्नका लागि लक्षणहरू

यदि तपाईंसँग निम्न लक्षणहरू छन् भने तपाईंको डाक्टरसँग परामर्श गर्नुहोस्:

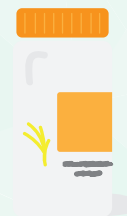
- लामो समयसम्म कब्ज वा परवाला
- बलगम वा रगतको साथ मल
- ज्वरो
- धेरै गम्भीर पेट दुख्ने
- अव्यवस्थित वजन घटाउने

रेचक

थोक बनाउने रेचक

(साइकलियम)

तिनीहरूले मल मल बढाउन सक्छन्। थोक बनाउने रेचकको कार्यको सुरुवात 24 देखि 72 घण्टा सम्म हुन्छ। ग्रान्युल फारम बन्न रेचकहरूका लागि, ग्रेनुलहरू लिनु अघि पानीमा घुल्लुहोस् वा मिलाउनुहोस्। सामान्य साइड इफेक्टमा पेट दुखाइ, ब्लोटिंग र पेट ऐंठन समावेश छ।



उत्तेजक रेचक

(बिसाकोडाइल, सेन्ना, ग्लिसरीन सपोसिटरीज)

तिनीहरूले आन्द्रा मांसपेशीहरूको संकुचनलाई उत्तेजित गर्छन्। मौखिक फर्म्युलेसनहरूको कार्यको सुरुवात 6 देखि 12 घण्टा सम्म हुन्छ जबकि मलाशय सूत्रहरू 15 देखि 60 मिनेटको हुन्छ। मौखिक फार्म्युलेसन सामान्यतया रातमा लिइन्छ। सामान्य साइड इफेक्टमा पेट दुखाइ र मतली समावेश छ।



ओस्मोटिक रेचक

(ल्याक्टुलोज)

तिनीहरूले पेटमा पानी निकाल्छन्। ओस्मोटिक रेचकको कार्यको सुरुवात 2 देखि 3 दिन सम्म हुन्छ। सामान्य साइड इफेक्टमा पेट दुखाइ, पेट फूलना, मतली र बान्ता शामिल छ।

परवाला को लागी औषधि

एन्टिमोटिलिटी ड्रग्स

(लोपेरामाइड)

तिनीहरूले आन्द्रा चाललाई रोक्छन् र परवालाका लक्षणहरू कम गर्दछन्। बिरामीहरूले निर्देशित खुराक भन्दा बढी लिनु हुँदैन। उनीहरूलाई खूनी डायरिया वा ज्वरोबाट जोगिन सकिन्छ। सामान्य साइड इफेक्टमा कब्ज, मतली र पेट दुख्छ।

मौखिक रिहाइड्रेसन साल्ट

तिनीहरू इलेक्ट्रोलाइट्स र ग्लुकोजको संयोजन हो।

मौखिक रिहाइड्रेसन नुनलाई इनक्लियन पिउने पानी विघटन गरिनु पर्छ जुन निर्देशित हुन्छ र बारम्बार साना घूटहरूमा पिउँछ। प्रयोग नभएको भाग मिश्रणको 24 घण्टा पछि खारेज गर्नुपर्छ।



भण्डारण

औषधीलाई चिसो, सुरक्षा ठाउँमा राख्नुहोस् र सिधा तातो र प्रकाशबाट टाढा राख्नुहोस्। सामान्यतया, औषधि लेबलहरूमा उल्लेख नगरीकन फ्रिजमा भण्डारण गर्न आवश्यक पर्दैन।

बच्चाहरूको पहुँच बाहिर औषधी भण्डारण गर्नुहोस्।