

گنجه پن کے لئے ادویات

- بال گرنا
- گنجه پن کا علاج
- گنجه پن کے لئے ادویات
- عام منفی اثرات اور احتیاطی تدابیر
- عام مشورے
- اپنے ڈاکٹر سے بات کریں
- گنجه پن کے لئے ادویات کا ذخیرہ

بال گرنا

زیادہ تر لوگ عام طور پر ایک دن میں 50 سے 100 بالوں کے گرنے کا سامنا کرتے ہیں۔ یہ بالعموم کھوپڑی کے بالوں کے پتلے ہونے کا سبب نہیں بنتا ہے کیونکہ ایک ہی وقت میں نئے بال بڑھتے رہتے ہیں۔ بالوں کا گرنا یا گنجا ہونا اس وقت ہوتا ہے جب بالوں کی نشوونما اور بہاؤ کا یہ عمل درہم برہم ہوجاتا ہے یا جب بال کی جڑ کے گرد بیرونی جلد ختم ہوجاتی ہے اور یہ زخم کے نشان میں تبدیل ہو جاتی ہے۔

بالوں کے گرنے کی اصل وجہ کو پوری طرح سے نہیں سمجھا جاسکتا ہے ، لیکن عام طور پر اس کا تعلق مندرجہ ذیل ایک یا ایک سے زیادہ عوامل سے ہے:

- خاندانی تاریخ (مورثیت) خاص طور پر مردانہ طرز کے گنجا پن کے لیے۔
- ہارمونل تبدیلیاں (جیسے حمل ، ولادت ، یا حیض کا بند ہوجانے کا آغاز)
- کچھ طبی حالتیں (جیسے گلے کی خرابی ، ذیابیطس ، خون کی کمی ، جلدی بیماری (ایس ایل ای) ، جلد کی شمولیت کے ساتھ سارکوائٹوسس ، اور کچھ ظاہری حالات جیسے کھوپڑی کی جلد کو لگنے والی متعدی بیماری، لاکن پلانسی ، اور ٹریکوٹیلومانیا جیسے عارضہ) جس میں لوگ مسلسل اپنے ہی بال کھینچتے ہیں۔))
- کچھ خاص علاج (جیسے کینسر کا علاج (کیمیائی علاج اور تابکاری تھراپی)) ، خون پتلا کرنے والا ، زیادہ مقدار میں وٹامن اے ، گٹھیا کی دوا، افسردگی ، دل کی بیماریاں، اور فشارِ خون، پیدائش پر قابو پانے کی گولیاں اور انابولک اسٹیرائڈز (پٹھوں کی تشکیل اور ورزش کی کارکردگی کو بہتر بنانے کے لیے لیا گیا اسٹیرائڈز))
- شدید جذباتی اور جسمانی دباؤ
- غذائیت کی کمی (ناکافی پروٹین یا آئرن، کھانے کی خرابی جیسا کہ بھوک کی کمی، زائد بھوک لگنا، اور وزن کم ہونا)

اینڈروجنیک گنجا پن

اینڈروجنیک گنجا پن سب سے عام اور تیزی سے بالوں کے گرنے کی قسم ہے۔ اسے مردانہ طرز کی گنجا پن، خواتین کی طرز کے گنجا پن ، یا صرف عام گنجا پن کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ اینڈروجنیک گنجا پن جینیاتی اور ہارمونل عوامل کے امتزاج کی وجہ سے ہوتا ہے۔ ڈائی ہائڈروٹیسٹوسٹیرون (ڈی ایچ ٹی) ایک مرکزی ہارمون

ہے جو جینیاتی طور پر حساس افراد میں اینڈروجنیٹک گنجا پن ہونے کا ذمہ دار ہے۔ ڈی ایچ ٹی کی وجہ سے کھوپڑی پر بالوں کے گرد بیرونی جلد میں تبدیلی لانے سے کھوپڑی کے بالوں کے گرنے کا سبب بنتا ہے۔ متاثرہ بیرونی جلد کے ذریعہ تیار کردہ بال آہستہ آہستہ قطر میں چھوٹے ہوجاتے ہیں ، لمبائی میں کم اور ہلکے رنگت میں ہوجاتے ہیں جب تک کہ بالآخر بیرونی جلد مکمل طور پر سکڑ جاتی ہے اور بالوں کی پیداوار بند ہوجاتی ہے۔

مردانہ طرز کی گنجا پن بلوغت کے ساتھ ہی شروع ہوسکتی ہے ، اور 50 سال کی عمر میں نصف مردوں پر اثر انداز ہوتی ہے۔ یہ عام طور پر کم ہوجانے والی ہیئر لائن کے نمونوں کی پیروی کرتا ہے ، اس کے بعد تاج اور کنپٹی پر بالوں کا پتلا ہونا، اس کے نتیجے میں جزوی یا مکمل گنجا پن ہوتا ہے۔ خواتین کی طرز کے گنجا پن میں ، بال عام طور پر صرف سر کے اوپری حصے پر ہوتے ہیں۔ یہ ان خواتین میں زیادہ نمایاں ہوتی ہے جو حیض کا بند ہونے کے عمل سے گزر رہی ہوں۔

اینڈروجنیٹک گنچے پن کے علاوہ ، بالوں کے گرنے کی دوسری اقسام بھی ہیں جیسے گنجا پن ارٹیا (اے اے) ، ٹیلوجن ایفلوونیم (ٹی ای)۔

ارٹیا گنجا پن

ایریٹھا گنجا پن اکثر ایک ہی گول پیچ (کسی بڑے سکے کی جسامت کے بارے میں) یا بالوں کے جھڑنے کے متعدد پیچ کے طور پر پیش کرتا ہے جو گنچے پن کے بڑے علاقوں میں اکٹھا ہوسکتا ہے۔ وہ عام طور پر کھوپڑی پر ظاہر ہوتے ہیں لیکن جسم پر کہیں بھی ہوسکتے ہیں۔ یہ کسی بھی عمر میں ہوسکتا ہے ، لیکن زیادہ تر نوجوانوں کو متاثر کرتا ہے۔ ایریٹھا گنجا پن میں بال کھو جاتے ہیں کیونکہ یہ سوزش سے متاثر ہوتا ہے۔ اس سوزش کی وجہ معلوم نہیں ہے لیکن یہ خیال کیا جاتا ہے کہ قوت مدافعت کا نظام ، قدرتی دفاعی نظام جو عام طور پر جسم کو انفکشن اور دیگر بیماریوں سے بچاتا ہے ، بڑھتے بالوں پر حملہ کر سکتا ہے۔ ایسا کیوں ہوسکتا ہے اسے پوری طرح سے سمجھا نہیں جاسکتا ہے ، اور نہ ہی یہ معلوم ہے کہ صرف مقامی جگہوں پر ہی کیوں اثر پڑتا ہے اور بال عام طور پر بال دوبارہ آجاتے ہیں۔

ٹیلوجن ایفلوونیم

ٹیلوجن ایفلوونیم (ٹی ای) میں ، بالوں کا گھنا پن کم ہوجاتا ہے جس کے نتیجے میں بالوں کی مقدار کم ہوجاتی ہے۔ بالوں کے گھنے پن میں کمی کا سبب ہر دن بالوں کے گرنے میں نمایاں اضافہ ہوتا ہے ، جو بالوں کے بڑھتے ہوئے مرحلے کے تناسب (اجنین) سے ٹوٹنے کے مرحلے (ٹیلوجن) میں منتقل ہوتا ہے۔ عام طور پر کھوپڑی کے بالوں کا صرف 10٪ بال ٹیلوجن مرحلے میں ہوتا ہے ، لیکن ٹیلوجن ایفلوونیم میں یہ 30٪ یا اس سے زیادہ تک بڑھ جاتا ۔

ٹی ای کی وجہ عام بالوں کے چکر میں خلل پڑنے کی وجہ سے ہے۔ ٹیلوجن ایفلوونیم کے عام محرکات میں بچے کی پیدائش ، شدید صدمے یا بیماری ، دماغی دباؤ یا زندگی کا اہم واقعہ (جیسے کسی کی کھو جانے کی علامت) ، وزن میں کمی اور انتہائی پریزی کی نشاندہی ، کھوپڑی کو متاثر ہونے والی جلد کی شدید بیماری ، ایک نئی دوا یا ہارمون کا علاج کو ترک کرنا شامل ہے۔

گنچے پن کا علاج

بالوں کے گرنے کے بہت سے معاملات عارضی ہوتے ہیں۔ جبکہ کچھ بالوں کا گرنا مستقل ہے۔ کچھ عمر بڑھنے

کا فطری حصہ ہیں اور انہیں علاج کی ضرورت نہیں ہے۔ کچھ طبی حالات کے اس عمل کا ایک حصہ ہیں جو طبی حالات کے علاج کے ساتھ ہی حل ہوجائیں گے۔ جبکہ کچھ اقسام کے لئے علاج دستیاب ہے۔

بالوں کے جھڑنے کا جذباتی اثر ہوسکتا ہے ، لہذا اگر آپ اپنی ظاہری شکل سے بے چین ہوں تو آپ علاج کی طرف دیکھنا چاہتے ہیں۔ علاج کے اہداف بالوں کی نشوونما کو فروغ دینا ، بالوں کے جھڑنے کی رفتار کو کم کرنا یا بالوں کے جھڑنے کو چھپانا ہے۔ بالوں کے جھڑنے کی کچھ اقسام کے لئے دوائی سے علاج دستیاب ہے۔

- ٹیلوجن ایفلوئیم عام طور پر بغیر کسی مداخلت کے مکمل طور پر حل ہوجاتا ہے ، کیونکہ ٹیلوجن کی معمول کی لمبائی تقریباً 100 days دن (3 سے 6 ماہ) ہوتی ہے جس کے بعد بال دوبارہ اگنے لگتے ہیں (اینجین فیز)۔

- ہینرٹا گنجے پن کے لئے ایک سال کے اندر بال بغیر کسی علاج کے دوبارہ اگ سکتے ہیں۔ اریٹا گنجے پن کے علاج کے لئے ایک دوا ہے جیسے۔ کورٹیکوسٹیرائڈ، یہ سوجن کو کم کرنے اور مدافعتی نظام کو دبائے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔
- اینڈروجنک گنجے پن کے لیے دوائیوں سے علاج دستیاب ہے۔

ادویات کے علاج کے علاوہ اور بھی علاج دستیاب جیسے سرجری ، لیزر تھراپی ، اور وگس موجود ہیں۔ آپ کے ڈاکٹر بہترین نتائج حاصل کرنے کے لیے ان طریقوں کا مجموعہ تجویز کرسکتے ہیں۔

گنجے پن کی ادویات

اینڈروجنک گنجے پن کی ادویات

فائنسٹرائڈ اور مینو آکسیڈیل ، دو دوائی مردانہ طرز کے گنجا پن کے علاج میں استعمال ہوتی ہیں۔ مائن آکسیڈیل فی الحال واحد دوا ہے جو خواتین کی طرز کے گنجا پن کے علاج کے لیے دستیاب ہے۔

فائنسٹرائڈ کھانے والی گولیوں کے طور پر دستیاب ہے جو صرف مردوں کے لئے استعمال ہوتی ہیں۔ یہ ہارمون ٹیسٹوسٹیرون کو ہارمون (ڈی ایچ ٹی) ڈائی ہائڈروٹیسٹوسٹیرون میں تبدیل ہونے سے روکنے کے ذریعہ کام کرتا ہے۔ ڈی ایچ ٹی کی وجہ سے بالوں کے پھوڑے سکڑ جاتے ہیں ، لہذا اس کی پیداوار کو مسدود کرنے سے بالوں کے پٹک اپنے معمول کے سائز کو دوبارہ حاصل کرنے کی اجازت دیتے ہیں۔ کسی بھی اثر کو دیکھنے سے پہلے عام طور پر فائنسٹرائڈ استعمال کرنے میں تین سے چھ ماہ لگتے ہیں۔ اگر علاج بند کر دیا جاتا ہے تو گنجا پن کا عمل عام طور پر چھ سے بارہ ماہ کے اندر دوبارہ شروع ہوجاتا ہے۔

مائن آکسیڈیل لگانے والی دوائی (جیسے لگانے والا محلول / لوشن ، اور جھاگ) کے طور پر دستیاب ہے جو مردوں اور عورتوں کے لئے استعمال ہوسکتی ہے۔ یہ براہ راست کھوپڑی پر لگایا جاتا ہے۔ یہ واضح نہیں ہے کہ منکسائڈیل کس طرح کام کرتی ہے۔ اس کا اثر عام طور پر دیکھنے سے پہلے کئی مہینوں تک استعمال کرنا پڑتا ہے۔ گنجے پن کا عمل عام طور پر دوبارہ شروع ہوجائے گا اگر مینو آکسیڈیل کا استعمال بند کر دیا جاتا ہے۔ علاج بند ہونے کے تین سے چار ماہ بعد دوبارہ بڑھے ہوئے بال نکل سکتے ہیں۔

فائنسٹرائڈ گولیاں صرف نسخے والی ادویات ہیں ، جبکہ لگانے کی تیاری میں 5٪ سے زیادہ مینو آکسیڈیل پر مشتمل

نہی، صرف دواسازی کی ادویات ہیں۔

5% سے زیادہ تیاریاں ہی نہیں ہیں۔ علاج شروع کرنے سے پہلے کسی بنیادی وجوہات کی نشاندہی کرنے کے لئے ڈر میٹولوجسٹ کی رائے یا طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔ علاج شروع کرنے سے پہلے بنیادی وجوہات کی نشاندہی کرنے کے لئے کسی جلد کے ڈاکٹر کی رائے یا طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

ارٹیا گنجے پن کے لئے دوائیں

اگرچہ نہ تو آرٹیا گنجے پن کا کوئی علاج ہے اور نہ ہی اس کے علاج کے لئے منظور شدہ دوائیں ہیں، کچھ لوگوں کو معلوم ہے کہ دوسرے مقاصد کے لئے منظور شدہ دوائیں کم از کم عارضی طور پر بالوں کو دوبارہ بڑھنے میں مدد فراہم کر سکتی ہیں۔ انٹرایلیسیونل کورٹیکوسٹیرائڈز انجکشن کے مقام پر بالوں کے دوبارہ اگنے کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں اور بالوں کے محدود اگنے کے لئے فائدہ مند ثابت ہو سکتے ہیں۔ انٹرایلیسونل کورٹیکوسٹیرائڈ انجکشن کے منفی اثر میں انفیکشن، سر درد، جوڑوں کا درد اور انجیکشن سائٹ کے رد عمل کا خطرہ بڑھتا ہے۔ تیزی سے بڑھتی ہوئی صورت حال میں مستقل کارٹیکوسٹیرائڈز کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔ کھانے والی کورٹیکوسٹیرائڈ کے منفی اثر کے لئے، براہ کرم مندرجہ ذیل ویب سائٹ پر کھانے والی کورٹیکوسٹیرائڈ سے متعلق صحت کی معلومات دیکھیں۔

http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/consumer/news_informations/dm_02.html

انٹرایلیسونل اور پر کھانے والی کورٹیکوسٹیرائڈ دونوں ہی نسخے دوائیں ہیں۔

عام منفی اثرات اور احتیاطی تدابیر

احتیاطی تدابیر	عام منفی اثرات	گنجے پن کی ادویات
<ul style="list-style-type: none"> • جگر کی خرابی میں احتیاط کے ساتھ استعمال کریں۔ • تھراپی سے پہلے اور اس کے دوران مریضوں کو پروسٹیٹک کارسینوما کا جائزہ لیا جانا چاہئے۔ • جو خواتین حاملہ ہوتی ہیں یا ہو سکتی ہیں ان میں مخالف علامت کو ظاہر کیا جاتا ہے۔ • جو خواتین حاملہ ہیں یا ہو سکتی ہیں انہیں فنسٹرائڈ کی پسی یا ٹوٹی ہوئی گولیاں لینے سے گریز کرنا چاہئے۔ • اگر جنسی ساتھی حاملہ ہے یا حاملہ ہونے کا امکان ہے تو کنڈوم کے استعمال کی سفارش کی جاتی ہے۔ • مرد چھاتی میں کے کینسر کے 	<ul style="list-style-type: none"> • نامردی • مردانہ شہوت میں کمی • انزال کی خرابی • چھاتی کا درد اور بڑھنا • خصیے میں درد 	<p>1. فائنسٹرائڈ (کھانے والی)</p>

<p>معاملات کی اطلاع ملی ہے۔</p> <ul style="list-style-type: none"> • بلند درجہ کے پروسٹیٹ کینسر کا خطرہ بڑھ سکتا ہے۔ 		
<p>کھوپڑی تک ہی محدود ہونا چاہئے۔</p> <p>جسم کے دوسرے حصوں پر نہ لگائیں۔</p> <p>آنکھوں ، منہ اور لعابی جھلی، ٹوٹی ہوئی، متاثرہ، مونڈتے والی یا سوجن والی جلد کو چھونے سے پرہیز کریں۔</p> <p>جب سپرے کرنے والے کا آلے کا استعمال کیا جائے تو سپرے کے دھویں سے بچیں</p> <p>بند کرنے والی مرہم پٹی اور لگانے والی دواؤں سے پرہیز کریں جو جذب کو بڑھا دیتے ہیں۔</p> <p>اگر بالوں کا گرنا میں اضافہ 2 ہفتوں سے زیادہ رہتا ہے تو اسے بند کریں۔</p> <p>اگر ایک سال کے بعد بھی بہتری نہ ہو تو صارفین کو علاج بند کر دینا چاہئے۔</p> <p>حاملہ یا دودھ پلانے والی مائیں استعمال سے پرہیز</p> <p>علاج یا غیر علاج شدہ ہانی بلڈ پریشر والے صارف میں علامات ظاہر کرتا ہے۔</p>	<p>رابطہ جلد کی سوزش</p> <ul style="list-style-type: none"> • خارش • جلن • گرمی لگنا • بالوں کی رنگت یا بناوٹ میں تبدیلی۔ • سردرد 	<p>2. مائن آکسیڈیل (لگانے والی دوا)</p>

عام مشورے

- تغذیہ بخش متوازن غذا کھائیں۔ اگر آپ کو اچھی حوراک حاصل ہے تو، غذائیت سے متعلق اضافی خوراک لینا مددگار ثابت نہیں ہوا ہے۔
- سخت بالوں کے اسٹائل سے بچیں جیسے بالوں کا جوڑا ، بنس یا پونی ٹیل۔
- اپنے بالوں کو گھمانے ، رگڑنے یا کھینچنے سے پرہیز کریں
- برش کرتے اور دھوتے وقت اپنے بالوں کے ساتھ نرم سلوک کریں۔ چوڑے دانتوں والی کنگھی بالوں کو ٹوٹنے

- سے روک سکتی ہے۔
- سخت علاج جیسا کہ گرم رولرس، بالوں کو بل دینے کا آلہ، گرم تیل کے علاج اور مستقل مزاج جیسے سخت سلوک سے پرہیز کریں۔

اپنے ڈاکٹر سے بات کریں

- علاج کے بہترین انتخاب کے لیے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کی حالت اور ادویات کے بارے میں آپ کے ردعمل پر غور کرنے کے بعد آپ کے لئے انتہائی مناسب دوائیں تجویز کرے گا۔
- پیدا ہونے والے کسی بھی غیر معمولی اور سنگین منفی اثرات کو دیکھیں۔ اگر آپ کو ایسی علامات کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو فوری طور پر اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔
- فائنسٹرائڈ گولیاں کے استعمال کے دوران چھاتی کے تشووں میں کسی قسم کی تبدیلی جیسے گانٹھ، درد، یا نپل خارج ہونے کی اطلاع اپنے ڈاکٹر کو فوری طور پر بتائیں۔
- اپنے ڈاکٹر کو مطلع کریں کہ آپ حاملہ ہیں یا چھاتی کا دودھ پلاتی ہیں کیوں کہ مینو آکسیڈل لگانے والی دوائی کا استعمال ان خواتین کو نہیں کرنا چاہئے جو حاملہ ہیں یا دودھ پلاتی ہوں۔
- اپنے ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق باقاعدگی سے میڈیکل فالو اپ کریں۔

گنجه پَن کے لئے ادویات کا ذخیرہ

ایلوپسیہ کے لیے ادویات کو ٹھنڈی اور خشک جگہ پر رکھنا چاہئے۔ جب تک کہ لیبل پر واضح نہیں کیا جاتا ہے، ادویات کو فرج میں محفوظ نہیں کیا جانا چاہئے۔ مزید برآں، گنجه پَن دوائیوں کو صحیح طور پر ایسی جگہوں پر رکھنا چاہئے جو بچوں کی رسائی سے دور ہوں تاکہ حادثاتی طور پر لینے سے بچا جا سکے۔

اعتراف: ڈرگ آفس پیشہ ورانہ ترقی اور کوالٹی اشورینس (پی ڈی اینڈ کیو اے) کا اس مضمون کی تیاری میں ان کی گران قدر شراکت پر شکریہ ادا کرنا چاہتا ہے۔

ڈرگ آفس

محکمہ صحت

مارش 2016