MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

SINGHEALTH / PIL / T76R0

நோயாளி தகவல் கையேடு

முக்கினுள் தெளிக்கப்படும் கார்டிகோஸ்ரொய்ட் மருந்துகள்

(CORTICOSTEROID NASAL SPRAYS)

உங்கள் மருந்து **பற்றிய** தகவல்

மூக்கினுள் ஸ்பிரே (spray) செய்யப்படும் கார்டிகோஸ்டெராய்ட் மருந்துகள், ஒவ்வாமைப் பொருட்கள் (allergens) மூக்கில் ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகளைக் குறைக்கின்றன. மூக்கு அடைத்துக் கொள்ளுதல் போன்ற ஒவ்வாமை அழற்சிகளை நீக்குகின்றன.

இந்த மருந்தை நான் **எப்படி** பயன்படுத்த வேண்டும்?

பயன்படுத்துவதற்கு முன்னால்:

- போத்தலை மெதுவாகக் குலுக்குங்கள், பிறகு அதன் மூடியை அகற்றுங்கள்.
- போத்தலின் நுனி ஆள்காட்டி விரலுக்கும் நடு விரலுக்கும் இடையிலும், கட்டை விரல் போத்தலின் அடியிலும் இருக்கும்படி போத்தலைப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள்.
- மருந்தை முதல்முறையாகப் பயன்படுத்தினால், அல்லது அதைப் பயன்படுத்தி ஒரு வாரத்திற்கு மேல் ஆகியிருந்தால், போத்தலிலிருந்து மருந்து சரியாக வெளியாகிறதா என்று சோதியுங்கள். போத்தலை தள்ளிப் பிடித்துக் கொண்டு, அதன் நுனியிலிருந்து மெல்லிய சிதறல்கள் வெளிவரும்வரை போத்தலை பல முறை அழுத்துங்கள்.

மூக்கினுள் மருந்து செலுத்தும் முறை:

1. மூக்கை மெதுவாகச் சிந்தி, அடைப்பு இருந்தால் அகற்றுங்கள்.
2. மூக்கின் ஒரு துவாரத்தைக் கட்டை விரலால் மூடி, அடுத்த துவாரத்தில் போத்தலின் நுனியை வையுங்கள். போத்தலை நேராகப் பிடித்து, தலையை சற்று குனியுங்கள்.
3. மூக்கு வழியாக மூச்சு விட்ட படியே, விரல்களை அழுத்தி மருந்தை ஒரு முறை மூக்கினுள் ஸ்பிரே செய்யுங்கள்.
4. அடுத்த 5 வினாடிகளுக்கு மூச்சைப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள், பிறகு வாய் வழியாக மூச்சை வெளியே விடுங்கள்.
இரண்டாவது முறை மருந்து செலுத்துவதற்கு, கட்டம் 3 மற்றும் 4 ஐ மறுபடியும் செய்யுங்கள்.
5. அடுத்த துவாரத்திற்கு கட்டம் 2 லிருந்து 4 வரை திரும்பவும் செய்யுங்கள்.

இம்மருந்து ஏற்படுத்தக்கூடிய **பக்க-விளைவுகள்** யாவை??

- களைப்பு, மந்தம்
- வாய்ப் புண் மற்றும் நாக்கில் சுவை மாறுதல்
- வயிற்றுப்போக்கு
- முடி கொட்டி, பிறகு மீண்டும் முளைத்தல்
- குமட்டல் மற்றும் வாந்தி

பயன்படுத்திய பிறகு:

- போத்தலின் நுனியை ஒரு சுத்தமான டிஷ்யு தாள் அல்லது கைக்குட்டையால் துடைத்துவிட்டு, மீண்டும் மூடி போட்டு மூடி விடுங்கள்.

போத்தலின் நுனியிலுள்ள ஓட்டையை தயவு செய்து கெடுத்துவிடாதீர்கள். அது மருந்து சரிவர வெளிவருவதைப் பாதிக்கும்.

மருந்து போட்டுக் கொள்ள **மறந்துவிட்டால்** என்ன செய்வது?

ஞாபகம் வந்த உடனேயே போட்டுக்கொள்ளுங்கள். எனினும், அப்போது அடுத்த வேளைக்கான நேரம் நெருங்கிவிட்டால், முதலில் போடத் தவறிய மருந்தை விட்டுவிட்டு, அடுத்த வேளை வரை காத்திருங்கள். முதலில் போடத் தவறிவிட்டோமே என்று அடுத்த வேளையில் இரண்டு மடங்கு மருந்தோ அல்லது கூடுதல் மருந்தோ பயன்படுத்தாதீர்கள்.

இந்த மருந்து ஏற்படுத்தக்கூடிய **பக்க-விளைவுகள்** யாவை?

பின்வரும் பக்க-விளைவுகள் இருக்கலாம்:

- மூக்கு மற்றும் தொண்டை உலர்தல் மற்றும் எரிதல்
- மருந்து சுவைப்பதற்கும் நுகர்தற்கும் கசப்பாக இருத்தல்
- மூக்கில் இரத்தம் வருதல்

வாய் உலர்வதையும் மருந்து கசப்பதையும் தடுப்பதற்கு, தொண்டைக்குள் சென்றுவிட்ட மருந்தைத் துப்பிவிட்டு வாயை நீரில் கொப்பளிக்கலாம்.

மருந்தை நான் எப்படிப் **பாதுகாக்க** வேண்டும் ?

மருந்தின்மீது வெப்பமோ நேரடி வெளிச்சமோ படாதவாறு, அறை வெப்பநிலையில், ஓர் உலர்ந்த இடத்தில் வைத்திருங்கள்.