நோயாளிக்குத தகவல்

சிகிச்சை மருந்து:

இதய நோய்கள்

என்டி எஞ்ஜீனல் ஏஜண்ட்ஸ் (I)

நைட்ரேட்ஸ்

Medicine To Treat: **Cardiac Diseases**

Anti-anginal Agents(I) Nitrates

உங்களுக்கு பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளை பற்றி விவரங்கள்

உங்கள் மருத்துவர் இப்போது உங்களுக்கு நைட்ரேட் வகை மருந்தை பரிந்துரைத்திருக்கிறார். உதாரணத்திற்கு ஐசோசோற்பைட் டைநைட்ரேட் (ஐசோபின், ஐசோர்டில், சோர்பிட்ரேட், ஐசோசோற்பைட் மோநோடைட்ரேட் (இம்டெக்ஸ் சிஆர், இம்டூர், இஸ்மோ 20), கிலஸ்சரைல் டிரைநைட்ரேட் (ஜீடிஎன்) (என்ஜிஸட், டிபொநிட்)

நைட்ரேட்ஸ் எதற்காக பயன்படுத்தப்படுகிறது?

நெஞ்சு வலிக்கான அறிகுறிகளை தவிர்க்கவும் சரி செய்யவும் நைட்ரேட்ஸ் உதவுகின்றன. இருதயத்திற்கு போதிய இரத்த ஓட்டமும், பிராணவாயுவும் செல்லாதபோது நெஞ்சு வலி ஏற்படுகிறது. நைட்ரேஸ்ட் இருதயத்திற்கு செல்லும் இரத்த நாளங்களை தளர்வு அடையச் செய்வதின் மூலம் இருதயத்திற்கான இரத்த ஓட்டத்தையும், பிராணவாயுவின் அளவையும் அதிகரிக்கிறது.

நைட்ரேஸ்ட் சாதாரண,வெகு நேரம் பயனுடைய மற்றும் நாக்கிற்கு அடியில் வைக்கக்கூடிய, மாத்திரை வகைகளிலும் ஒட்டு வில்லைகளாகவும், வாய் வழி உட்கொள்ளப்படும் ஸ்பிரே வகைகளிலும் வருகின்றன.

உட்கொள்ளப்படும் அளவு மற்றும் உட்கொள்ளப்படும் வகையைப் பொருத்து, நைட்ரேட்ஸ் மூன்று விதங்களில் நெஞ்சு வலியை சமாளிக்க உதவுகின்றன:

- நெஞ்சு வலியின் தொடக்கத்தில் நைட்ரேஸ்ட் பயன்படுத்துவதின் மூலம் நெஞ்சு வலியைக் குறைக்கலாம்;
- நெஞ்சு வலி வருவதற்கு சற்று முன் நைட்ரேட்ஸ் பயன்படுத்துவதின் மூலம் நெஞ்சு வலி வருவதை தவிர்க்கலாம்;
- நெஞ்சு வலி வரும் எண்ணிக்கையைக் குறைக்கவும் நைட்ரேட்ஸ் வழக்கமாக வெகு நாள் அடிப்படையில் பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன.

நான் இம்மருந்தை எப்படி உட்கொள்ளவேண்டும்?

வாய்வழி உட்கொள்ளும் மாத்திரைகள்

- ஐசோசோற்பைட் டிரைநைட்ரேட் மற்றும் மோநோநைட்ரேட் ஆகியவையே வாய் வழி உட்கொள்ளப்படும் மாத்திரைகள்
- வாய்வழி உட்கொள்ளப்பட்டு, முழுங்கப்படும் மாத்திரைகள் நெஞ்சு வலியின் எண்ணிக்கையை குறைக்க உதவுகின்றன.ஆனால் இவை நெஞ்சு வலி ஏற்படும் பொழுது உடனடி நிவாரணம் அளிக்கக்கூடியவை அல்ல.
- நைட்ரேட்ஸ் மாத்திரைகள் பெரும்பாலும் முழு குவளை தண்ணீரில் வெறும் வயிறாக இருக்கும் பொழுதே உட்கொள்ளப்படுகின்றன (சாப்பாட்டிற்கு, ஒரு மணி நேரம் முன்னதாக அல்லது உணவிற்குப் பின் இரண்டு மணி நேரம் கழித்து).
- சாதாரண மாத்திரைகள் 6லிருந்து 8 மணி நேர இடைவெளியில் உட்கொள்ளப்படும்.

குழந்தைகளுக்கு எட்டாத இடத்தில் மருந்துகளை வைத்திருங்கள்

- வெகு நேரம் பயனுடைய மாத்திரைகள் ஒரு நாளில் ஒன்று அல்லது இரண்டு முறையே உட்கொள்ளப்படுகின்றன. மாத்திரைகளை உடைத்து அல்லது மென்று தின்னவேண்டாம்.

நாக்கிற்கு அடியில் வைக்கக்கூடிய மாத்திரைகள் மற்றும் ஸ்பிரே வகைகள்

- ஐசோசோற்பைட் டைநைட்ரேட் மற்றும் கிலிஸ்சரைல் டிரைநைட்ரேட் (ஜீடிஎன்) ஆகியவையே நாக்கிற்கு அடியில் வைக்கக்கூடிய மாத்திரைகள் ஆகும். ஜூடிஎன் ஸ்பிரே வகையிலும் தற்போது கிடைக்கிறது.
- ஐசோசோற்பைட் டைநைரேட் மற்றும் ஜீடிஎன் நாக்கிற்கு அடியில் வைக்கக்கூடிய மாத்திரைகள், ஜீடிஎன் வாய் ஸ்பிரே ஆகியவை, நெஞ்சு வலியை குறைக்கவும் வரக்கூடிய நெஞ்சு வலியை வராமல் தவிர்க்கவும் (உதாரணத்திற்கு உடற்பயிற்சி செய்வதற்கு முன்) பயன்படுத்தப்படுகின்றன.
- இம்மாத்திரைகளையோ அல்லது ஸ்பிரேயையோ நெஞ்சு வலி அறிகுறிகள் தோன்றும் பொழுதே பயன்படுத்தவேண்டும். வலி அதிகரிக்கும் வரை காத்திருக்க வேண்டாம்.
- இவை சாதாரணமாக 5 நிமிடங்களில் நிவாரணம் அளிக்கக்கூடியவை. வழி குறையவில்லையென்றால் இரண்டாவது மாத்திரையோ அல்லது ஸ்பிரேயையோ பயன்படுத்தவும். இன்னும் வலி 5 நிமிடங்களுக்கு நீடித்தால், மூன்றாவது மாத்திரையையோ அல்லது ஸ்பிரேயையோ பயன்படுத்துங்கள். அப்படி 15 நிமிட காலகட்டத்திற்குள் மூன்று மாத்திரைகள் அல்லது ஸ்பிரேயை பயன்படுத்தியும் வலி குறையவில்லையென்றால், உங்களது மருத்துவருடன் தொடர்பு கொள்ளவும் அல்லது அருகேயுள்ள மருத்துவமனையின் விபத்து மற்றும் அவசரகால பிரிவிற்கு செல்லவும்.
- நெஞ்சு வலியை தவிர்க்க நீங்கள் ஜீடிஎன் பயன்படுத்தினால், மாத்திரையை 5 நிமிடத்திலிருந்து 10 நிமிடம் வரை நாக்கிற்கு அடியில் வைத்து அது கரைந்த பின்னரோ அல்லது ஸ்பிரே பயன்படுத்திய பின்னரோ நெஞ்சு வலியை ஏற்படுத்தக்கூடும் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுங்கள்.

நாக்கிற்கு அடியில் வைக்கக் கூடிய மாத்திரைகளை எப்படி உட்கொள்ள வேண்டும்:

- [ ] நாக்கிற்கு அடியில் ஒரு மாத்திரையை வைத்து அது முறையாக கரையும் வரை பொருத்திக்கவும். நீங்கள் அம்மாத்திரையை மென்று, சிறு துண்டுகளாக்கி சீக்கிரமாக உடலுக்குள் செல்ல உதவலாம்.

ஜூடிஎன் ஸ்பிரேயை எப்படி பயன்படுத்துவது:

- [ ] மேலுள்ள பிளாஸ்டிக் உரையை கழற்றவும். ஸ்பிரேயை குலுக்க வேண்டாம்.
- [ ] ஸ்பிரேயை மேல் நோக்கியபடி பிடித்தபின் வாயை அருகே கொண்டு சென்று பொத்தனை அழுத்தி, ஸ்பிரே நாக்கின் மேல் மற்றும் அடிபகுதியில் படும்படி செய்யவும். ஸ்பிரேயை சுவாசிக்க வேண்டாம்.

காலாவதியான அல்லது இனியும் தேவைப்படாத மருந்துகளை ஒதுக்கி விடுங்கள்

☐ பொத்தானை அழுத்திவிட்டபின், வாயை மூடிக் கொள்ளவும். ஸ்பிரேயை பயன்படுத்தியபின் உடனே எச்சில் முழுங்குவதை தவிர்க்கவும்.

ஒட்டு வில்லைகள்

- தோலின் மேல் பயன்படுத்தப்படும் ஒட்டு வில்லைகளிலுள்ள நைட்ரேட்ஸ் மூலம் நெஞ்சு வலி வரும் எண்ணிக்கை குறைகிறது. கிலஸ்சரைல் டிரைநைட்ரேட்ஸ் ஒன்றே ஒட்டு வில்லைகளில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.
- ஒட்டு வில்லைகளை வெட்டி மற்றும் சிறிதாக்கி நைட்ரேட்ஸ் அளவை மாற்ற வேண்டாம். மருந்து தகுந்த பயனை தரவில்லையென்றால் மருத்துவரை கலந்தாலோசிக்கவும்.
- ஒட்டு வில்லைகளை தோலின் மேல் சுத்தமான ஈரப்பசையற்ற, முடி குறைவாக அல்லது அறவே இல்லாத, வெட்டு காயங்கள் மற்றும், புண் அல்லது அழற்சி இல்லாத இடமாக பார்த்து பயன்படுத்தவும். பழைய வில்லையை எடுத்த பின் புதிய வில்லையை ஒட்டவும்.
- வில்லைகள் ஒட்டாமல் இருந்தாலோ அல்லது கீழே விழுந்து விட்டாலோ புதிய வில்லையை பயன்படுத்தவும்.
- வெவ்வேறு இடங்களில் வில்லையை ஒட்டுவதன் மூலம் தோல் அழற்சியை தவிர்க்கலாம்.
- பரிந்துரைக்கப்படும் ஜூடிஎன் அளவு ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் மாறுபடும். ஒட்டு வில்லைகளை பயன்படுத்துவதற்கும் அகற்றுவதற்கும் உங்கள் மருத்துவரின் அறிவுரைப்படி செயல்படுங்கள். இவ்வில்லைகள் சாதாரணமாக, ஒட்டிய 12 மணி நேரத்தில் இருந்து 18 மணி நேரத்திற்குள், அகற்றப்படும்.

நான் ஒரு முறை நைட்ரேட்ஸ் பயன்படுத்த மறந்து விட்டால் என்ன செய்வது?

ஞாபகம் வந்ததும் அந்த வேளைக்கான நைட்ரேஸ்சை உட்கொள்ளவும். ஆனால் அடுத்த முறை நைட்ரேட்ஸ் பயன்படுத்தும் நேரம் நெருங்கிவிட்டால், மறந்த வேளைக்கான நைட்ரேட்ஸ்யை உட்கொள்ளாமல் தற்போது உட்கொள்ள வேண்டிய அளவு மட்டும் உட்கொண்டு உங்கள் வழக்கத்தை தொடருங்கள். ஒருமுறை மறந்த நைட்ரேட்ஸ்யை அடுத்த முறையோடு சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டாம்.

இவ்வகை மருந்துகள் எவ்விதமான பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தலாம்?

தலைவலி, தோலின் நிறம் சற்று சிவப்பாகுதல், மயக்கம், பலம் இல்லாமை, வேகமான இதய துடிப்பு, வாந்தி எடுப்பதற்கான உணர்வு மற்றும் வாந்தி ஆகியவை அடிக்கடி ஏற்படும்

பக்க விளைவுகள். இப்பக்க விளைவுகள் பெரும்பாலும் தற்காலிகமானவை. இவை தானாகவே மறையக்கூடும். இப்பிரச்சனைகள் தொடர்ந்து நீடித்தால் மருத்துவரையோ, மருந்தாளுநரையோ நாடுங்கள்.

எவ்வித முன் எச்சரிக்கைகளை பின்பற்ற வேண்டும்?

ஒவ்வாமை - நைட்ரேட்ஸ் மற்றும் நைட்ரேட்ஸ் சம்பந்தப்பட்ட ஒவ்வாமை உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருந்தால் மருத்துவரிடம் சொல்லவும். மற்ற பொருட்கள், உணவுவகைகள் மற்றும் வெகு நாட்களுக்கு உணவுப் பொருட்களை நன்கு வைத்திருக்க உதவும் திரவகப் பொருட்கள் மற்றும் சாயங்களுடன் உங்களுக்கு ஒவ்வாமை ஏற்பட்டிருந்தாலும் மருத்துவரிடம் தெரிவிக்கவும்.

கர்பம் - நீங்கள் கர்பமாக இருந்தால் அல்லது கர்பமுறும் எண்ணமிருந்தாலும், தாய்ப்பால் கொடுத்துக்கொண்டிருந்தாலும் மருத்துவரிடமும், மருந்தக நிபுணரிடமும் தெரிவிக்கவும். நைட்ரேட்ஸ் உட்கொண்டு வரும்பொழுது கருவுற்றாலும் மருத்துவரிடம் தெரிவிக்கவும்.

முதியோர் - முதியோர் நைட்ரேட்ஸ் மருந்துகளால் அதிகம் பாதிப்படைய வாய்ப்பு உள்ளது. மயக்கம் மற்றும் தலை பாரம் குறைந்த உணர்வு இவர்களிடையே அதிகம் காணப்படும்.

மற்ற மருந்துகள் - அதிக இரத்த அழுத்தத்திற்கான மருந்துகள் மற்ற இருதய நோய் மருந்துகள் அல்லது சில்டநாபில் (வியாகரா) பயன்படுத்தி வந்தால் மருத்துவரிடமும், மருந்தாளுநரிடமும் தெரிவிக்கவும்.

இம்மருந்துகளை எவ்வாறு பாதுகாக்க வேண்டும்?

இம்மருந்துகளை வரும் டப்பாக்களிலேயே இறுக்கி மூடி வெப்பம் குறைவான ஈரமற்ற இடத்தில் வைக்கவும். மருந்தாளுநரிடம் உங்கள் மருந்துகளை எப்படி முறையாக அப்புறப்படுத்துவது என்பதை கேட்டுத் தெரிந்துகொள்ளவும்.

ஜீடிஎன் மாத்திரைகள் - மாத்திரையிலுள்ள மருந்தின் அளவு காற்றில் கரையக்கூடியது. ஆகவே மருந்தின் வேகத்தை பாதுகாக்க கீழ் குறிப்பிட்டுள்ளவற்றை பின்பற்றவும்.

- மாத்திரைகளை செங்கல் நிறமான கண்ணாடி பாட்டிலில் இருக்கமாக மூடி வைக்கவும். மாத்திரைகளை வேறு டப்பாக்களில் மாற்ற வேண்டாம்.
- வெப்பம் குறைவான ஈரமற்ற இடத்தில் மாத்திரைகளை வைக்கவும். இவற்றை குளிர்பதன பெட்டியில் வைக்க வேண்டாம். மாத்திரைகளை எங்கு சென்றாலும் கூடவே எடுத்து செல்லுங்கள். ஆனால், அவற்றை உங்கள் உடலுக்கு அருகாமையில் வைத்திருக்க வேண்டாம். அவற்றைப் பணப்பை அல்லது மற்ற பையில் எடுத்துச் செல்லவும்.
- பாட்டில் திறந்த தேதியை அதில் குறித்து வையுங்கள். மாத்திரைகளை 2 மாதங்களுக்குள் பயன்படுத்தாவிட்டால் அவற்றை எரித்துவிட்டு புதிய மாத்திரைகளை பெறுங்கள்.

- நீங்கள் சில்டநாபில் (வியாகரா) பயன்படுத்தி வந்தால் இம்மருந்துகளை தவிர்க்கவும். சில்டநாபிலுடன் நைட்ரேட்ஸ்யை பயன்படுத்தும் பொழுது இரத்த அழுத்தம், வெகுவாக குறைந்து கிறுகிறுப்பு, மயக்கம் மற்றும் தலைபாரம் குறைந்த உணர்வு ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளது. சில வேளைகளில் சில்டநாபிலுடன் நைட்ரேட்ஸ்யை பயன்படுத்தியவர்களுக்கு மரணம் கூட ஏற்பட்டிருக்கிறது.

- இம்மருந்தை பல வாரங்களுக்கு பயன்படுத்திய பின் திடீரென்று மருந்து உட்கொள்வதை நிறுத்த வேண்டாம். திடீரென்று மருந்து உட்கொள்வதை நிறுத்தினால் நெஞ்சு வலி வருவதற்கு வாய்ப்பு உள்ளது. மருந்தை படிப்படியாக குறைத்து, பின் முற்றிலும் நிறுத்துவது பற்றி மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

- இம்மருந்தை உட்கொண்ட பின் சிறிது நேரத்திற்கு தலைவலி ஏற்படலாம். இது அடிக்கடி ஏற்படும் பக்கவிளைவு. ஆனால் இம்மருந்தை கொஞ்ச காலம் பயன்படுத்திய பின் இதை நீங்கள் அதிகம் கவனிக்க மாட்டீர்கள். ஆரம்ப காலங்களில் பெராசிட்டமால் போன்ற வலி குறைப்பு மருந்துகளை பயன்படுத்தி தலைவலியைக் குறைக்கலாம். அப்படி வலி இன்னும் நீடித்தால் மருத்துவரை கலந்தாலோசிக்கவும்.

- படுத்திருந்தோ அல்லது உட்கார்ந்திருந்த பின்னரோ வேகமாக எழும்போது மயக்கம் வரலாம். மெதுவாக எழுவது நல்லது. கிறுகிறுப்பு வந்தால் உட்காருங்கள் அல்லது படுத்துகொள்ளுங்கள்.

- மது அருந்தினாலோ, வெகு நேரம் நின்றாலோ, உடற்பயிற்சி செய்தாலோ அல்லது வெப்பம் அதிகமான நாட்களில் கிறுகிறுப்பு, தலைபாரம் குறைந்த உணர்வு மற்றும் மயக்கம் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. இம்மருந்தை உட்கொள்ளும் பொழுது மது அருந்துவதைக் குறையுங்கள். அதோடு வெப்பம் அதிகமான நாட்களிலும் உடற்பயிற்சி செய்யும் பொழுதும், அதிக நேரம் நிற்க வேண்டிய அவசியம் வரும் பொழுதும் கவனமாக இருக்கவும்.

SingHealth Ministry Of Health National Healthcare Group

Printed in 2002