- உங்களுக்கு இரத்தக் கொதிப்பு இருக்கிறதா?
- சிறுநீரக, கல்லீரல் அல்லது இருதய பிரச்னைகள் உங்களை பாதித்துள்ளதா?
- உங்களுக்கு ஆஸ்டியோபொரோசிஸ் (osteoporosis) எலும்புத் தேய்வு நோய் (எளிதில் உடையக்கூடிய/பலமிழந்த எலும்புகள்) இருக்கிறதா ?
- உங்களுக்கு, அல்லது குடும்பத்தில் யாருக்காவது, கண்களில் மிகை அழுத்தம் (glaucoma) இருக்கிறதா ?
- உங்களுக்கு வயிற்றுப் புண்கள் இருக்கிறதா, அல்லது இதற்கு முன்பு இருந்ததா?
- ஸ்டெராய்டு (steroid) மருந்து உட்கொண்டதால், தசை பலமிழத்தல், மனநிலை மாற்றங்கள் போன்ற மோசமான விளைவுகள் உங்களுக்கு ஏற்பட்டதுண்டா?

மருத்துவரிடம் பெற்ற மருந்துகளையும், நீங்களே சொந்தமாக வாங்கி பயன்படுத்திவரும் மருந்துகளையும் உங்கள் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளரிடம் தெரிவியுங்கள். அத்துடன், தடுப்பூசி ஏதாவது போட்டு வருகிறீர்களா என்பதையும் மருத்துவரிடம் தெரிவியுங்கள்.

இந்த மருந்து உட்கொண்டுவரும்போது, நீங்கள் கிருமித்தொற்றுக்கு எளிதில் ஆளாகலாம். எனவே, கூட்டமான இடங்களுக்கும், உடல் சுகமில்லாதவர்களுக்கு அருகிலும் செல்லாதீர்கள். முக்கியமாக, சின்னம்மை (chicken pox), அக்கி (shingles) அல்லது மணல்வாரி அம்மை (measles) இருப்பவர்களிடமிருந்து விலகி இருங்கள். காய்ச்சல், தொண்டைப் புண் அல்லது கிருமித் தொற்றுக்கான அறிகுறிகள் இருந்தால் மருத்துவரை உடனே பாருங்கள்.

மருந்தை நான் எப்படி **வைத்திருக்க** வேண்டும்?

மருந்தை காற்று புகாத டப்பாவில் வைத்திருங்கள். அதன்மீது வெப்பமோ சூரிய ஒளியோ படாமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

Ministry of Health

National Healthcare Group

SingHealth

நோயாளி தகவல் கையேடு

கார்டிகோஸ்டெராய்ட் மாத்திரைகள்

கார்டிசோன் அஸிடேட் • ஹைட்ரோகார்டிசோன் • டெக்ஸமெதசோன் • ப்ரெட்னிசொலோன் • ஃபுளுட்ரோகார்டிசோன்

Oral Corticosteroids

Cortisone acetate • Hydrocortisone • Dexamethasone • Prednisolone • Fludrocortisone

T36R0

உங்கள் மருந்து பற்றிய தகவல்

இந்த மருந்து, அழற்சி அடைந்திருக்கும் உடல் உறுப்புகளுக்கு நிவாரணம் அளிக்கிறது. வீக்கம், தோல் சிவத்தல், அரிப்பு, ஒவ்வாமை ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகள் போன்ற அழற்சிகளைக் குறைக்க உதவுகிறது. இப்பிரிவைச் சேர்ந்த மருந்துகள், கடுமையான ஒவ்வாமைகள், தோல் பிரச்னைகள், ஆஸ்துமா, சில வகை மூட்டுஅழற்சிகள், உடல் எதிர்ப்புச்சக்தி நோய்கள் (எ.கா. தோல் படைநோய்) போன்ற பலவிதமான நோய்களுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

கார்டிகோஸ்டெராய்டுகள் இயற்கையிலேயே நம் உடலில் உற்பத்தியாகின்றன. உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு இவை தேவைப்படுகின்றன. போதுமான கார்டிகோஸ்டெராய்டுகள் உடலில் உற்பத்தி ஆகாதபோது, அதற்கு மாற்றாக மருத்துவர் இம்மருந்துகளாகக் கொடுக்கலாம்.

கார்டிசோன் அஸிடேட் (cortisone acetate), ஹைட்ரோகார்டிசோன் (hydrocortisone), டெக்ஸமெதசோன் (dexamethasone) மற்றும் ப்ரெட்னிசொலோன் (prednisolone) ஆகியவை கார்டிகோஸ்டெராய்டு மாத்திரைகளுக்கு உதாரணங்கள். இவற்றை மருத்துவர் எழுதிக் கொடுத்தால் மட்டுமே வாங்கமுடியும்.

மருந்தை நான் **எப்படி** உட்கொள்ள வேண்டும்?

நீங்கள் எவ்வளவு மருந்தை எத்தனை முறை உட்கொள்ள வேண்டும் என்பதை மருத்துவர் எடுத்துரைப்பார். உங்களுக்குப் பயனளிக்கக்கூடிய ஆகக் குறைந்த அளவையே அவர் பரிந்துரைப்பார். பக்க-விளைவுகள் ஏற்படும் அபாயம் அதிகரிக்கும் என்பதால், மருத்துவர் கூறும் அளவுக்குக் கூடுதலாகவோ, அல்லது அவர் கூறிய வேளைகளுக்கு அதிகமாகவோ மருந்து உட்கொள்ளாதீர்கள். மேலும், மருத்துவரைக் கேட்காமல் மருந்தை நீங்களாகவே நிறுத்தாதீர்கள். ஏனெனில், மருந்தை நிறுத்துவதற்கு முன்பாக அதன் அளவைப் படிப்படியாகக் குறைக்க வேண்டியிருக்கும்.

வயிறு பாதிக்காமலிருக்க, மருந்தை உணவுடன் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

மருந்து உட்கொள்ள **நான் மறந்துவிட்டால்** என்ன செய்வது?

ஒரு வேளைக்குரிய மருந்தை எடுக்கத் தவறிவிட்டால், ஞாபகம் வந்த உடனேயே உட்கொள்ளுங்கள். எனினும், அப்போது அடுத்த வேளைக்கான நேரம் நெருங்கிவிட்டால், எடுக்கத் தவறிய மருந்தை விட்டுவிட்டு, அடுத்த வேளையிலிருந்து வழக்கம்போல் தொடருங்கள். முதல் வேளையில் எடுக்கத் தவறிவிட்டோமே என்று அடுத்த வேளையில் இரண்டு மடங்கு உட்கொள்ளாதீர்கள்.

நோயாளி தகவல் கையேடு । **கார்டிகோஸ்டெராய்ட் மாத்திரைகள்**

இம்மருந்து ஏற்படுத்தக்கூடிய **பக்க- விளைவுகள்** யாவை?

கீழ்க்காணும் பக்க-விளைவுகள் ஏதேனும் இருந்தால் மருத்துவரை விரைவில் பாருங்கள்:

- இரத்தம் கலந்த அல்லது கருநிற, தார்போன்ற மலம்
- மங்கிய பார்வை
- சிறுநீர் கழித்தலும் தாகமும் அதிகரித்தல்
- தசை பலவீனம் அல்லது தசைப் பிடிப்புகள்
- கடுமையான வயிற்றுவலி

கீழ்க்காணும் கடுமை குறைந்த பக்க-விளைவுகள் இருந்தால் மருத்துவரிடம் தெரிவியுங்கள்:

- குழப்பம், மனஅழுத்தம் அல்லது மனநிலை மாற்றங்கள்
- உடலில் நீர் தங்குதல், உடல்எடை கூடுதல்
- முகம் உப்புதல், அல்லது வீங்கி உருண்டையாதல்
- குமட்டல், வாந்தி, அஜீரணம்
- எளிதில் காயங்கள் ஏற்படுதல்

நான் எடுக்க வேண்டிய **முன்னெச்சரிக்கைகள்** யாவை?

கார்டிகோஸ்டெராய்டுகளை உட்கொள்வதற்கு முன்னால், தயவு செய்து பின்வரும் கேள்விகளைப் படியுங்கள். அவற்றில் ஏதாவது ஒரு கேள்விக்கு நீங்கள் 'ஆம்' என்று பதிலளித்தால், மருந்து எடுப்பதற்கு முன், மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளரிடம் அதை நீங்கள் கண்டிப்பாக தெரிவிக்க வேண்டும்.

- தற்போது நீங்கள் கர்ப்பமா, அல்லது கர்ப்பமடைய முயற்சி செய்து வருகிறீர்களா?
- நீங்கள் தாய்ப்பால் கொடுக்கிறீர்களா?
- எந்த மருந்துக்காவது உங்களுக்கு ஒவ்வாமை ஏற்படுமா?
- கிருமித்தொற்று (infection) எதற்காவது தற்போது சிகிச்சை பெற்று வருகிறீர்களா?
- காச நோய்க்கு எப்போதாவது சிகிச்சை பெற்றதுண்டா?
- உங்களுக்கு வலிப்பு நோய் உள்ளதா?
- உங்களுக்கு, அல்லது உங்கள் குடும்பத்தில் யாருக்காவது, நீரிழிவு நோய் இருக்கிறதா?