

ஒற்றைத் தலைவலிக்கான மருந்துகள் (ANTI-MIGRAINE MEDICATIONS)

மருந்து	பக்க-விளைவுகள்
எர்கோடமைன்	CVS: தசைப் பிடிப்பு, நெஞ்சு வலி, விரல்கள் மரத்தல் அல்லது சிலிர்த்தல் CNS: மந்தம், தலைச் சுற்றல் GIT: குமட்டல், வாந்தி, வயிற்றுப் போக்கு
சோல்மிட்ரிப்டான்	CNS: தலைச் சுற்றல் நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் : திடீர் வெப்ப உணர்ச்சி நரம்புதசை : உணர்வு இழப்பு
சுமாரிப்டான்	CNS: தலைச் சுற்றல் GIT: உணவு சுவைக்காது நரம்புதசை : சிலிர்த்தல் உணர்வு
நரட்ரிப்டான்	CNS: மந்தம், தலைச் சுற்றல், உடல் சோர்வு, களைப்பு GIT: குமட்டல், வாந்தி வேறு பாதிப்புகள்: தொண்டை அல்லது கழுத்தில் வலி அல்லது இறுக்கம்
எலிட்ரிப்டான்	CNS: மந்தம் GIT: குமட்டல் நரம்புதசை : பலவீனம்

நான் எடுக்க வேண்டிய முன்னெச்சரிக்கைகள் யாவை?

நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால், கர்ப்பம் தரிக்க முயற்சித்து வந்தால், அல்லது கருத்தடை முறைகளைப் பின்பற்றவில்லை என்றால், மருத்துவரைக் கேட்காமல் இந்த மாத்திரைகளை உட்கொள்ளாதீர்கள்.

தாய்ப்பால் கொடுத்து வருகையில் ஒற்றைத் தலைவலிக்கு இந்த மாத்திரைகளை எடுக்க நினைத்தால், முதலில் மருத்துவரிடம் தெரிவியுங்கள்.

மற்ற மருந்துகளை (எ.கா. ஒற்றைத் தலைவலிக்கான மற்ற மருந்துகளை) உட்கொண்டிருந்தால் (கடந்த 2 வாரங்களாக) அல்லது தற்போது அவற்றை எடுத்து வந்தால், மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளரிடம் தெரிவியுங்கள்.

இந்த மருந்துகள் மந்த நிலையை ஏற்படுத்தி, உங்களின் சுயநினைவையும் பகுத்துணர்வையும் குறைத்து விடலாம். எனவே, இவற்றை உட்கொள்ளும்போது வாகனம் ஓட்டாதீர்கள் மற்றும் இயந்திரம் இயக்காதீர்கள்.

தலைவலி மீண்டும் வந்தால் அல்லது முதல் மாத்திரையில் அது பகுதி அளவு மட்டுமே நீங்கியிருந்தால், மருந்தை நீங்கள் மறுபடியும் எடுக்க முடியும். ஆனால், முதல் சிகிச்சை தோல்வியுற்றதைத் தொடர்ந்து இரண்டாவது முறை மருந்து எடுப்பதற்கு முன்னால் மருத்துவரிடம் நீங்கள் ஆலோசனை கேட்க வேண்டும்.

எர்கோடமைன் மாத்திரைகளை வெகு நாட்களாக எடுத்துவரும் நோயாளிகள் அதை நிறுத்தும்போது தலைவலி மீண்டும் தாக்கலாம்.

மருந்தை நான் எப்படிப் பாதுகாக்க வேண்டும் ?

மருந்தை ஓர் உலர்ந்த, குளிர்ச்சியான இடத்தில் வைத்திருங்கள். மருந்தன்மீது ஈரம், வெப்பம், நேரடி வெளிச்சம் படாதவாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.



MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE



உங்கள் மருந்து பற்றிய தகவல்

*எர்கோடமைன் (Ergotamine), சோல்மிட்ரிப்டான் (Zolmitriptan), சுமாட்ரிப்டான் (Sumatriptan), நரட்ரிப்டான் (Naratriptan) மற்றும் எலிட்ரிப்டான் (Eletriptan) என்ற மருந்துகள் கடுமையான ஒற்றைத் தலைவலியின் தாக்குதலைப் போக்குவதற்குப் பயன்படுகின்றன. ஆனால், தாக்குதல்களைத் தடுக்கவோ அல்லது குறைக்கவோ அவை பயன்படுவதில்லை.

(*எர்கோடமைன், Cafergot® என்ற மருந்தின் முக்கிய கூறாகும். இம்மருந்தில் உள்ள மற்றொரு பொருளான கஃபீன், குடல் எர்கோடமைனை உறிஞ்சுவதற்கு உதவுகிறது).

வாய்வழியாக எடுத்துக்கொள்ளப்படும் இந்த நான்கு மருந்துகளும் பின்வரும் அளவுகளில் கிடைக்கின்றன.

மருந்து	ஆற்றல் / மாத்திரை
எர்கோடமைன்	1மிகி
சோல்மிட்ரிப்டான்	2.5 மிகி
சுமாட்ரிப்டான்	50 மிகி, 100 மிகி
நரட்ரிப்டான்	2.5 மிகி
எலிட்ரிப்டான்	40 மிகி

மருந்தை நான் எப்படி உட்கொள்ள வேண்டும்?

எர்கோடமைன்:

தலைவலியின் முதல் அறிகுறி தோன்றியதும், அதாவது தலையை வலிக்க ஆரம்பித்த உடனேயே இதை எடுக்க வேண்டும். எவ்வளவு விரைவாக மருந்தை எடுக்கிறீர்களோ அவ்வளவு விரைவாகவும் முழுமையாகவும் தலைவலி நீங்கும். முதல் வேளை மருந்தை எடுத்ததும், ஓர் அமைதியான, இருட்டான அறையில் படுத்தி ஓய்வெடுக்க வேண்டும்.

பெரியவர்கள் முதலில் 2 மாத்திரைகளும், தலைவலி நிற்காவிட்டால் ஒவ்வொரு 30 நிமிடங்களுக்கு ஒன்றும் எடுக்கலாம். இப்படியே ஒரு நாளைக்கு மொத்தம் 6 மாத்திரைகள்

மருந்துகளை எப்போதும் பிள்ளைகளின் கைகளுக்கு எட்டாத இடத்தில் வைத்திருங்கள் காலாவதியான அல்லது இனிமேல் தேவைப்படாத மருந்துகளை வீசிவிடுங்கள்

அல்லது ஒரு வாரத்திற்கு 10 மாத்திரைகள் வரை எடுக்கலாம். ஆனால், இச்சிகிச்சையை 4 நாள் இடைவெளி விடாமல் மீண்டும் ஆரம்பிக்கக் கூடாது.

சுமாட்ரிப்டான்:

எர்கோடமைனைப் போலன்றி, இது தலைவலி தொடங்கி வெகு நேரம் கழித்தும் வேலை செய்யும். எனினும், இதையும் தலைவலியின் ஆரம்பத்திலேயே உட்கொள்வது நல்லது.

திடீர் ஒற்றைத் தலைவலி மற்றும் தொடர்புடைய பிரச்சினைகளுக்கு, 50 மிகி அல்லது 100 மிகி சுமாட்ரிப்டான் மாத்திரை எடுக்கலாம். 2 மணி நேரத்தில் தலைவலி நீங்கவில்லை என்றால், மறுபடியும் எடுக்கலாம். ஆனால், ஒரு நாளில் மொத்தம் 300 மி.கிராமுக்கு மேல் உட்கொள்ளக் கூடாது.

நரட்ரிப்டான்:

கடுமையான ஒற்றைத் தலைவலிக்கு நரட்ரிப்டான் பாதி மாத்திரை (1.25 மிகி முதல் 2.5 மிகி வரை) போதுமானது. தலைவலி மீண்டும் வந்தால் அல்லது முதல் மாத்திரையில் அது பகுதி அளவு மட்டுமே நீங்கியிருந்தால், மருந்தை 4 மணி நேரம் கழித்து மறுபடியும் எடுக்கலாம். ஆனால், எந்தவொரு 24 மணி நேரத்திலும் கூடியபட்சமாக 5 மிகி மட்டுமே எடுக்கலாம்.

சோல்மிட்ரிப்டான்:

இந்த மாத்திரையை தலைவலி வந்த உடனேயே எடுக்க வேண்டும். ஆரம்பத்தில், பாதி முதல் ஒரு மாத்திரை வரை எடுக்கலாம் (1.25 மிகி முதல் 2.5 மிகி வரை). தலைவலி மீண்டும் இருந்தால் அல்லது முதல் மாத்திரையில் அது பகுதி அளவு மட்டுமே நீங்கியிருந்தால், மருந்தை 2 மணி நேரம் கழித்து மறுபடியும் எடுக்கலாம். ஆனால், எந்தவொரு 24 மணி நேரத்திலும் 10 மி.கிராமுக்கு மேல் எடுக்கக் கூடாது.

எலிட்ரிப்டான்:

இந்த மருந்து தலைவலி தொடங்கி வெகு நேரம் கழித்தும் வேலை செய்யும். எனினும், இதைத் தலைவலியின் ஆரம்பத்திலேயே எடுப்பது நல்லது.

கடுமையான ஒற்றைத் தலைவலி மற்றும் தொடர்புடைய பிரச்சினைகளுக்கு, 40 மிகி எலிட்ரிப்டான் மாத்திரையில் பாதி அல்லது ஒன்று எடுக்கலாம். 2 மணி நேரத்தில் தலைவலி நீங்கவில்லை என்றால், மறுபடியும் எடுக்கலாம். ஆனால், ஒரு நாளில் 160 மி.கிராமுக்கு மேல் எடுக்கக் கூடாது.

மருந்து அளவுகளின் சுருக்க வழிகாட்டி:

மருந்து	அளவு	அன்றாட / வார கூடியபட்ச அளவு	வேலை செய்யத் தொடங்கும் நேரம்
எர்கோடமைன் 1மிகி/மாத்திரை	இரண்டு மாத்திரைகளைத் தொடர்ந்து ஒவ்வொரு 30 நிமிடங்களுக்கும் ஒரு மாத்திரை	6 மிகி அல்லது ஒரு நாளைக்கு 6 மாத்திரைகள் 10 மிகி அல்லது ஒரு வாரத்திற்கு 10 மாத்திரைகள்	மருந்தை எவ்வளவு விரைவாக எடுக்கிறீர்கள் என்பதைப் பொருத்தது
சோல்மிட்ரிப்டான் 2.5மிகி/மாத்திரை	பாதி முதல் ஒரு மாத்திரையைத் தொடர்ந்து 2 மணி நேரம் கழித்து மீண்டும்	10 மிகி அல்லது ஒரு நாளைக்கு 4 மாத்திரைகள்	1 மணி நேரத்திற்குள்
சுமாட்ரிப்டான் 50மிகி அல்லது 100மிகி/மாத்திரை	ஒரு மாத்திரையை (50மிகி அல்லது 100மிகி) தொடர்ந்து 2 மணி நேரம் கழித்து மீண்டும்	ஒரு நாளைக்கு 300 மிகி	சுமார் 0.5-2 மணி நேரம்
நரட்ரிப்டான் 2.5மிகி/மாத்திரை	பாதி முதல் ஒரு மாத்திரையைத் தொடர்ந்து 4 மணி நேரம் கழித்து மீண்டும்	5மிகி அல்லது ஒரு நாளைக்கு 2 மாத்திரைகள்	2-3 மணி நேரம்
எலிட்ரிப்டான் 40மிகி/மாத்திரை	பாதி முதல் ஒரு மாத்திரையைத் தொடர்ந்து, 2 மணி நேரம் கழித்து வலி நீங்கவில்லை என்றால், மீண்டும்	24 மணி நேரத்தில் 160மிகி	1 மணி நேரத்திற்குள்

இந்த மருந்துகள் ஏற்படுத்தக்கூடிய பக்க-விளைவுகள் யாவை ?

இருதய இரத்தக் குழாய்கள் (CVS), மத்திய நரம்பு மண்டலம் (CNS) மற்றும் சீரண மண்டலம் (GIT) ஆகியவற்றில் பாதிப்புகள் ஏற்படலாம். பின்வரும் அட்டவணையில் அவை விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.