دافع-دمہ ادویات

پیش لفظ

دمہ ایک دائمی بیماری ہے جو ہوا کے گزرنے کے راستوں (یعنی چھوٹی نلیوں، جنہیں برونکائی کہا جاتا ہے) میں سوزش پیدا کرتی ہے جو پھیپھڑوں میں ہوا اندر اور باہر لے جاتی ہیں۔ دمہ کے مریض میں، برونکائی میں سوزش ہو گی اور یہ معمول سے زیادہ حساس ہو گی اور اضافی بلغم پیدا کرے گی۔ ہوا کے واپسی بہاؤ میں رکاوٹ، یا برونکوسپیسم، اور محرکاتی کھانسی، گھرگھراہٹ اور دم گھٹنے کے سبب سانس لینے میں دشواری ہو سکتی ہے۔

دمہ کی وجہ پوری طرح سے سمجھ میں نہیں آئی ہے، مگر یہ شاید مندرجہ ذیل عوامل کے امتزاج کی وجہ سے ہوتا ہے:

ماحولیاتی: الرجی (مثال کے طور پر، گھر کی دھول کے ذرے، جانوروں کی کھال اور پولن، (پیشہ ورانہ مقام پر خراش آور اشیاء ، تمباکو کا دھواں، تنفسی (وائرل) انفیکشنز، شدید جذباتی کیفیات اور ادویات (جیسے اسپرین اور بیٹا بلاکرز)۔

جینیاتی (وراثتی): عام طور پر یہ بچوں میں پایا جاتا ہے۔ دمہ کے امکانات بڑھ جاتے ہیں اگر مریض کے لواحقین یا رشتہ داروں کو دمہ اور دیگر الرجی آمیز کیفیات جیسا کہ ایٹوپک ڈرمیٹائٹس اور ہے فیور یا تپ کاہی ہو۔

علاج

بہت سے علاج ایسے ہیں جو دمہ کی حالت کو موثر طریقے سے قابو میں لانے یا آرام فراہم کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ علاج دو اہم مقاصد پر مبنی ہے جو کہ یوں ہیں (i) شدید حملوں کے علاج کے لیے مخصوص غذائی علاج جو سانس لینے میں دشواری پیدا کرنے والی سوجن زدہ تنفسی نالیوں کو کھولے، اور (ii) سوزش اور ہوا کی ریزی مزاحمت کو کم کرنے اور ہوا کے بہاؤ کو برقرار رکھنے کے لیے پروفیشیٹک اقدامات۔ علاج اور روک تھام میں ادویات کا ایک مجموعہ، طرز زندگی کے مشورے، اور ممکنہ دمہ کے محرکات کی نشاندہی کرنا اور ان سے گریز کرنا شامل ہے۔

دمہ کے علاج کے لیے جن ادویات کی نشاندہی کی جاتی ہے ان میں بیٹا$_2$ ایگونسٹس، اینٹیمسکارینکس، کورٹیکوسٹیرائڈز، لیکوٹرائین انابائٹرز اور زینتھائنز کی کلاسز شامل ہیں۔ وہ انہیلیشنز، گولیوں، کیپسولوں اور انجیکشنز، وغیرہ کی شکل میں دستیاب ہیں اور ان کا استعمال طبی حالت اور نگرانی پر منحصر ہے۔

سانس بہم پہنچانے کی تیاریوں میں نیبولائزیشن، میٹرڈ-ڈوز انہیلرز، اور پاوڈر انہیلرز کے محلول شامل ہیں۔ دمہ کی ادویات عام طور پر انہیلرز کے ذریعہ دی جاتی ہیں، جو ایسی اشیاء پر مشتمل ہیں جو سانس لیتے وقت آپ کے منہ کے ذریعہ ادویات کو براہ راست ہوا کی گزرگاہوں میں پہنچاتے ہیں۔ دمہ سے بچنے والی ادویات لینے کا ایک عام اور موثر طریقہ ہے کیونکہ یہ براہ راست آپ کے ہوا کی گزرگاہوں میں جاتا ہے۔ تاہم، مختلف انہیلرز قدرے مختلف طریقے سے کام کرتے ہیں۔ کچھ انہیلر جب دبائے جاتے ہیں تو وہ ایروسول جیٹ کا اخراج کرتے ہیں اور اس کے پیش نظر جب ایروسول خارج ہو رہا ہو تو صارف کو اسی دوران سانس لینا چاہیے۔ اگر اسپیسر کے ساتھ استعمال کیا جائے تو انہیلرز بہتر کام کرتے ہیں، جو پلاسٹک کا ایک کنٹینر ہوتا ہے جس کے ایک سرے میں ماؤتھ پیس ہوتا ہے اور سانس سے رابطہ کے لیے ایک سوراخ ہوتا ہے۔ جب اس پر عمل درآمد ہوتا ہے تو، انہیلر کا ایروسول اسپیسر کے اندر ہی رہے گا، اور صارف انہیلر کے دبانے کے دوران اسی وقت سانس لینے کے لیے کوئی مربوط کوشش کیے بغیر نارمل طور پر سانس لے سکتا ہے۔

دافع-دمہ سے متعلق ادویات زیادہ تر نسخہ جاتی ہیں اور انہیں سختی کے ساتھ ڈاکٹر کی ہدایت اور سفارش کے تحت استعمال کیا جانا چاہیے۔ دیگر، جیسے کچھ بیٹا$_2$ ایگونسٹس یا کارٹیکوسٹیرائڈز پر مشتمل انہیلرز، رجسٹرڈ فارماسسٹ کی نگرانی میں فارمیسیوں سے خریدے جا سکتے ہیں۔

دافع-دمہ ادویات

دمہ کے علاج کے لیے ادویات دو زمروں میں تقسیم کی جاتی ہیں: (1)فوری امدادی ادویات (جو شدید دمہ سے نجات کے لیے استعمال ہوتی ہیں) اور (2) طویل مدتی دمہ پر قابو پانے والی ادویات (جن کو پروفیلیکٹک اقدامات کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے) کی تفصیلات ذیل میں ہیں::-

1. فوری امدادی ادویات: دمہ کے دورے کے دوران فوری، قلیل مدتی مبنی بر علامت امداد کے لیے ضرورت کے مطابق استعمال ہوتی ہیں۔ فوری امدادی ادویات کی اقسام کا ذکر ذیل میں ہے:

a. قلیل مدتی فعال بیٹا$_2$ ایگونسٹس: دمہ کے دورے کے دوران علامتوں کو تیزی سے کم کرنے کے لیے یہ سانس اندر کشید کرنے والے، فوری امدادی برونکوڈائیلیٹرز منٹوں کے اندر کام کرتی ہیں۔ قلیل مدتی فعال بیٹا$_2$ ایگونسٹس نیبولائزر یا پورٹیبل، ہاتھ سے تھامنے والے انہیلر کا استعمال کر کے لی جا سکتی ہیں۔ مثالوں میں سالبوٹامول اور ٹربوٹالین پیش کی جا سکتی ہیں۔

b. اینٹیمسکارینکس: یہ کشید کردہ اینٹیمسکارینکس دیگر برونکوڈائیلیٹرز کی طرح ائیر ویز کو بھی فوری طور پر آرام پہنچانے کے لیے فوری کام کرتی ہے جس سے سانس لینے میں آسانی پیدا ہوتی ہے۔ مثالوں میں اپریٹروپیم اور ٹیوٹروپیم شامل ہیں۔

c. سسٹیمیٹک کورٹیکوسٹیرائڈز: یہ سسٹیمیٹک کورٹیکوسٹیرائڈز (یعنی بذریعہ منہ اور

درون وریدی راستے) شدید دمہ کی وجہ سے ہوا میں ہونے والی سوزش کو دور کرتی ہیں۔ تاہم، طویل مدتی استعمال ہونے پر سنگین ضمنی اثرات کی وجہ سے، نظاماتی راستے صرف دمہ کی شدید علامات کے علاج کے لیے قلیل مدتی بنیاد پر استعمال ہوتے ہیں۔ اس کی مثالیں پریڈیسون اور میتھلپریڈیسون ہیں۔

d. درون وریدی زینتھائنزز: یہ زینتھائنز ہموار پٹھوں کو آرام دیتے ہیں اور برونکائل تشنج کو دور کرتے ہیں اور دمہ کے شدید دورے کے لیے ان کو تجویز کیا جاتا ہے۔ اس کی مثال امینوفائلین ہے۔

2. دمہ پر قابو پانے وال طویل مدتی ادویات: وہ ہوا کی نالیوں میں سوزش کی مقدار کو کم کرنے اور دمہ کے حملوں سے بچانے کے حوالے سے کام کرتی ہیں۔

a. کشیدہ کردہ کورکیسٹیرائڈز: یہ سب سے موثر روک تھام کرنے والی ہوتی ہیں، تاہم، ان ادویات سے زیادہ سے زیادہ مستفید ہونے کے لیے آپ انہیں کئی دن سے ہفتوں تک استعمال کر سکتے ہیں۔ مثالوں میں فلوٹیکیسون اور بوڈسونائڈ ہیں۔

b. کشید کردہ طویل مدت تک موثر بیٹا$_2$-ایگونسٹس (بیٹا$_2$-ایڈرینرجک ایگونسٹس): یہ ادویات ہوا کی گزرگاہوں کو کھولتی ہیں۔ کچھ تحقیقات سے پتہ چلتا ہے کہ وہ دمہ کے شدید حملے کے خطرے میں اضافہ کر سکتی ہیں، جب تک کہ انہیں کشید کردہ کورٹیکوسٹیرائڈ کے ساتھ ملا کر استعمال نہ کیا جائے۔ اس کی مثالوں میں سلیمٹرول اور فورموٹیرول شامل ہیں۔

c. لیکوٹرائین انھیبیٹرز: یہ دمہ کے سوزش والے اجزاء میں سے ایک کے خلاف کام کرتی ہیں اور جب ورزش سے قبل یا الرجی زا یا ٹھنڈی ہوا کا سامنا کرنے سے قبل لی جائیں تو برونکوکونسٹرکشن سے تحفظ فراہم کرتی ہیں۔ لیکوٹرائین انھیبیٹرز کی مثالوں میں مونٹیلوکاسٹ شامل ہیں۔

d. زینتھائنز: برونکائل پٹھوں میں نرمی اور برونکائل اینٹھن میں راحت کے علاوہ، وہ تنفسی عمل پر مثبت اور سوزش مخالف اثرات مرتب کر سکتی ہیں۔ اس کی مثال تھیوفائلین ہے۔

عام ضمنی اثرات اور احتیاطی تدابیر

دافع دمہ کی ادویات کی اقسام	عام ضمنی اثرات	احتیاطی تدابیر
1. بیٹا$_2$-ایگونسٹس	• ہلکی کپکپاہٹ (خاص طور پر ہاتھوں میں) • اعصابی تناؤ • سر درد • پٹھوں میں کھنچاؤ • خفقان	• ہائپر تھائیرویڈزم، قلبی بیماری، اریتھمیاز، کیو ٹی – انٹرول پرولونگیشن، اور شدید ذہنی تناؤ کے مریضوں میں احتیاط کے ساتھ استعمال کی جانی چاہئیں۔ • ذیابیطس کے مریضوں میں

بھی احتیاط کے ساتھ استعمال کی جانی چاہئیں - کیٹوسیڈوسس کے خطرے کی وجہ سے، خون میں گلوکوز کی نگرانی کرنے کی ضرورت ہو سکتی ہے، خاص طور پر جب بیٹا$_2$ ایگونسٹ کو درون وریدی طور پر دی جائیں		
• پروسٹیٹک ہائپرپلیسیا، مثانے کے اخراج کی راہ میں رکاوٹ، اور اینگل-کلوژر گلوکوما کے مشتبہ طور پر شکار افراد میں احتیاط کے ساتھ استعمال کی جانی چاہئیں	• خشک منہ • معدے کی آنتوں کی حرکت پذیری کی خرابی (جن میں قبض اور اسہال شامل ہے) • کھانسی • سر درد	2. اینٹیمسکارینکس
3. کورٹیکوسٹیرائڈز		
• سسٹیمیٹک کورٹیکوسٹیرائڈ تھراپی والے بچوں میں ابتدائی نمو کی رفتار کم ہو سکتی ہے • پیراڈوکسیکل برونکوسپیسم کا ایک امکان موجود رہتا ہے	• نازک ہڈیاں • بلند فشار خون • ذیابیطس • وزن کا بڑھاؤ • موتیا اور گلوکوما • جلد کا پتلا ہونا • آسانی سے خراش لگنا • پٹھوں کی کمزوری	a. سسٹیمیٹک کورٹیکوسٹیرائڈز
• بچوں کے قد اور وزن کی سالانہ نگرانی کریں • بچوں میں ایڈرینل بحران اور کوما سے وابستہ ہونا، اس لیے ضرورت سے زیادہ خوراک سے پرہیز کریں	• منہ یا گلے میں فنگل انفیکشن، • کھردری آواز پیدا کر سکتا ہے	b. کشید کردہ ورٹیکوسٹیرائڈز
• شدید دمہ کے دوروں کے علاج کے لیے استعمال نہیں کی جانی چاہئیں • حمل اور دودھ پلانے میں احتیاط کریں • مونیلوکاسٹ کے حوالے سے شاذ و نادر صورتوں میں	• پیٹ کا درد • پیاس • سر درد • ہائپرکنسیا (چھوٹے بچوں میں)	4. لیکوٹرائن انہیبیٹرز

نیورسائیکیٹرک اثرات واقع ہو سکتے ہیں		
• دل کے دورے، جگر کی خرابی اور وائرل انفیکشن والے مریضوں میں احتیاط کے ساتھ استعمال کی جانی چاہئیں • معمر افراد، تمباکو نوشوں اور شراب نوشوں کے حوالے سے بھی احتیاط کے ساتھ استعمال کی جانی چاہئیں • زینتھائنز کے انتظام کے حوالے سے درون وریدی اور دیگر گزرگاہوں کی نسبت سے مسلسل استعمال سے گریز کرنا چاہیے	• متلی، قے • گیسٹرک جلن • اسہال • خفقان • ٹیکیکارڈیا • ارائیتھمیاس • سر درد • بے خوابی	5. زینتھائنز

دافع-دمہ کی ادویات لینے کے بارے میں عمومی مشورہ

- ڈاکٹروں کی ہدایت پر عمل کریں، اور انہیلرز کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کا طریقہ سیکھیں۔ خود سے اس کے لیے جانے کے طریقہ ہائے کار کو نہ روکیں اور نہ ہی بدلیں، جب تک کہ اپنے ڈاکٹر سے کوئی متفقہ خود انتظامی پلان نہ بنوا لیں۔ اگر کوئی مشکل ہو تو اپنے ڈاکٹر یا فاماسسٹ سے بات چیت کریں۔
- اگر آپ دونوں کو استعمال کرنے کی ضرورت ہو تو آپ کو ریلیور انہیلر(شدید دمہ سے نجات کے لیے استعمال کیا جاتا ہے) کے بعد پری وینٹیو انہیلر (پروفائلیکٹک اقدام کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے)کو استعمال کرنا چاہیے۔
- دمہ کے شدید دورے کے لیے آپ کو ہر وقت اپنے ساتھ قلیل مدتی فعال ریلیور انہیلر کو اپنے ساتھ رکھنا چاہیے۔ اگر آپ کو اس کے استعمال کی معمول سے زیادہ ضرورت ہو تو، آپ کو اپنے ڈاکٹر سے مشاورت کرنی چاہیے۔
- دمہ کے شدید مریضوں کو ڈاکٹروں کے مشورے کے بغیر اسپرین اور سوزش سے بچانے والی درد کش ادویات کو نہیں لینا چاہیے۔
- انہیلرز کو ہلکے گرم پانی سے دھو لیں اور اگر نوزیل کا راستہ بند ہوجائے تو اسے خشک ہونے دیں۔
- کورٹیکوسٹیرائڈ انہیلرز کے استعمال کے بعد منہ کو کھنگال لیں۔
- نیند کے دوران دمہ کے حملے سے بچنے کے لیے سونے سے قبل ادویات لیں۔

اپنے ڈاکٹر سے بات چیت کریں

- علاج کے بہترین آپشن کے حوالے طبی مشورہ طلب کریں۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کی حالت اور ادویات کے بارے میں آپ کے ردعمل پر غور کرنے کے بعد آپ کے لیے موزوں ترین ادویات تجویز کرے گا۔
- دمہ کے علاج کے لیے آپ کو ایک سے زیادہ ادویات تجویز کی جاسکتی ہیں، لہذا اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کو ہر تیاری کے مقصد اور استعمال سے آگاہ ہوں اور اگر آپ کو کوئی شبہ ہو تو اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔
- اپنے ڈاکٹر کو اپنی ادویات کے بارے میں آگاہ کریں جو آپ لے رہے ہوں، اور آپ جن بیماریوں سے دوچار ہوں ان سے آگاہ کریں کیونکہ یہ دمہ سے بچنے والی ادویات کے استعمال کے لیے خصوصی احتیاطی تدابیر کا تقاضا کر سکتی ہیں۔
- اگر آپ کو دافع دمہ کی ادویات لینے سے کسی علامت یا مضر اثرات کا سامنا ہو تو فوری طور پر طبی مشورہ طلب کریں۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کی ادویات کا جائزہ لے سکتا ہے۔
- اگر آپ کو طویل مدتی بنیاد پر دافع-دمہ ادویات استعمال کرنے کی ضرورت ہو تو، اپنے ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق باقاعدہ میڈیکل فالو اپ کروائیں۔

دافع دمہ ادویات کی سٹوریج

دافع-دمہ کی ادویات کو ٹھنڈی اور خشک جگہ پر رکھنا چاہیے۔ جب تک کہ لیبل پر واضح نہ کر دیا جائے، ادویات کو ریفریجریٹرز میں محفوظ نہیں کیا جانا چاہیے۔ مزید برآں، بچوں کی قابل رسائی جگہوں پر ادویات کو مناسب طریقے سے رکھنا چاہیے تاکہ انہیں اس بات سے محفوظ رکھا جائے کہ وہ کہیں حادثاتی طور پر ان کو نگل نہ لیں۔

تسلیم نامہ: ڈرگ آفس اس آرٹیکل کی تیاری کے حوالے سے پروفیشنل اینڈ کوالٹی ایشورنس (PD&QA) کا ان کی قابل قدر شراکت پر شکریہ ادا کرنا چاہتا ہے۔

ڈرگ آفس
محکمہ صحت
جنوری 2021