

دوا سے متعلق مشورہ

- فوراً اپنے ڈاکٹر سے رُجوع کریں اگر آپ کو الرجی کا کوئی سامنا ہو جیسے جلد کی خارش، چہرے یا ہاتھوں میں سوجن اور سانس لینے میں دشواری محسوس ہو۔
- جلابوں کا طویل مدتی استعمال انحصار اور آنتوں کی افعال میں کمی کا باعث بن سکتا ہے۔
- اندھا دھند اینٹی ایمٹیٹیٹی ادویات نہ لیں۔ آنتوں کے انفیکشن کی وجہ سے ہونے والے اسہال کے لیے، اینٹی موٹیٹیٹیٹی ادویات آنتوں میں نقصان دہ بیکٹیریا کے انخلا میں رکاوٹ بن سکتی ہیں اور صورتحال کو خراب کر سکتی ہیں۔
- اگر آپ حاملہ ہیں، یا حاملہ ہونے کا منصوبہ رکھتی ہیں یا دودھ پلا رہی ہوں تو اپنے ڈاکٹر کو مطلع کریں۔
- اپنے ڈاکٹر یا فارمسٹ کو ان ادویات کے متعلق بتائیں جو آپ لے رہے ہوں، بشمول نسخے کی ادویات، بغیر نسخہ ادویات اور وٹامنز۔

طرز زندگی کا مشورہ



- کافی مقدار میں سیال پائیں۔
- قبض کے لیے، سبزیوں، پھل یا چکی اناج کھا کر فائبر کی مقدار میں اضافہ کریں۔
- اسہال کے لیے، مناسب غذائیت کو برقرار رکھیں اور چکنائی آمیز خوراک سے بچیں۔
- ورزش باقاعدگی سے کریں۔
- آنتوں کی مستقل عادت پیدا کریں۔ پاخانہ کرنے کی خواہش کو نظر انداز نہ کریں۔
- معدے کے انفیکشن سے بچنے کے لیے عمدہ حفظان صحت برقرار رکھیں۔

یہ معلوماتی کتابچہ محض حوالہ کے لیے ہے۔ ڈاکٹروں اور فارمسٹ کی ہدایت کے مطابق ادویات کا استعمال کیا جانا چاہیے۔

تفتیش کے لیے، براہ مہربانی اپنے ڈاکٹر، ڈسپنسری عملہ یا دیگر صحت سے متعلق پیشہ ور افراد سے رابطہ کریں۔

اپنی ادویات کی دوسروں کے ساتھ شراکت نہ کریں۔

اسہال کی علامات اور ادویات کے متعلق عمومی علم



Drug Office
Department of Health



اسہال کی ادویات

اینٹی موٹی لیبٹی ادویات (لوپرامائیڈ)

یہ آنتوں کی حرکت کو روکتی ہیں اور اسہال کی علامات کو دور کرتے ہیں۔ مریضوں کو ہدایت کردہ خوراک سے زیادہ نہیں لینا چاہیے۔ انہیں خونی اسہال یا بخار سے بچنا چاہیے۔ عام ضمنی اثرات میں قبض، متلی اور پیٹ درد شامل ہیں۔

اورل ریہائیڈریشن سالٹس

یہ اسہال سے ضائع ہونے والے مائع اور الیکٹرویلیٹس کو بھرنے



کے لیے الیکٹرویلیٹس اور گلوکوز کا ایک مجموعہ ہیں۔ اورل ریہائیڈریشن سالٹس صاف پانی پینے کے پانی میں تحلیل کیے جائیں جیسا کہ ہدایت کی گئی ہو اور ان کو بار بار مختصر گھونٹوں میں پیا ہو۔ اختلاط شدہ حصے کو اختلاط کے 24 گھنٹے بعد ضائع کر دینا چاہیے۔

جیروٹس

ادویات کسی ٹھنڈی، خشک جگہ پر رکھیں اور براہ راست گرمی اور روشنی سے دور رکھیں۔ عام طور پر، ریفریجریٹر میں محفوظ کرنے کی ضرورت نہیں جب تک ادویات کے لیبل پر بیان نہ کیا جائے۔ ادویات بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔

جلاب

حجم تشکیل دینے والے جلاب (سائیلیم)



یہ فضلاتی مواد میں اضافہ کرتے ہیں۔ ان حجم تشکیل دینے والے جلابوں کی کارروائی کا آغاز 24 سے 72 گھنٹے تک ہوتا ہے۔ دانہ دار صورت میں حجم

بنانے والے جلابوں کے لیے، یہ دانہ دار ذرات لینے سے پہلے پانی میں گھول لیں یا ملا دیں۔ عام ضمنی اثرات میں درد شکم، اپہارہ اور پیٹ میں اینٹھن شامل ہیں۔



محرک جلاب

(بیساکوڈائل، سینا، گلیسرین سوپاسٹریز)

یہ آنتوں کے پٹھوں کے سکڑاؤ کو تحریک دیتی ہیں۔ اورل تشکیل کی کارروائی کا آغاز 6 سے 12 گھنٹے تک ہوتا ہے جبکہ مقعد کی تشکیل 15 سے 60 منٹ تک ہوتی ہے۔ اورل صورت میں یہ عام طور پر رات کو لی جاتی ہیں۔ عام ضمنی اثرات میں پیٹ درد اور متلی شامل ہیں۔

اوسٹمک جلاب (لییکٹولوز)

یہ آنتوں میں پانی کھینچتے ہیں۔ اوسٹمک جلاب کی کارروائی کا آغاز 2 سے 3 دن تک ہوتا ہے۔ عام ضمنی اثرات میں پیٹ درد، پیٹ میں اپہارہ، متلی اور اُلٹی شامل ہیں۔

قبض اور اسہال

آنتوں کی عادات افراد میں مختلف ہوتی ہیں۔ عام طور پر اس وقت تک معمول سمجھا جاتا ہے جب تک کہ آنتوں کی حرکت کا باقاعدہ نمونہ موجود ہو اور پاخانے نرم اور گزرنے میں آسانی ہوں۔ قبض سے مراد آنتوں کی نقل و حرکت ہوتی ہے جو غیر متوقع ہو، ان کا گزرنہ مشکل ہو، یا بظاہر نامکمل ہو۔ دوسری طرف، اسہال سے مراد آنتوں کی ایک حد سے زائد فعال حرکت ہو جس میں چوبیس گھنٹوں کے اندر اندر تین یا زیادہ ڈھیلے یا پانی والے پاخانے ہوں۔

ان علامات پر نظر رکھیں



اگر آپ کو درج ذیل علامات محسوس ہوں تو اپنے ڈاکٹر سے مشاورت کریں:

- طویل قبض یا اسہال
- بلغم یا خون سے پاخانہ
- بخار
- پیٹ میں انتہائی شدید درد
- وزن میں غیر توضیحی کمی