Patient Information Leaflet

ANTIBIOTICS
(CEFADROXIL)

Antibiotics are the medicines which are used in treatment or prevention of infections caused by various germs. Antibiotics are effective against the bacterial infections & are not much useful in viral infections such as flu.

Your doctor knows the best if you need the antibiotic to treat your condition.

There are different types of antibiotics available , such as : Cephalosporins, ampicillin, amoxocyllin, Erythromycin, Roxithromycin etc. Other antibacterial drugs commomnly prescribed are Ciprofloxacin,ofloxacin,norfloxacin etc.

While using antibiotics :

- Always consult doctor & take antibiotic.
- Self medication can do more harm than good in case of antibiotics.
- Many a times common cold & sore throat do not require antibiotics.
- *Take antibiotic course fully & do not stop taking it even if you start feeling better in beginning of treatment itself.*

- Some antibiotics may upset your stomach & cause diarrhea. Talk to your doctor & consult him if you need any lactobacillus preparation or vitamin supplement.
- Do not use leftover antibiotics or those given to someone else's even if the symptoms are similar. They may not be right for you. Always get your check up done & take only the antibiotic prescribed for you.

CEFADROXIL

Cefadroxil is an antibiotic belonging to a group of antibiotics known as Cephalosporins. These antibiotics are widely used in treatment of infections.

What is Cefadroxil used for ?

It is used to treat infections of the urinarty tract,skin infections,infections of throat & tonsils & certain other infections.

Which are the products of Cefadroxil?

There are more than 100 products of Cefadroxil available in the market.

Few examples :

Cafadrox, Cefadur, Droxyl, Zoxi, Unimezol etc

These are available as in different forms such as Tablets, Dry syrup, Dispersible Tablets, Drops, Kid Tablets, Capsules.

How much of Cefadroxil shall I take ?

The amount of the medicine to be taken will vary with the type of infection it is used for.

Normally the dose is 1 g once a day or in 2 equal divided doses. Sometimes the dose could be 2 g per day. Usually it has to be taken for 7 –10 days.

In children much lower dose is used & it is determined based on the child's weight.

Your doctor knows the best suitable dose for you.

How do I take this medicine ?

- Cefadroxil is to be taken orally.
- Cefadroxil should be taken with food. In case of once daily dose it can be best taken in the morning with breakfast.
- If it is taken on empty stomach, it may upset your stomach.
- In case of dry syrup/suspension, follow the instructions carefully written on the label. You will have to use boiled & cooled water & put in the bottle upto the mark shown & then shake well.
- Shake the liquid well each time you take the medicine. Use the cup provided on the bottle to measure the correct dose.
- In case of Dispersible tablet, dissolve the tablet in a glass full of water & then take it.

What if I forget to take a dose ?

One should not miss the dose, but if you do miss it,take the missed dose as soon as you remember it. However, if it is almost time for the next dose, skip the missed dose and continue your regular dosing schedule.

Do not take a double dose to make up for a missed one.

How long shall I take Cefadroxil ?

- *Take the medicine for the entire time period as recommended by the doctor.*
- *Do not stop taking it even if you start feeling better in the beginning of treatment itself.*
- It is important that antibiotics are taken for a full time period of treatment. If you do not take full course, the infection may appear again.
- Talk to your doctor if the symptoms don't go away even after completing the course of antibiotic.

What side effects can this medication cause ?

Although side effects from cefadroxil are not common, they can occur. Tell your doctor if any of these symptoms are severe or do not go away:

- stomach upset
- diarrhea
- vomiting
- mild skin rash

Consult doctor if you can take vitamin suppliment or lactobacillus products to avoid diarrhea.Also eating of fresh curd my help to reduce diarrhea.

What special precautions should I follow ?

Before taking cefadroxil,

- tell your doctor and pharmacist if you are allergic to cefadroxil, any other cephalosporin or penicillin antibiotic or any other drugs.
- tell your doctor what prescription and nonprescription medications you are taking.
- tell your doctor if you have or have ever had kidney or liver disease, colitis, or stomach problems.
- if you are having surgery, including dental surgery, tell the doctor or dentist that you are taking cefadroxil.
- Inform your doctor if you are pregnant or are breastfeeding.

Do I require a Prescription to buy this medicine ?

Yes, you must purchase this medicine only with the prescription of the registered medical practitioner. This way you are sure that you are buying a medicine which would best suit your condition since it is recommended by your doctor.

How to store this medicine ?

- Store at room temperature, away from heat, light & moisture.
- Avoid storage at the windows, on the refrigerator, in the bathroom or near the sink.
- Keep the tablet strips in the plastic box preferably in a bedroom cupboard.
- Keep out of reach of children & pet animals.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani
Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar &
Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

The above information is intended for educational purposes only. It intends to create health awareness among the patients about correct use of antibiotics. It is not designed whole or in part, as advise for self treatment. Avoid self medication, do not share medicines with others even if the symptoms may appear same. Always consult the doctor before taking above medicine.

औषध
माहितीपत्रक

अँटिबयॉटिक्स (ANTIBIOTICS)

अँटिबयॉटिक्स ही औषधे वेगवेगळ्या प्रकारच्या जंतू प्रार्दुभावासाठी (infections) वापरतात. Viral infections पेक्षा Bacterial infections मधे ही जास्त उपयुक्त ठरतात. बाजारात वेगवेगळ्या प्रकारची Antibiotics उपलब्ध आहेत. उदा. सेफॅलोस्पेरिन्स, रोक्झिथ्रोमायसिन, ॲम्पिसिलिन, इरिथ्रोमायसिन, सिप्रोफ्लोक्सासिन वगैरे. तुमच्यासाठी कोणते योग्य आहे ते तुमचे डॉक्टरच ठरवू शकतात.

अँटिबयॉटिक्स वापरताना घ्यावयाची काळजी :

- नेहमी डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार antibiotics घ्यावे.
- स्वत:च्या मनाने किंवा इतरांच्या सांगण्याने antibiotics घेतल्यास त्याचा योग्य तो उपयोग होण्यापेक्षा दुष्परिणामच होऊ शकतात.
- किरकोळ सर्दी, घसादुखी, साधा ताप यासाठी antibiotics ची गरज बहुतांश वेळा नसते.
- *एकदा अँटिबयॉटिक कोर्स वैद्यकिय सल्ल्याने चालू केला की तो पूर्ण करावा. औषध चालू केल्यावर पहिल्या १/२ दिवसातच बरे वाटू लागले तरी ते पूर्ण कालावधीसाठी (समजा ५ दिवस, ७ दिवस, १० दिवस) घ्यावे.* ***औषध मध्येच बंद केल्याने आजार परत उलटू शकतो.***
- काही antibiotics मुळे पोट बिघडू शकते (डायरीया) म्हणून **डॉक्टरांना विचारून** लॅक्टोबॅसिलेस किंवा Vitamin B Complex घ्यावयास हरकत नाही.
- दुसऱ्याचे उरलेले किंवा दुसऱ्याला दिलेले अँटिबयॉटिक आपण घेऊ नये. डॉक्टरांकडून तपासून घेऊन त्यांच्या सल्ल्यानेच ते घ्यावे.

सेफाड्रॉक्झील (CEFADROXIL)

सेफाड्रॉक्झील हे 'सेफॅलोस्पोरिन' या गटातील antibiotics आहे. हे मूत्रमार्ग, त्वचा, घसा, टॉन्सिल्स् या व काही इतर infections साठी वापरतात.

बाजारात या औषधाची १००हून अधिक उत्पादने उपलब्ध आहेत. उदा. सेफाड्रॉक्, सेफाडूर, ड्रॉक्झिल, झोक्सी वगैरे. ही सर्व उत्पादने तोंडावाटे (orally) घ्यावयाची आहे. Tablets, Syrup, Capsules या स्वरुपात ती उपलब्ध आहेत.

Cefadroxil ची मात्रा काय?

या औषधाची मात्रा (dose) ही ते कोणत्या प्रकारच्या infections साठी वापरतात यावर अवलंबून असते. मोठ्या माणसांमध्ये साधारणत: ५००मि.ग्रॅम ते १ ग्रॅम डोस दोनदा विभागून प्रत्येक दिवशी घ्यावयाचा असतो. काही वेळा २ ग्रॅम डोसही देतात. ७ ते १० दिवसांचा हा कोर्स असतो. लहान मुलांमध्ये मात्र डोस कमी असतो व त्यांच्या वजनानुसार तो ठरवतात.

हे औषध कसे घ्यावयाचे?

- हे तोंडावाटे घ्यावयाचे अँटिबयॉटिक आहे व ते काही खाऊन मग घ्यावे. जर रिकाम्यापोटी घेतले तर पोट बिघडण्याची शक्यता असते.
- जर dry syrup/suspension असेल तर उकळून गार केलेले पाणी बाटलीवर दाखविलेल्या खुणेपर्यंत औषधात घालून ते चांगले ढवळावे व दरवेळी डोस घेताना बाटली हलवून बाटलीबरोबर आलेल्या छोट्या कपमध्ये मोजमाप करुन ते घ्यावे.
- जर पाण्यात विरघळणाऱ्या (Dispersible tablets) गोळ्या असतील तर गोळी पूर्ण १ ग्लास पाण्यात विरघळवून घ्यावी.

जर औषधाचा डोस घ्यावयास विसरल्यास....

शक्यतो एकही डोस चुकवू नये. औषधाचा योग्य परिणाम होण्यासाठी नियमितपणे घेण्याची आवश्यकता असते पण जर एखादा डोस चुकला तर जेव्हा आठवण होईल तेंव्हा लगेच घ्यावा. जर पुढच्या डोसची वेळ होत आली असेल तर मात्र **दोन डोस कधीही एकत्र घेऊ नयेत.** नेहमी प्रमाणे एकच डोस घ्यावा.

किती कालावधीसाठी हे औषध घ्यावे?

डॉक्टरांनी सांगितलेल्या कालावधीसाठी औषध घ्यावे. औषध घेण्याचे मध्येच थांबवू नये अथवा आजार परत उलटू शकतो.

या औषधाचे काही इतर परिणाम होतात का?

पोट बिघडणे (डायरीया), त्वचेवर पुरळ असे काही किरकोळ परिणाम होऊ शकतात. तसे झाल्यास डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा. लॅक्टोबॅसिलेस किंवा B Complex घेतल्यास पोट बिघडण्याची शक्यता कमी होते पण ही उपाययोजना डॉक्टरांना विचारुनच करावी. डायरीया होऊ नये यासाठी गोड, ताज्या दह्याचे सेवन उपयुक्त ठरते.

हे औषध घेताना काही खास काळजी घ्यावी का?

- आपल्याला कोणत्याही प्रकारच्या औषधाची ॲलर्जी असल्यास डॉक्टरांना सांगावी, तसेच आपणास इतर कोणते आजार असल्यास व त्यासाठी औषधे घेत असल्यास तसे डॉक्टरांना सांगावे.
- गरोदर असल्यास किंवा स्तनपान करत असल्यास हे औषध घेऊ नये.

हे औषध घेण्यासाठी प्रिस्क्रिपशनची जरुरी आहे का?

हो, डॉक्टरांनी चिकित्सा केल्यावर या औषधाचे प्रिस्क्रिपशन लिहून दिल्यासच ते घ्यावे. स्वत:च्या मनाने कधीही घेऊ नये.

औषध घरात नीट कसे ठेवावे?

सूर्यप्रकाश, दमटपणा व उष्णता यापासून औषध दूर ठेवावे. खिडकीत, बाथरुम मध्ये, सिंकच्या वर ठेवू नये. एका प्लॅस्टिक बॉक्समध्ये ठेवून बेडरूमधील कपाटात ठेवणे ही सर्वात योग्य पद्धत आहे. लहान मुले व पाळीव प्राण्यांपासून औषध दूर ठेवावे.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar & Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi Website: www.delhipharmtrust.org

वरील माहिती ही केवळ शैक्षणिक हेतूने रुग्णांना अँटिबयॉटिक्स ह्या औषधाची माहिती करुन देण्यासाठी माहितीपत्रक स्वरुपात बनविण्यात आली आहे. या माहिताचा उपयोग स्वत:च्या मनाने उपाययोजना करण्यासाठी करु नये. डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध घेणे, इतरांना औषध घ्यायला सुचविणे हे चुकीचे आहे (लक्षणे सारखी अथवा वेगळी असल्यास देखील) कुठलेही औषध घेण्यापूर्वी तुमच्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. ही माहिती केवळ सेफाड्रॉक्झील घेत असलेल्या रुग्णांसाठीच आहे. प्रि.के.एम. कुंदनानी फार्मसी पॉलिटेक्निक, उल्हासनगर आणि दिल्ली फार्मास्युटिकल ट्रस्ट, (www.delhipharmtrust.org) नवी दिल्ली यांनी ही माहिती लोकशिक्षणार्थ बनविली आहे.

Patient Information Leaflet

HIGH CHOLESTEROL DISORDERS

There are two fatty substances present in our blood, cholesterol & triglycerides .Both are required for various functions in the body, but if they are present in excess, then they may lead to heart disease which is a major cause of death in the world today. Hyperlipidemia is a condition when there is higher levels of lipids (cholesterol or triglycerides) present in the blood.

Cholesterol is present in body in several varieties & some of which are good (HDL) & some are not good (LDL).The high level of bad cholesterol in blood tends to deposit itself on the inside of the walls of our arteries & narrows down the passage for the blood flow. This is known as "atherosclerosis" & it usually affects the major arteries such as coronary artery(artery supplying the blood to heart) & reduces the blood flow to the heart which ultimately leads to heart disorder.

What are normal levels of Cholesterol ?

The blood test done early in the morning(fasting stage) will give you the accurate numbers of your cholesterol.

Usually it is agreed that total cholesterol should be less than 200 mg/dl. The components of total cholesterol are important for determining the chances of heart disorders. Thus it is important to know how much is HDL(good) & LDL(bad)cholesterol. In general the LDL should be below 130 & the HDL should be above 45 mg/dl.HDL helps to remove the accumulated LDL deposits from the arteries. Higher the HDL, lesser is the chance of developing cholesterol related heart disorders.

The triglyceride level should be below 200 mg/dl.

It is important to remember that these are general guidelines & your doctor would know what is right level of cholesterol for you.

What are the risk factors for high cholesterol level ?

- Age
- Family history of coronary heart disease.
- Cigarette smoking & alcoholism.
- High blood pressure
- Diabetes mellitus
- Lazy lifestyle with no exercise
- High fatty food
- Obesity

This leaflet is for patient advice only & not an advertisement.

How can I control my elevated cholesterol levels ?

Correct diet, exercise & drug treatment can control the cholesterol levels.

Exercise can improve the good cholesterol levels & reduce the bad cholesterol. Even simple exercise such as walking can help. Talk to your doctor to know the best suitable exercise for you.

Reduction in weight is a must if you are overweight. Talk to your doctor.

What diet plan shall I follow ?

- Reduce intake of all the high cholesterol containing non vegetarian food such as meat, eggs ,fish, poultry & dairy products.
- Limit intake of vegetarian fatty foods such as deserts, sweets, coconut, ghee etc.
- Eat lots of fruits, leafy vegetables & other fiber rich foods.
- Avoid food high in sugar.
- Limit salt intake.
- Eat lot of Vitamin C & Vitamin A rich food.

What will happen if I do not control my elevated cholesterol levels?

It increases the chances of heart attack.

What drug treatment is available ?

There are various types of medicines available to reduce high cholesterol levels. Atorvastatin is one commonly prescribed drug for this condition.

ATORVASTATIN

Atorvastatin acts by reducing a particular enzyme which is required for the synthesis of cholesterol in the body.

What is it used for ?

It is used as a supplement to the diet to reduce high cholesterol/lipid levels It is to be taken orally.

What products of Atorvastatin are available in the market ?

There are presently more than 30 products of this medicine available in the market.

Few examples are:

Atorva,Cholestat,Atorfit,Atorin,Atocor etc.

They are all available as Tablets & in the strength of 5 mg,10 mg,20 mg or 40 mg.

Your doctor would prescribe strength & brand suitable for you.

How much of this medicine shall I take ?

Usually the dose is 10 mg once in a day initially which may be increased as per the requirement.

It should be taken at the same time each day.

Swallow it with full glass of water.

This leaflet is for information to those on medication with Atorvastatin only.

How long shall I take ?

Take it for the entire time period as told by your doctor.

What if I miss the dose ?

One should not miss the dose, but if you do miss it,take the missed dose as soon as you remember it. However, if it is almost time for the next dose,that is a next day, skip the missed dose and continue your regular dosing schedule.

Do not take a double dose to make up for a missed one.

What side effects I may experience ?

- Occasionally one may experience stomach upset,headache,muscle pain,skin rash & weakness.
- These side effects may go away as treatment continues.

What precautions shall I take while taking Atorvastatin ?

- Strictly follow the diet plan orelse medicne will not be effcetive.
- It should not be taken during pregnancy or while breast feeding.
- Inform the doctor if you recently had any form of liver disease.
- Strictly avoid alcohol while on Atorvastatin.
- Inform doctor if you are taking any other drug for reducing cholesterol levels
- If you wish to take antacid,do not take it with Atorvastatin tablets.Take it with time gap of 2/3 hours.
- Inform doctor about your Atorvastatin treatment while taking any other treatment or undergoing any surgery.

Remember

Control diet, weight & follow regular exercise schedule. Drugs alone will not reduce cholesterol

Do your cholesterol & triglyceride tests atleast once in 2 months

Do not take higher dose in anticipation of heavy meals.

Do I require a Prescription to buy this medicine ?

Yes, you must purchase this medicine only with the prescription of the registered medical practitioner. This way you are sure that you are buying a medicine which would best suit your condition since it is recommended by your doctor.

How to store this medicine ?

- Store at room temperature, away from heat, light & moisture.
- Avoid storage at the windows, on the refrigerator, in the bathroom or near the sink.
- Keep the tablet strips in the plastic box preferably in a bedroom cupboard.
- Keep out of reach of children & pet animals.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani
Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar &
Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

The above information is intended for educational purposes only. It intends to create health awareness among the patients about High Cholesterol Disorders and correct use of medicines. It is not designed whole or in part, as advise for self treatment. Avoid self medication, do not share medicines with others even if the symptoms may appear same. Always consult the doctor before taking above medicine.

औषध
माहितीपत्रक

अति कोलेस्ट्रॉल मुळे होणाऱ्या व्याधी

रक्तामध्ये सामान्यत: दोन स्निग्ध पदार्थ असतात. कोलेस्ट्रॉल आणि ट्रायग्लिसराईडस् हे दोन्ही पदार्थ काही ठराविक प्रमाणात उपयुक्त असतात. परंतु रक्तातील त्यांचे अतिप्रमाण हृदयरोगाला कारणीभूत ठरते आणि हेच जगातील वाढत्या मृत्यूचे कारण आहे. ''हायपर लिपिडेमिया'' म्हणजेच कोलेस्ट्रॉल आणि ट्रायग्लिसराईडस् यांचे रक्तातील वाढते प्रमाण.

कोलेस्ट्रॉल शरीरात वेगवेगळ्या प्रकारात असते. काही प्रकार हे उपयुक्त (HDL) तर काही अपायकारक (LDL) असतात. अपायकारक कोलेस्ट्रॉलच्या अधिक प्रमाणामुळे ते रक्तवाहिन्यांच्या आतील भागात साचते आणि रक्तवाहिन्या अरुंद बनविण्यास कारणीभूत ठरते यालाच ''अथेरोस्क्लेरॉसिस'' असे म्हणतात. प्रामुख्याने ही व्याधी मोठ्या रक्तवाहिन्यांना उदा. कोरोनरी जी हृदयाला रक्त पुरवठा करते, अपाय करते आणि याचे परिणाम हृदय रोगामध्ये होतात.

नॉर्मल कोलेस्ट्रॉलचे प्रमाण किती असते?

- रिकाम्या पोटी सकाळी केलेली तपासणी योग्य कोलेस्ट्रॉल प्रमाण दाखवते.
- सामान्यपणे म्हणजे HDL व LDL मिळून २०० मि. ग्रॅम पेक्षा कमी असावे.
- कोलेस्ट्रॉलच्या प्रकारांचे प्रमाण हे हृदय रोगाची शक्यता दर्शविते आणि म्हणूनच शरीरातील HDL & LDL चे नेमके प्रमाण माहित असणे आवश्यक असते.
- सामान्यपणे LDL 130 mg/dl पेक्षा कमी आणि HDL हे ४५ mg/dl पेक्षा जास्त असावे. रक्तवाहिन्यांमध्ये साचून राहिलेल्या LDL ला काढून टाकण्यासाठी HDL आवश्यक असते. HDL चे प्रमाण अधिक असल्यास कोलेस्ट्रॉल संबंधित हृदयरोग होण्याची शक्यता कमी असते. ट्रायग्लिसराईड चे प्रमाण 200 mg/dl पेक्षा कमी असावे. तरी पेशंटसनी हे लक्षात ठेवले पाहिजे की वरील माहिती ही सर्वसाधारण माहिती असून तुमचे डॉक्टरच तुम्हाला याविषयी अधिक मार्गदर्शन करतील.

कोलेस्ट्रॉल वाढण्यास काय कारणे असू शकतात?

- वय, अनुवांशिकता, धुम्रपान आणि मद्यपान, मधुमेह, व्यायाम न करणे, आहारातील अति स्निग्धमय पदार्थ, जाडेपणा,अतिस्थूलपणा

वाढलेले कोलेस्ट्रॉलचे प्रमाण कसे नियंत्रीत करावे?

- योग्य आहार, व्यायाम आणि योग्य औषधोपचार कोलेस्ट्रॉल प्रमाण नियंत्रीत करु शकतात.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar & Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

- व्यायाम शरीरातील उपयुक्त कोलेस्ट्रॉलचे प्रमाण वाढवते आणि अपायकारक कोलेस्ट्रॉल कमी करते. तुम्हाला योग्य होणारा व्यायाम कुठला ते तुमच्या डॉक्टरला विचारुन ठरवा. कधीकधी केवळ चालण्याचा सोपा व्यायामही उपयुक्त ठरु शकतो. जर तुमचे वजन जास्त असल्यास डॉक्टरला विचारुन ते नियंत्रीत करणे आवश्यक आहे.

आहार कसा असावा?

- अति कोलेस्ट्रॉल असलेले पदार्थ कमी खाणे उदा.मटण, अंडी, मासे, दूग्धजन्य पदार्थ इ.
- गोड पदार्थ, खोबरं, तेल-तूप यांचा आहारातील वापर नियंत्रीत करा.
- भरपूर फळे, पालेभाज्या यांचे सेवन करा.
- साखर अधिक असलेले पदार्थ टाळा.
- मिठाचा वापर नियंत्रीत करा.
- 'क'आणि 'अ' जीवनसत्व असलेले पदार्थ भरपूर खा.

कोलेस्ट्रॉलचे वाढते प्रमाण नियंत्रीत न केल्यास काय होईल?

हृदयरोग होण्याची शक्यता वाढते.

अटोरवॅस्टॅटिन (ATORVASTATIN)

यावर कुठली औषधे उपलब्ध आहेत?

ह्या व्याधीवर पुष्कळ औषधे उपलब्ध आहेत. ॲटोरवॅस्टॅटिन हे त्यापैकी एक नेहमी दिले जाणारे औषध होय. Atorvastatin हे कॉलेस्ट्रॉल निर्मितीसाठी आवश्यक असणाऱ्या शरीरातील घटकाचे प्रमाण कमी करते.

हे कशासाठी वापरले जाते ?

तोंडावाटे घेतले जाणारे हे औषध योग्य अशा आहाराबरोबर घ्यायचे असून ते कोलेस्ट्रॉल आणि स्निग्धाचे प्रमाण कमी करते.

Atorvastatin ची कुठली उत्पादने उपलब्ध आहेत ?

सुमारे ३० पेक्षा जास्त औषधे उपलब्ध आहेत. उदा. Atorva, Cholestate, Atorfit, Atorin, Atocor etc. ही औषधे गोळीच्या रुपात प्रामुख्याने ५,१०,२०, ४० मि.ग्रॅम ह्या प्रमाणात असतात. तुमचे डॉक्टर तुम्हाला योग्य ठरेल ते ठराविक प्रमाण आणि ठराविक उत्पादन सुचवितात.

हे औषध कसे घ्यावे ?

साधारणपणे १० मि.ग्रॅम दिवसातून एकदा परंतु एका ठराविक वेळी असे घेतले जाते. परंतु काहीवेळा औषधाचे हे प्रमाण वाढवतात, अर्थात डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार. ही गोळी पाण्याबरोबर घ्यावी.

जर औषधाचा डोस घ्यावयास विसरल्यास....

शक्यतो एकही डोस चुकवू नये. औषधाचा योग्य परिणाम होण्यासाठी नियमितपणे घेण्याची आवश्यकता असते पण जर एखादा डोस चुकला तर जेव्हा आठवण होईल तेंव्हा लगेच घ्यावा. जर पुढच्या डोसची वेळ होत आली असेल तर मात्र **दोन डोस कधीही एकत्र घेऊ नयेत.** नेहमी प्रमाणे एकच डोस घ्यावा.

हे औषध किती दिवस घ्यावे ?

डॉक्टरांनी सांगितल्याप्रमाणे तेवढ्या दिवसांसाठी हे औषध घेतले पाहिजे.

या औषधाचे कुठले दुष्परिणाम उद्‌भवू शकतात ?

क्वचित प्रसंगी पोटदुखी, डोकेदुखी, स्नायूंमध्ये वेदना असे होऊ शकते पण सहसा रुग्णांना या औषधाचा फारसा त्रास होत नाही. अधिक माहितीसाठी आपल्या डॉक्टरांशी बोला.

हे औषध घेताना घ्यायची काळजी -

- योग्य त्या आहाराचे सेवन करा अन्यथा औषधाचा आवश्यक तो परिणाम दिसून येणार नाही.
- गरोदर अथवा स्तनपान करत असल्यास महिलांनी हे औषध घेऊ नये.
- जर का तुम्हाला कुठला यकृताचा आजार असल्यास तुमच्या डॉक्टरांना सांगा.
- मद्यपान टाळा
- कुठलेही ॲन्टासिड या औषधा बरोबर न घेता २-३ तासांच्या अवधीनंतर घ्या.
- आपण इतर कुठली औषधे घेत असल्यास अथवा प्रसंगी शस्त्रक्रिया करायची असल्यास हे औषध घेत असल्याचे डॉक्टरांना सांगा.

लक्षात ठेवा

- नियंत्रीत आहार, नियंत्रीत वजन आणि व्यायाम ह्या सर्व गोष्टी औषधाबरोबर आवश्यक आहेत.
- कोलेस्ट्रॉल आणि ट्रायग्लिसराईड प्रमाण तपासण्या कमीतकमी दोन महिन्यात एकदा केल्या पाहिजेत.
- कधीही भरपूर जेवण (मेजवानीचे वैगेरे) करणार मह्णून ह्या औषधाचा डोस वाढवू नका. डोस वाढवणे अपायकारक होऊ शकते.

हे औषध घेण्यासाठी प्रिस्क्रिप्शनची गरज आहे काय ?

होय, हे औषध घेण्यासाठी डॉक्टरांच्या चिठ्ठीची आवश्यकता असते. स्वत:च्या मनाने हे कधीही घेऊ नये.

औषध घरात नीट कसे ठेवावे?

सूर्यप्रकाश, दमटपणा व उष्णता यापासून औषध दूर ठेवावे. खिडकीत, बाथरुम मध्ये, सिंकच्या वर ठेवू नये. एका प्लॅस्टिक बॉक्समध्ये ठेवून बेडरूमधील कपाटात ठेवणे ही सर्वात योग्य पद्धत आहे. लहान मुले व पाळीव प्राण्यांपासून औषध दूर ठेवावे.

वरील माहिती ही केवळ शैक्षणिक हेतूने रुग्णांना अति कोलेस्ट्रॉल मुळे होणाऱ्या व्याधीं विषयी माहिती करुन देण्यासाठी बनविण्यात आली आहे. याचा उपयोग स्वत:च्या मनाने उपाययोजना करण्यासाठी करु नये. डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध घेणे, इतरांना औषध घ्यायला सुचविणे हे चुकीचे आहे (लक्षणे सारखी अथवा वेगळी असल्यास देखील) कुठलेही औषध घेण्यापूर्वी तुमच्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. ही माहिती केवळ अटोरवॅस्टॅटिन घेत असलेल्या रुग्णांसाठीच आहे. प्रि.के.एम. कुंदनानी फार्मसी पॉलिटेक्निक, उल्हासनगर आणि दिल्ली फार्मास्युटिकल ट्रस्ट, (www.delhipharmtrust.org) नवी दिल्ली यांनी ही माहिती लोकशिक्षणार्थ बनविली आहे.

Patient Information Leaflet

DIABETES MELLITUS

What is Diabetes Mellitus (DM) ?

Daibetes mellitus (DM) is a condition in which the body does not produce enough insulin or does not use insulin properly to convert food(sugar) into energy. Without the action of insulin, the sugar piles up in the blood stream(hyperglycemia) & other tissues starve for sugar. There are almost 100 million people suffering from DM worldwide.

Are there any types of DM ?

There are 2 types of DM. Some people who don't produce insulin need insulin injections to be given to maintain their blood sugar level(Type I) while others need additional support with some medicines to their own insulin(Type II)

What are the symptoms of DM ?

Type I DM shows the symptoms such as excessive urination, excessive thirst & too much of hunger. Weight loss, weakness & dry skin could be some other symptoms.

Type II DM may or may not show any symptoms & may remain unnoticed for a while. Some symptoms could be: Any of the symptoms of Type I, tiredness, numbness in feet, weight loss, unclear vision, sores which take long time to heal & skin infections.

What are the risk factors for DM ?

Following factors increase the chance of developing DM

- Family History of Diabetes
- Overweight
- High Blood Pressure
- High cholesterol levels
- Lack of exercise & lazy life style
- Age

Can DM be treated ?

Yes, the DM can be treated with appropriate diet, physical exercise & drug treatment .

What happens if DM is untreated ?

Uncontrolled Diabetes may lead to damage to nerves, kidney, eye problems, infections. Sometimes a damage is caused to the feet or hands which may lead to it's unavoidable cutting (amputation).

What life style shall be followed for DM ?

- Avoid high fat food & carbohydrate rich food items.
- Avoid smoking.
- Regular exercise as recommended by doctor.
- Reduce weight if you are overweight.
- Eating at regular time intervals is necessary to avoid low blood sugar levels (hypoglycemia)

In what aspects a diabetic person is different than others ?

- Needs life long drug treatment
- Should strictly follow diet & exercise schedule.
- Take maximum care to avoid wounds, infections as they take longer to heal than the normal individuals.
- Carry out complete medical check up(including Eye, foot examination)once in a year.

DRUG TREATMENT OF DIABETES MELLITUS

Diabetic patients need insulin or other medicines. One of such commonly prescribed medicine is Glibenclamide.

GLIBENCLAMIDE

What products of Glibenclamide are available?

Presently there are more than 25 brands of Glibenclamaide available in the market. Some of them are available in combination with other oral antidiabetics drugs.

Few Examples of brands:

Betanase, Daonil, Glibet, Glyboral etc

All the products are available as tablets & contain 2.5 mg or 5mg of the medicine.

How much of Glibenclamide shall I take ?

- Follow all the instructions given by the doctor about the dosage of the medicine.
- Usually an adult dose is intially 2.5 mg once in a day by oral route. This dose may be increased by another 2.5mg as per the requirement. If used in combination, the maximum dose should not exceed 30 mg/day.
- If it is one dose per day, it should be taken in the morning just before breakfast. If it is two doses per day ,then second tablet should be taken before taking meal at night.
- It is important to keep the same timing everyday to take the medicine as by doing so, level of the medicine in the body will remain constant & proper effect will be obtained.
- Swallow the tablet with glass full of water.

What if I forget to take a dose ?

One should not miss the dose, but if you do miss it, in case of **one dose per day,** take the dose as soon as you remember but if it is already next day, then do not take two tablets. Follow the regular schedule of one tablet.

In case of **two doses per day** schedule, take the tablet as soon as you remember. But if it is almost late evening & time for second dose, then do not take two tablets. Take one tablet at dinner time as usual.

Doubling the dose any time may lead to undesirable lowering of blood sugar(Hypoglycemia).

How long shall I take Glibenclamide ?

- Take the medicine for the entire time period recommended by the doctor. In case of diabetes, it requires life long treatment.
- Do not stop taking it even if you start feeling better & blood sugar returns to normal after few days of treatment.
- Stopping the medicine abruptly may result into built up of high blood sugar which could be dangerous.
- Go for a follow up check up to the doctor & let the doctor decide about the treatment.

Do I require a Prescription to buy this medicine ?

Yes, you must always purchase this medicine only with the prescription of the registered medical practitioner. This way you are sure that you are buying a medicine which would best suit your condition since it is recommended by your doctor.

Even when you refill your stock of medicine, it is advisable to carry fresh prescription of the doctor after follow up check up. This would allow the doctor to decide if there is any need for decrease or increase in the dose or any change of the medicine.

Do I experience any side effects while taking Glibenclamide ?

No drug is free from side effects & so Glibenclamide also has some side effects. Occasionally some may experience mild nausea, headache, stomach upset, feeling of fullness and shakiness.

The side effects if experienced, usually go away as the treatment continues. Talk to your doctor about it.

Does Glibenclamide treatment sometimes lead to Hypoglycemia?

Yes. It is a condition when your blood sugar level drops down below the normal desired level. It may produce following symptoms:

Weakness, headache, confusion, dizziness, fainting.

How do I treat Hypoglycemia ?

Eat immediately 3 teaspoon of sugar, candy or honey. This provides you quick source of glucose which your body requires in condition of Hypoglycemia.

What precautions shall be taken to avoid Hypoglycemia?

- Avoid higher dose of the medicine than prescribed.
- Do not double the dose any time.
- Eat the recommended diet at regular time intervals.
- Taking antidiabetic medicine & not eating food in time, may lead to low blood sugar levels.
- Carry out blood sugar tests on a regular basis(once in a month).

What precautions shall i take with Glibenclamide therapy ?

- Inform about your diabetic status & your treatment to the doctor/ dentist before undergoing any other drug treatment or any surgery.
- You may require little higher medication in case you have high fever, infections or undergoing surgery. Your doctor would know the best about it.
- Monitor Blood glucose level regularly.
- Avoid Alcohol strictly while on this medicine, as it may cause severe headache, breathing difficulty and rapid heartbeat.
- Use of Glibenclamide is not recommended in pregnant women, during breastfeeding & in children.
- Do not expose your skin to direct sunlight as this drug makes your skin more sensitive to sunlight.

How to store this medicine ?

Store at room temperature, away from heat, light & moisture. Keep out of reach of children & pet animals.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani
Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar &
Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

The above information is intended for educational purposes only. It intends to create health awareness among the patients about Diabetes Mellitus and correct use of medicines. It is not designed whole or in part, as advise for self treatment. Avoid self medication, do not share medicines with others even if the symptoms may appear same.

Always consult the doctor before taking above medicine.

औषध
माहितीपत्रक

मधुमेह

शरीरात जर ''इन्सुलिन'' या प्रकारच्या संप्रेरकाचे प्रमाण कमी झाल्यास किंवा शरीर त्या इन्सुलिनचा वापर योग्य तऱ्हेने करु शकत नसल्यास ''मधुमेह'' या रोगाची सुरवात होते. इन्सुलिन कार्यरत नसल्यास रक्तातील शर्करा इतर भागांपर्यंत पोचू शकत नाही व रक्तातच ती साठून रहाते. शर्करा न मिळाल्याने इतर अवयवांची कार्यशक्ती मंदावते. मधुमेह दोन प्रकारचा असतो. पहिल्या प्रकारात शरीरात इन्सुलिन अजिबात बनत नाही व रुग्णाला इन्सुलिन इंजेक्शनवरच अवलंबून रहावे लागते. दुसऱ्या प्रकारात इन्सुलिन असते पण कमी प्रमाणात असते. यामध्ये रुग्णाला तोंडावाटे घ्यायची औषधे दिली जातात व गरज पडल्यास या औषधाबरोबर इन्सुलिन इंजेक्शनही देतात.

मधुमेहाची लक्षणे :- पहिल्या प्रकारच्या मधुमेहात खूप तहान, सतत लघवीला लागणे, खूप भूक लागणे, वजन घटणे, थकवा व कोरडी त्वचा ही काही लक्षणे दिसतात. दुसऱ्या प्रकारच्या मधुमेहात लक्षणे दिसतातच असे नाही. त्यामुळे याचे निदान होण्यास विलंबही होऊ शकतो. काही वेळा पहिल्या प्रकारच्या मधुमेहासारखीच काही लक्षणे दिसू शकतात व अंधुक दृष्टी, पायातील संवेदना बधीर होणे, जखमा बऱ्याच काळ बऱ्या न होणे, वारंवार त्वचेला जंतुप्रार्दुभाव होणे अशीही लक्षणे दिसू शकतात.

कोणती कारणे मधुमेहासाठी धोकादायक ठरु शकतात ?

• अनुवांशिकता • अति लठ्ठपणा • अति रक्तदाब व कोलेस्ट्रॉलचे रक्तातील वाढते प्रमाण • ऐषारामी जीवनशैली, व्यायाम न करणे • वाढते वय.

मधुमेह बरा होऊ शकतो का ?

मधुमेह हा पूर्ण बरा होऊ शकत नाही मात्र योग्य औषध योजना, व्यायाम व आहार याद्वारे तो कायम नियंत्रणात ठेवता येवू शकतो. जर मधुमेह नियंत्रणात ठेवला नाही तर मूत्राशय, डोळे, मज्जासंस्था यांना गंभीर विकार होऊ शकतात. काही वेळा हातापायांना झालेल्या जखमा बऱ्या न होऊन शस्त्रक्रिया करुन हात/पाय कापावेही लागतात.

मधुमेह असल्यास कोणती जीवनशैली ठेवावी ?

- अति शर्करायुक्त व अति मेद असलेले खाद्यपदार्थ टाळावेत.
- धुम्रपान टाळावे.
- अतिलठ्ठ झाल्यास वजन कमी करावे.
- योग्य व नियमित व्यायाम. (डॉक्टरांच्या सल्ल्याने व्यायाम किती व कोणता हे ठरवावे.)
- योग्य खाणे व नियमित वेळांत खाणे, न खाता औषध घेतल्यास रक्तातील शर्करेचे प्रमाण अती कमी होऊ शकते व त्याचाही त्रास होतो.

ग्लिबेन्क्लामाईड (GLIBENCLAMIDE)

मधुमेहासाठी औषध उपाययोजना

मधुमेहासाठी विविध प्रकारची औषधे आहेत त्यापैकी ग्लिबेन्क्लामाईड हे एक आहे. या औषधाची अनेक प्रकारची उत्पादने बाजारात उपलब्ध आहेत. काही उदाहरणे:- बिटानेस, डाऑनिल, ग्लिबेट, ग्लायबोराल सर्व उत्पादनांत २.५ मि.ग्रॅम किंवा ५ मि.ग्रॅम ग्लिबेनक्लामाईड आहे व हे टॅबलेटच्या स्वरुपात आहे.

हे औषध किती व कसे घ्यावे ?

- डॉक्टरांनी सांगितलेल्या सर्व सूचनांचे तंतोतंत पालन करणे आवश्यक आहे.
- साधारणतः २.५ मि.ग्रॅम दिवसातून एकदा तोंडावाटे हे औषध घ्यायचे असते. कधी कधी गरजेनुसार अजून २.५ मि.ग्रॅम (म्हणजे एकूण ५ मि.ग्रॅम) घेण्यासाठी डॉक्टर सांगतात.
- जर दिवसातून एकदा घ्यायचे असल्यास सकाळी नाश्त्यापूर्वी घ्यावे. जर दोनदा घ्यावयाचे असल्यास, दुसरा डोस रात्री जेवणापूर्वी घ्यावा.
- रोज एका ठराविक वेळी औषध घेतल्याने त्याची रक्तातील पातळी कायम राहते व त्याचा योग्य परिणाम साधण्यास उपयोग होतो.
- टॅबलेट ही पूर्ण ग्लास पाण्याबरोबर घ्यावी.

जर मी हे औषध घेण्यास विसरलो तर ?

औषध घेण्यास एकही दिवस विसरु नये. पण जर विस्मरण झालेच तर जेव्हा आठवेल तेव्हा लगेच घ्यावे. जर पुढच्या डोसची वेळ होत आली असेल तर पुढचा डोस घ्यावा पण एकावेळी दोन डोस मात्र कधीही घेऊ नयेत. विस्मरण झालेला डोस मग घेऊ नये व औषधाचे नेहमीचे वेळापत्रक पाळावे.

हे औषध किती काळापर्यंत घ्यावे ?

- मधुमेहींना बहुतांशी वेळा औषध आयुष्यभर घ्यावे लागते.
- नियमितपणे (महिन्यातून एकदा) रक्त/लघवीतील शर्करेचे प्रमाण बघावे व डॉक्टरांकडून नियमित तपासणी करुन औषध योजनेत काही फेरफार आवश्यक नाही ना याची खात्री करुन घ्यावी.
- डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध बंद करु नये. आता आपला मधुमेह काबूत आहे असा विचार करुन औषध बंद केल्यास त्याचे गंभीर परिणाम होऊ शकतात. यामुळे शर्करेचे प्रमाण खूप वाढून धोकादायक ठरु शकते.

हे औषध घेण्यासाठी प्रिस्क्रिपशनची जरुरी आहे का?

हो, डॉक्टरांनी चिकित्सा केल्यावर या औषधाचे प्रिस्क्रिपशन लिहून दिल्यासच ते घ्यावे. स्वतःच्या मनाने कधीही घेऊ नये.

या औषधाचे काही इतर परिणाम ?

काही रुग्णांमध्ये डोकेदुखी, पोट बिघडणे, पोट भरल्यासारखे वाटणे किंवा हातांची थरथर असे परिणाम दिसू शकतात.

साधारणतः उपचार चालू केल्यावर काही दिवसांनी हे इतर परिणाम नाहीसे होतात व रुग्ण औषध योजनेला व्यवस्थित सरावतो.

हे औषध घेताना रक्तशर्करेचे प्रमाण अती कमी होते कां ?

थकवा, डोकेदुखी, चक्कर येणे, गरगरणे ही रक्तातील शर्करा अती कमी झाल्याची लक्षणे आहेत. हे औषध घेताना असे कधीतरी होऊ शकते.

असे होऊ नये म्हणून कोणती काळजी घ्यावी ?

- या औषधाचा डोस ठरल्यापेक्षा कधीही जास्त घेऊ नये.
- आहार योग्य व योग्य वेळी घेत जावा.
- पोट रिकामे असताना औषध घेतले तर रक्तशर्करा एकदम कमी होऊ शकते.
- महिन्यातून एकदा रक्तशर्करेचे प्रमाण तपासल्यास उपचार व्यवस्थित लागू होत आहेत ना व शर्करा काबूत आहे ना याची खात्री करुन घेऊ शकतो.

रक्तशर्करा अती कमी झाल्यास काय करावे ?

ताबडतोब ३ छोटे चमचे साखर किंवा मध खावा यामुळे त्वरित साखर शरीराला उपलब्ध होते.

ग्लिबेनक्लामाईड घेत असताना कोणती काळजी घ्यावी ?

- दुसरे कोणतेही औषध घेताना किंवा शस्त्रक्रिया करण्याची जरुरी असल्यास डॉक्टरांना आपण मधुमेही असल्याचे व हे औषध घेत असल्याचे सांगावे.
- दारुसेवन पूर्ण बंद करावे. हे औषध चालू असताना दारु घेतल्यास प्रचंड डोकेदुखी, श्वासाला त्रास, ह्रदयगती वाढणे असे दुष्परिणाम होऊ शकतात.
- गरोदर असताना किंवा स्तनपान करताना हे औषध घेऊ नये. लहान मुलांमधेही या औषधाचा वापर करु नये.
- हे औषध चालू असताना सूर्यप्रकाशाचा त्वचेवर नेहमीपेक्षा अधिक परिणाम होतो म्हणून शक्यतो पूर्ण शरीर झाकले जाईल असे कपडे घालावे व टोपी, छत्री, उन्हासाठीचा चष्मा याचा वापर करावा.

औषध घरात नीट कसे ठेवावे?

सूर्यप्रकाश, दमटपणा व उष्णता यापासून औषध दूर ठेवावे. खिडकीत, बाथरुम मध्ये, सिंकच्या वर ठेवू नये. एका प्लॅस्टिक बॉक्समध्ये ठेवून बेडरूमधील कपाटात ठेवणे ही सर्वात योग्य पद्धत आहे. लहान मुले व पाळीव प्राण्यांपासून औषध दूर ठेवावे.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar & Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

वरील माहिती ही केवळ शैक्षणिक हेतूने रुग्णांना मधुमेह व त्यावरील एका औषधाची माहिती करुन देण्यासाठी बनविण्यात आली आहे. याचा उपयोग स्वतःच्या मनाने उपाययोजना करण्यासाठी करु नये. डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध घेणे, इतरांना औषध घ्यायला सुचविणे हे चुकीचे आहे (लक्षणे सारखी अथवा वेगळी असल्यास देखील) कुठलेही औषध घेण्यापूर्वी तुमच्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. ही माहिती केवळ ग्लिबेन्क्लामाईड घेत असलेल्या रुग्णांसाठीच आहे. प्रि.के.एम. कुंदनानी फार्मसी पॉलिटेक्निक, उल्हासनगर आणि दिल्ली फार्मास्युटिकल ट्रस्ट, (www.delhipharmtrust.org) नवी दिल्ली यांनी ही माहिती लोकशिक्षणार्थ बनविली आहे.

Patient Information Leaflet

HYPERTENSION
(High Blood Pressure)

What is Normal Blood Pressure ?

The blood while flowing through the blood vessels exerts pressure on the walls of the vessels, and this pressure is called as Blood Pressure.(B.P.)

The pressure developed when the heart contracts is called as **systolic pressure** while the pressure developed when the heart is at rest, is named as **diastolic pressure.**

Blood Pressure is expressed as systolic/diastolic pressure & the value of **120/80** is usually considered to be a normal blood pressure.

With age, the B.P. tends to increase. Your doctor knows the best what is normal value for you.

Blood pressure easily gets affected by various factors such as tension, anxiety, exertion & hence it is essential to be relaxed while the B.P.is measured.

Get your BP measured by your regular doctor & preferably in lying down condition.

What is High Blood Pressure ? (HT:Hypertension)

When the blood pressure reading (either systolic or diastolic or both) is cosistently (atleast more than on one occasion) higher than the normal value of 120/80, then you are about to develop HT(prehypertensive stage) & if it is above 140/90 then it is considered as high B.P.

Are there any symptoms of high B. P. ?

There may or may not be any symptoms. Some symptoms which may be seen are :

Headache, blurring of vision(unclear vision),Numbness in hands & feet, sleepiness & tired feeling. It is best to visit doctor if you experience any of such symptoms & doctor would decide if the symptoms are due to increase in B.P. or any other reason.

Most likely risk factors for HT are :

Family History(Genetic factor),Overweight, Bad habits such as smoking & alcoholism, Salty & fatty food ,High Cholesterol levels, Mental/Physical stress,

How is HT treated ?

The drug treatment is needed usually for a lifelong time. Also other measures such as correct diet, lifestyle changes are necessary to contol the HT.

What changes shall I do in my diet to keep check over HT ?

Avoid salty food items such as papad, pickels, ready to eat snacks or junk food. Also reduce intake of high fat containing food items such as deserts,fried items,meat products etc

What changes shall I bring about in my daily life style ?

- Exercise regularly as recommended by your doctor.
- Reduce the weight if you are overweight. Consult your doctor.
- Try to reduce your stress & tensions & for this you may take help of Yoga & Meditation.
- Avoid excessive physical exertion.
- Most importantly avoid all bad habits such as Alcohol & Tobacco as they tend to increase the blood pressure.

What happens if HT is not treated ?

The uncontrolled HT can lead to many dangerous complications because of damage caused to the blood vessels & it may lead to conditions such as Cerebrovascular problems(brain damage), Heart Failure, Kidney damage etc.

DRUG TREATMENT OF HYPERTENSION

The aim of drug therapy is to bring down the elevated blood pressure & maintain it at normal level. Different types of drugs are available for this purpose.

Your doctor knows which type of medicines would be best suitable to treat your hypertension.

It is important to realise that though HT can not be cured, with the proper drug treatment & life style modifications, a person with HT can live a normal life.

ATENOLOL

What is Atenolol ?

Atenolol is one of the commonly prescribed drug to treat the high blood pressure & also other cardiac problems such as Angina (chest pain arising from heart)& to treat the irregular heart beat. It can also be used for some other conditions as determined by your doctor.

How does Atenolol work ?

It reduces the action of a chemical known as adrenalin & helps to reduce the blood pressure & heart rate.

What are the common products of Atenolol ?

There are more than 40 brands brands availible in the market,to name the few are:

Aten,Tenormin,Atenova,Betacard,Teno

All these products are available as tablets & contain 25 mg to 100 mg of Atenolol.

Your doctor would prescribe a brand & dose/strength suitable for you.

How much of Atenolol shall I take ?

- Follow all the instructions as told by your doctor
- Usually the dose of Atenolol for treatment of Hypertension is **50 mg by mouth once daily.Dosage adjustment may be done at times by the doctor to suit your condition.**
- It can be taken with or without food, but should be taken at the same time each day to get proper effect..
- Swallow the tablet with glass full of water.

What if I forget to take a dose ?

One should not miss the dose,but if you do miss it,take the tablet if you remember on the same day.**If it is already time for a next dose, that is a next day, then do not double the dose.**

Take your usual dose only.Doubling the dose may lead to undesirable lowering of blood pressure.

How long shall I take Atenolol ?

- Take the medicine for the entire time period recommended by the doctor.
- Do not stop taking it even if you start feeling better & blood pressure returns to normal after few days of treatment.
- Stopping the medicine abruptly may result into built up of high blood pressure which could be dangerous.
- Go for a follow up check up to the doctor & let the doctor decide about the treatment.
- Most of the times, hypertensive patients require a **life long treatment.**

Do I require a Prescription to buy this medicine ?

Yes,you must purchase this medicine only with the prescription of the registered medical practitioner. This way you are sure that you are buying a medicine which would best suit your condition since it is recommended by your doctor.

Even when you refill your stock of medicine,it is advisable to carry fresh prescription of the doctor after follow up check up.

Do I experience any side effects while taking Atenolol ?

No drug is free from side effects & so Atenolol also has some side effects. These side effects could be:

Tiredness,lightheadedness,dizziness,

Cold hands & feet,decreased heart rate.

But most of the times patients experience few minor side effects in the beginning & they disappear as the treatment continues.

What precautions shall i take with Atenolol therapy ?

- Inform the doctor if you have history of asthma or any other problem where you face difficulty in breathing.
- Inform the dentist or other doctor before undergoing any other drug traetment or any surgery about your Atenolol treatment.
- Monitor Blood pressure & heart rate regularly.(Once in 15 days.)You may learn how to take the heart rate on your own.
- Inform doctor if you wish to take any cough/cold preaparations as they may interfere with activity of Atenolol.
- **As the drug may cause diziness, get up slowly from lying or sitting position to avoid fall. Climb stairs slowly.**
- Also do not drive the vehicle or operate machinery till you see how you react to the medicine & get adjusted to it.
- Avoid alcohol & tobacco products.
- Inform doctor if you are pregnant or plan to get pregnant.Atenelol is not recommended in pregnancy & while breast feeding.

Do I need to take any extra precaution if i also suffer from Diabetes ?

Yes,Atenolol may hide the signs of low blood sugar level(hypoglycemia).Hence inform your Diabetese specialist about your Atenolol treatment & he may suggest frequent blood sugar level check up.

How to store this medicine ?

Store at room temperature, away from heat, light & moisture. Keep out of reach of children & pet animals.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani
Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar &
Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

The above information is intended for educational purposes only. It intends to create health awareness among the patients about High Blood pressure and correct use of medicines. It is not designed whole or in part, as advise for self treatment. Avoid self medication, do not share medicines with others even if the symptoms may appear same.

Always consult the doctor before taking above medicine.

औषध
माहितीपत्रक

उच्च रक्तदाब

''रक्तदाब'' म्हणजे काय ?

- रक्तवाहिन्यांमधून वाहणारे रक्त, रक्तवाहिन्यांच्या भिंती वर दाब निर्माण करते या दाबालाच रक्तदाब (Blood Pressure) असे म्हणतात. हृदयाच्या आकुंचनावेळी निर्माण झालेल्या दाबाला ''आंकुचन दाब'' (Systolic Pressure) तर हृदयाच्या प्रसरणाच्या वेळी निर्माण होणाऱ्या दाबाला ''प्रसरण दाब'' असे म्हंटले जाते. ''आकुंचन दाब/प्रसरण दाब'' अशा प्रकारे रक्तदाब दर्शवला जातो. १२०/८० या प्रमाणातील रक्तदाबाला योग्य रक्तदाब असे म्हंटले जाते.
- वयोमानानुसार रक्तदाब सामान्यत: वाढत जातो असे असले तरी एखाद्या व्यक्तीचा रक्तदाब किती असावा हे डॉक्टरच सांगू शकतात. रक्तदाब वेगवेगळ्या कारणांनी बदलू शकतो. उदा. मानसिक ताण, काळजी इ. आणि म्हणूनच रक्तदाब मोजत असताना प्रत्येक व्यक्तीने स्वस्थचित्त असणं आवश्यक असतं.

उच्च रक्तदाब म्हणजे काय ?

जेव्हा रक्तदाबाचे प्रमाण (आंकुचन दाब / प्रसरण दाब) प्रमाणापेक्षा (१२०/८०) सतत वाढते तेव्हा त्याला Prehypertensive Stage असे म्हणतात आणि ब्लड प्रेशर १४०/९० च्या वर गेल्यास त्याला उच्चरक्तदाब म्हंटले जाते.

उच्च रक्तदाबाची लक्षणे कुठली आहेत ?

प्रत्येक वेळी उच्च रक्तदाबाची लक्षणे आढळून येतीलच असे नाही. सर्वसामान्यपणे आढळून येणारी लक्षणे पुढील प्रमाणे :- डोकेदुखी, धूसर दृष्टी, पेंग येणे, थकवा, हातापायांना बधिरपणा जाणवणे इ. अशी लक्षणे दिसू लागताच डॉक्टरांकडे जाऊन ही लक्षणे उच्च रक्तदाबाची आहेत का, इतर कशाची हे जाणून घेणे हितावह असते.

उच्चरक्तदाब का निर्माण होतो ?

अनुवंशिकता, जास्त वजन, वाईट सवयी उदा. धुम्रपान, मद्यपान, खारट आणि तेलकट पदार्थांचे अतिसेवन, अति कोलेस्ट्रॉल, बौद्धिक-शारिरीक ताण इ. कारणे असू शकतात.

उच्च रक्तदाबासाठी उपचार काय ?

योग्य अशा औषधां बरोबरच ठराविक आहार, व्यायाम इ. गोष्टी उच्च रक्तदाब काबूत ठेवण्यासाठी आवश्यक आहेत.

रक्तदाब प्रमाणात राहण्यासाठी रोजच्या जीवनशैलीत कोणते बदल केले पाहिजे त?

- डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार नियमितपणे व्यायाम करा.
- वजन जास्त असल्यास वजन कमी करण्याचा प्रयत्न करा.
- योगासने आणि ध्यान यांच्या सहाय्याने तुमचे ताण कमी करण्याचा प्रयत्न करा.
- अति शारिरीक ताण शक्यतो टाळा.
- सगळ्यात महत्वाचे म्हणजे रक्तदाब वाढवणाऱ्या वाईट सवयी उदा. मद्यपान, धुम्रपान करणे टाळा.

उच्च रक्तदाबासाठी उपचार न घेतल्यास काय होते ?

प्रमाणाबाहेर असलेला उच्च रक्तदाब रक्तवाहिन्यांना होणाऱ्या इजेमुळे विविध समस्यांना कारणीभूत ठरु शकतो उदा. स्ट्रोक (मेंदूला इजा)

उच्च रक्तदाबासाठी वापरली जाणारी औषधे :-

उच्च रक्तदाब जरी पूर्णत: बरा होऊ शकत नसला तरी योग्य त्या औषधोपचारां द्वारे व योग्य आहार-विहाराने उच्चदाब असलेली व्यक्ती सुरळीत जीवन जगू शकते हे लक्षात घेणं आवश्यक आहे.

अटेनेलॉल (ATENOLOL)

अटेनेलॉल हे औषध उच्च रक्तदाब किंवा इतर हृदय रोगांसाठी उदा.- (Angina) छातीत दुखणे आणि हृदयाचे अनियमीत पडणारे ठोके बरे करण्यासाठी डॉक्टर लिहून देतात.

अटेनेलॉलची बाजारातील/वापरात असलेली उत्पादनं :-

अटेनेलॉल ची जवळजवळ ४० उत्पादनं बाजारात उपलब्ध आहेत. त्यापैकी काही पुढीलप्रमाणे :- Aten, Tenormin, Atenova, Betacard, Teno. ही सर्व उप्तादनं टॅबलेट्स म्हणून उपलब्ध असून त्यातील अटेनेलॉल चे प्रमाण २५ मि.ग्रॅम ते १०० मि.ग्रॅम असते.

अटेनेलॉल हे औषध किती प्रमाणात (Dose) वापरले पाहिजे ?

- उच्च रक्तदाबासाठी सामान्यपणे वापरला जाणारा डोस पुढील प्रमाणे :- दिवसातून एकदा ५० मि.ग्रॅम तोंडावाटे
- वेळप्रसंगी डॉक्टर या ठराविक डोसमध्ये योग्य तो बदल करु शकतात.
- गोळी ग्लासभरुन पाण्याबरोबर घ्या.
- योग्य त्या परिणामासाठी दिवसात एका ठरलेल्या वेळीच हे औषध रिकाम्यापोटी किंवा थोड्या खाण्यानंतर घ्या.

जर औषधाचा डोस घ्यावयास विसरल्यास....

शक्यतो एकही डोस चुकवू नये. औषधाचा योग्य परिणाम होण्यासाठी डोस नियमितपणे घेण्याची आवश्यकता असते पण जर एखादा डोस चुकला तर जेव्हा आठवण होईल तेंव्हा लगेच घ्यावा. जर पुढच्या डोसची वेळ होत आली असेल तर मात्र **दोन डोस कधीही एकत्र घेऊ नयेत.** नेहमी प्रमाणे एकच डोस घ्यावा.

Atenolol औषध किती दिवस घ्यावे ?

- डॉक्टरांनी सांगितलेल्या कालावधीसाठी औषध घ्यावे, बरे वाटत आहे असे वाटून किंवा रक्तदाब नॉर्मल झाल्यास देखील औषध घेणे थांबवू नये.
- अचानक औषध घेणे थांबवल्यास त्याचे परिणाम रक्तदाब वाढण्यात होतात.
- रक्तदाब तपासणी साठी नियमितपणे डॉक्टरांकडे जा आणि तुमच्या प्रकृतीची माहिती वारंवार डॉक्टरांना द्या.
- बहुतांश करुन रक्तदाबाच्या रुग्णांना कायम औषध घेण्याची गरज असते.

ही औषधे विकत घेण्यासाठी डॉक्टरांच्या चिठ्ठीची गरज असते का?

- होय, ही औषधे विकत घेण्यासाठी डॉक्टरांच्या चिठ्ठीची गरज असते.
- औषध डॉक्टरांनी सूचविले असल्यामुळे ते घेण्यात कुठलाही धोका नसतो.
- संपलेले औषध परत विकत घेतांना डॉक्टरांचे नविन Prescription जवळ असणे आवश्यक असते.

ह्या औषधाचे काही इतर परिणाम होतात कां?

प्रत्येक औषधाला काही साईड इफेक्ट हे असतातच. त्याप्रमाणे याही औषधाचे साईड इफेक्ट पुढील प्रमाणे आहेत :- थकणे, मरगळ येणे, हातपाय थंड पडणे आणि हृदयगती कमी होणे. पण बहुतेक वेळा treatment च्या सुरवातीच्या काळातच ही लक्षणे दिसून येतात आणि हळूहळू ती दिसेनाशी होत जातात.

हे औषध घेतांना काही खास काळजी घ्यावी कां ?

- जर का तुम्हाला दम्याचा अथवा श्वसनमार्गाचा कोणताही त्रास असेल तर लगेचच तुमच्या डॉक्टरला सांगा. कारण अटेनेलॉलने हा त्रास वाढू शकतो.
- तुमच्या डेंटिस्टला किंवा इतर कुठली treatment घेतांना तुमच्या डॉक्टरला Atenolol औषधाच्या treatment विषयी सांगा.
- रक्तदाब, हृदयगती (नाडी) साधारणत: १५ दिवसातून एकदा तपासून घ्या.
- जर तुम्हाला सर्दी, खोकल्याचे औषध घ्यायचे असेल तर डॉक्टरला आपण औषध घेत असल्याची कल्पना द्या.
- दारु आणि तंबाखूचे सेवन टाळा.
- गरोदर असल्यास किंवा स्तनपान करत असल्यास हे औषध घेऊ नका.

डायबेटीस असल्यास काय काळजी घेणे जरुरी आहे ?

Atenolol हे औषध हायपोग्लायसेमिया (रक्तातील साखरेचे कमी प्रमाण) ची लक्षणे दाखवत नाही त्यामुळे तुमच्या डॉक्टरला अॅटेनेलॉल बद्दल माहिती द्या. डॉक्टर तुम्हाला नियमित रक्तशर्करा तपासणीचा सल्ला देतील.

औषध घरात नीट कसे ठेवावे?

सूर्यप्रकाश, दमटपणा व उष्णता यापासून औषध दूर ठेवावे. खिडकीत, बाथरुम मध्ये, सिंकच्या वर ठेवू नये. एका प्लॅस्टिक बॉक्समध्ये ठेवून बेडरूमधील कपाटात ठेवणे ही सर्वात योग्य पद्धत आहे. लहान मुले व पाळीव प्राण्यांपासून औषध दूर ठेवावे.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar & Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

वरील माहिती ही केवळ शैक्षणिक हेतूने रुग्णांना उच्च रक्तदाब व त्यावरील एका औषधाची माहिती करुन देण्यासाठी बनविण्यात आली आहे. याचा उपयोग स्वत:च्या मनाने उपाययोजना करण्यासाठी करु नये. डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध घेणे, इतरांना औषध घ्यायला सुचविणे हे चुकीचे आहे (लक्षणे सारखी अथवा वेगळी असल्यास देखील) कुठलेही औषध घेण्यापूर्वी तुमच्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. ही माहिती केवळ अटेनेलॉल घेत असलेल्या रुग्णांसाठीच आहे. प्रि.के.एम. कुंदनानी फार्मसी पॉलिटेक्निक, उल्हासनगर आणि दिल्ली फार्मास्युटिकल ट्रस्ट, (www.delhipharmtrust.org) नवी दिल्ली यांनी ही माहिती लोकशिक्षणार्थ बनविली आहे.

Patient Information Leaflet

PAIN & RELATED CONDITIONS

Pain is your body's way of saying that something is wrong & you need to avoid or remove the cause. Pain can also be associated with inflammation (redness, heat & swelling in some body part)

e.g. A simple headache may just involve pain whereas a sprained ankle will often be painful & inflamed.

Pain could be a temporary condition(acute pain)or could be longer lasting pain such as arthritic pain. Pain may come & go or may be constant dull ache.

How do we feel pain ?

Pain is picked up by nerves at the site of injury or origin of the pain & a message is sent to brain. At the same time chemicals that cause inflammation may be released around the site of injury.

What type of medicines are used to relieve pain & inflammation ?

These medicines reduce the physical discomfort .Following are some examples of commonly used medicines for this purpose:

- Paracetamol is useful as pain reliever.
- Other medicines can reduce pain & inflammation. E.g. Aspirin, Ibuprofen, Diclofenac etc.

(Aspirin is also found to decrease blood clotting & prescribed in low dose by doctors to reduce risk of heart attack)

Using Painkillers :

- They reduce pain, inflammation & fever. They are available as creams or gels so that can be applied on the affected body part & as tablet/capsule /liquid to take orally.
- When taken orally, they should be used after food or with food as they may cause stomach irritation if taken on empty stomach.
- They should not be used in case you had/have stomach ulcers. Always consult your doctor.
- They may make asthma worse in some people who have history of asthma. Consult the doctor.

- Inform the doctor if you are taking any other medicines especially those used for reducing blood clotting.
- Aspirin should not be used in children/teenagers with chicken pox. Consult the doctor.

SELF CARE :

- Some pain can be reduced by non-medicine means, such as applying hot/cold packs, massage etc. Consult your doctor or pharmacist.
- Certain types of exercise, Yoga can reduce the pain associated with arthritis, spondylitis etc.
- Many a times tension & stress cause headaches, back pain etc. Learn to relax-relaxation would reduce your chances of getting pain.
- Maintain your body posture well & if you need to be in same position for long time (e.g. computer job) then try to change the position at least once in a while or take a quick walk. This way you reduce the chances of developing pain.

DICLOFENAC

What is Diclofenac?

It is used as pain killer (analgesic),in arthritis, spondylitis & some other conditions as determined by your doctor.

What are the products available of Diclofenac ?

Diclofenac is available as Diclofenac sodium & Diclofenac potassium.

There are more than 100 products available in market. Some of them are in combination with other drugs such as paracetamol.

Few examples :

Diclofen, Zonac,Voveran,Dicloran, Diclogesic etc

Diclofenac is available as Tablets, Capsules, Sustained Release Tablets,Suppositories,Gel,Eye preparations and Injections

How much of diclofenac shall I take ?

- Follow the instructions told by your doctor.
- The dose is normally 100 mg to 150 mg in 2 to 3 divided doses per day .The dose could change as determined by your doctor to suit your condition.
- Some of these tablets have special coating so that they can have action for longer time (sustained release) or to dissolve them directly in intestine bypassing stomach (enteric coated). Such tablets should be taken as such without breaking or crushing as the coating would get damaged & the medicine's effect will be reduced. Talk to your doctor or pharmacist about it.
- Take the tablet with full glass of water with food or milk.

What if I miss the dose ?

Try not to miss the dose & follow strictly the schedule told by your doctor. But in case you do forget ,then take it as soon as you remember.

If it is almost time for the next dose, then skip this dose & take the usual dose.

Never double the dose as it may be harmful for you.

What side effects I may suffer from ?

Every drug can have some side effects & diclofenac is not free from side effects. Occasionally it may produce

Abdominal cramps, nausea, indigestion.

Long term treatment may cause peptic ulcers. Talk to your doctor about it.

Taking the drug with food or milk reduce these side effects.

Other side effects could be skin rash, headache, edema (swelling due to water & fluid retention)

What precautions should I take while taking Diclofenac ?

- Inform doctor if you are allergic to any medicines especially drugs like aspirin, ibuprofen or diclofenac itself.
- Inform doctor if you have or had problem of stomach ulcers, liver or kidney problems.
- Report any symptoms such as stomach pain & black stools as it could be indicative of stomach ulcers.
- Avoid use during late pregnancy or during lactation.
- As diclofenac may cause edema, watch for its signs especially if you are having high blood pressure. Try to restrict your salt intake.Your doctor may give you diclofenac potassium if you have high blood pressure.

Do I require a Prescription to buy this medicine ?

Yes, you must purchase this medicine only with the prescription of the registered medical practitioner. This way you are sure that you are buying a medicine which would best suit your condition since it is recommended by your doctor.

How to store this medicine ?

Store at room temperature, away from heat, light & moisture.

Avoid storage at the windows, on the refrigerator, in the bathroom or near the sink.

Keep the tablet strips in the plastic box preferably in a bedroom cupboard.

Keep out of reach of children & pet animals.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani
Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar &
Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

The above information is intended for educational purposes only. It intends to create health awareness among the patients about Pain & related conditions and correct use of medicines. It is not designed whole or in part, as advise for self treatment. Avoid self medication, do not share medicines with others even if the symptoms may appear same. Always consult the doctor before taking above medicine.

औषध
माहितीपत्रक

वेदनाशामक औषधे

वेदना (दुखणे) अनेक कारणांनी होऊ शकतात. शरीरात अंतर्गत कुठेतरी बिघाड झाल्याचे वेदना हे लक्षण असते. वेदना कधी तात्पुरत्या असतात (साधी डोकेदुखी) तर कधी दीर्घकाळ टिकणाऱ्या असतात. उदा. संधीवात. वेदनेचे अनेक प्रकार असू शकतात.

वेदनाशामक औषधे कोणत्या प्रकारची आहेत ?

ही औषधे वेदना, सूज कमी करतात पण आजाराचे मूळ कारण त्यामुळे बरे होईलच असे नाही. मुख्यत: या औषधांनी तात्पुरता आराम मिळतो. खाली काही नेहमी वापरात असणाऱ्या औषधांची उदाहरणे दिली आहेत :-

- पॅरासिटॅमॉल हे वेदनाशामक तसेच तापासाठीचे उपयुक्त औषध आहे.
- काही औषधे वेदना व सूज यावर उपयुक्त आहेत. उदा. ॲस्पिरिन, आयबुप्रोफेन, डायक्लोफेनॅक, वगैरे (ॲस्पिरिन हे औषध कमी मात्रे मधे हृदरोगासाठीही डॉक्टर लिहून देतात.)

वेदनाशामक औषधे वापरताना घ्यावयाची काळजी :

- ही औषधे मलम या स्वरुपात असू शकतात ती शरीराच्या दुखऱ्या भागावर लावू शकतो. ही औषधे त्वचेवर जास्त जोरात चोळू नयेत.
- टॅबलेट, कॅप्सूल व द्रव स्वरुपातील औषधे तोंडावाटे घ्यायची असतात. शक्यतो काही खाल्ल्यानंतरच ही औषधे घ्यावीत. रिकाम्या पोटी घेतल्यास बहुतांशी वेदनाशामक औषधांमुळे पोटाच्या अंर्तत्वचेला त्रास होऊन मळमळ, उलटी, अधिक आम्ल झिरपणे इ. संभवू शकते.
- याच कारणामुळे ज्या व्यक्तींना अल्सरचा त्रास किंवा हायपर ॲसिडीटीचा त्रास आहे त्यांनी ही औषधे डॉक्टरांना विचारल्या शिवाय घेऊ नये.
- ज्या व्यक्तींना दमा किंवा श्वसनमार्गाचा कोणताही त्रास पूर्वी झाला किंवा होत असेल त्यांनी ही औषधे डॉक्टरांच्या सल्ल्यानेच घ्यावीत. यातील काही औषधे उदा. आयबुप्रोफेन, ॲस्पिरिन घेतल्याने या व्यक्तींमध्ये दम्याचा त्रास परत उद्भवू शकतो.
- जर आपण दुसरी काही औषधे विशेषत: रक्तात गुठळ्या होऊ नये यासाठी देण्यात येणारी वारफारीन सारखी औषधे घेत असाल तर डॉक्टरांना त्याविषयी सांगा. कारण काही वेदनाशामक औषधे (उदा. ॲस्पिरिन) व वरील सांगितलेल्या औषधांची एकमेकात प्रक्रिया होऊन काही दुष्परिणाम होऊ शकतात. थोडक्यात, जेव्हा आपण एकाहून अधिक औषधे घेतो तेव्हा डॉक्टरांना सांगूनच ती घ्यावीत.
- ॲस्पिरिन लहान मुलांमध्ये शक्यतो वापरत नाहीत.

स्वत:ची काळजी कशी घ्यावी :

- काही वेदनांसाठी औषधे वापरण्यापेक्षा मसाज, बर्फाने किंवा गरम शेकणे हे उपाय उपयुक्त ठरु शकतात.
- योगासने, काही विशिष्ट प्रकारच्या व्यायामाने दुखण्यापासून आराम मिळू शकतो. संधीवात, स्पॉंडिलायटीस वगैरे आजारांमध्ये हे उपचार लाभदायक ठरु शकतात.
- अनेक वेळा आपल्या दैनंदिन व्यवहारातील ताण, कामाच्या जागी एका ठिकाणी एकाच तऱ्हेने खूप वेळ बसणे/उभे राहणे यामुळे डोकेदुखी, पाठदुखीचे त्रास वारंवार होतात. यासाठी मन शांत ठेवणे, कामाच्या जागी वारंवार बसण्याची पद्धत बदलणे यामुळे फायदा होऊ शकतो.

अशी स्वत:ची काळजी घेतल्याने वेदनाशामक औषधांचा वापर आपण कमी करु शकतो. कारण वारंवार या औषधांचा वापर केल्यास त्याचे काही दुष्परिणाम आपल्याला त्रास देऊ शकतात. आता या प्रकारच्या अनेक औषधापैकी एक औषध डायक्लोफेनॅक याविषयी आपण सविस्तर माहिती घेऊ. हे औषध या वर्गातील औषधांचे केवळ एक प्रतिनिधी म्हणून घेतले आहे.

डायक्लोफेनॅक (DICLOFENAC)

डायक्लोफेनॅकची कोणती उत्पादने उपलब्ध आहेत ?

बाजारात १००हून अधिक उत्पादने आहेत. काहींमध्ये डायक्लोफेनॅक हे एकच औषध नसून इतर काही वेदनाशामक औषधांबरोबर ते एकत्रित आहेत. उदा. डायक्लोफेनॅक अधिक पॅरासिटॅमॉल काही उत्पादनांची नांवे :- झोनॅक, वोवेरान, डायक्लोरान, डायक्लोफेसिक, डायक्लोफेनॅक हे टॅबलेट, कॅप्सूल, द्रव, मलम, डोळ्यांसाठीचे थेंब, इंजेक्शन या स्वरुपात उपलब्ध आहे.

औषधाचा किती डोस घ्यायचा असतो ?

- डॉक्टरांनी सांगितलेल्या सर्व सूचना पाळणे आवश्यक आहे.
- साधारणत: १०० ते १५० मिग्रॅ. प्रत्येक दिवशी २ ते ३ वेळा हे औषध घेतले जाते. आपल्या दुखण्याच्या परिस्थितीप्रमाणे डॉक्टर हा डोस कमी अधिक करु शकतात.
- यातील काही टॅबलेट्स वर विशिष्ट प्रकारचे आवरण (कोटिंग) असते. ज्यायोगे त्यातील डायक्लोफेनॅकचा परिणाम नेहमीपेक्षा अधिक काळ राहू शकतो किंवा काही आवरणामुळे टॅबलेट्स पोटात न विरघळता आतड्यात पोचते ज्यामुळे पोटाला औषधाने होणारा त्रास होत नाही. जर टॅबलेटवर असे कोणत्याही प्रकारचे आवरण असेल (जे नुसते बघूनही समजते, वेष्टनावर बरेचदा लिहिलेले असते) तर टॅबलेटचे तुकडे करुन अथवा चूर्ण करुन घेऊ नये. ती पाण्याबरोबर अख्खी घ्यावी. तुकडे केल्याने औषधाचा योग्य परिणाम होत नाही. आवरण नसलेली गोळी तुकडे करण्यास हरकत नाही. पण या संदर्भात आपल्या डॉक्टर किंवा फार्मासीस्टना अधिक माहिती आपण विचारु शकता.
- कॅप्सूल उघडून घेऊ नये, ती अख्खी घ्यावी.
- द्रव औषध (लिक्विड) हे त्यासोबत असलेल्या खुणा असलेल्या प्लॅस्टिकच्या कपातून मोजूनच घ्यावे. औषधाचा योग्य (जास्त नाही अथवा कमीही नाही) डोस घेणे हे दुखणे बरे होण्याच्या दृष्टीने महत्वाचे असते.

जर औषधाचा डोस घ्यावयास विसरल्यास....

शक्यतो एकही डोस चुकवू नये. औषधाचा योग्य परिणाम होण्यासाठी नियमितपणे घेण्याची आवश्यकता असते पण जर एखादा डोस चुकला तर जेव्हा आठवण होईल तेंव्हा लगेच घ्यावा. जर पुढच्या डोसची वेळ होत आली असेल तर मात्र **दोन डोस कधीही एकत्र घेऊ नयेत.** नेहमी प्रमाणे एकच डोस घ्यावा.

या औषधाचे कोणते इतर परिणाम संभवतात?

प्रत्येक औषधाचे काही ना काही इतर परिणाम असतातच. डायक्लोफेनॅकही यास अपवाद नाही. पोटात दुखणे, मळमळ, अपचन, पुरळ येणे असे काही त्रास रुग्णांना होऊ शकतात. दिर्घकाळ घेतल्यास पोटातील/आतड्यातील अल्सरचा त्रास होऊ शकतो. भरल्यापोटी औषध घेतल्यास हा त्रास होण्याची शक्यता कमी होते. दिर्घकाळ औषधे घ्यावयाचे असल्यास सतत डॉक्टरांच्या सल्ल्याने वागणे हिताचे आहे. स्वत:च्या मनाने उपचार करु नयेत. (उदा. संधीवाता सारख्या आजारात हे औषध दीर्घकाळ घ्यायला लागण्याची शक्यता असते)

हे औषध घेताना काय काळजी घ्यावी ?

कोणत्याही औषधांची ॲलर्जी असेल तर तसे डॉक्टरांना सांगा. जर काही पोटाचे विकार विशेषत: अल्सर, यकृताचे किंवा मूत्रपिंडाचे आजार असतील किंवा नुकतेच होऊन गेले असतील तर डॉक्टरांना सांगा.

हे औषध चालू असताना जर शौचास काळे होत असेल व बरेचदा पोटात दुखत असेल तर डॉक्टरांना ताबडतोब सांगा. कारण ही अल्सरची लक्षणे असू शकतात. काही वेळा इतर काही औषधे घेत असाल (लोहयुक्त गोळ्या किंवा सिरप) तर त्यानेही शौचास काळे होऊ शकते. डॉक्टरांशी बोलल्यावर याचा उलगडा होऊ शकतो.

गरोदरपणाच्या शेवटच्या तीन महिन्यात व स्तनपान करताना हे औषध घेऊ नये.

जर तुम्हाला अति रक्तदाबाचा त्रास असेल आणि डायक्लोफेनॅक बराच काळ घेत असाल तर डॉक्टरांकडून रक्तदाब तपासून घेत रहा.

हे औषध घेण्यासाठी प्रिस्क्रिपशनची जरुरी आहे का?

हो, डॉक्टरांनी चिकित्सा केल्यावर या औषधाचे प्रिस्क्रिपशन लिहून दिल्यासच ते घ्यावे. स्वत:च्या मनाने कधीही घेऊ नये.

औषध घरात नीट कसे ठेवावे?

सूर्यप्रकाश, दमटपणा व उष्णता यापासून औषध दूर ठेवावे. खिडकीत, बाथरुम मध्ये, सिंकच्या वर ठेवू नये. एका प्लॅस्टिक बॉक्समध्ये ठेवून बेडरुमधील कपाटात ठेवणे ही सर्वात योग्य पद्धत आहे. लहान मुले व पाळीव प्राण्यांपासून औषध दूर ठेवावे.

Delhi Pharmaceutical Trust

Issued in public interest by Prin.K.M.Kundnani Pharmacy Polytechnic, Ulhasnagar & Delhi Pharmaceutical Trust,NewDelhi
Website: www.delhipharmtrust.org

वरील माहिती ही केवळ शैक्षणिक हेतूने रुग्णांना वेदनाशामक औषधांची माहिती करुन देण्यासाठी बनविण्यात आली आहे. याचा उपयोग स्वत:च्या मनाने उपाययोजना करण्यासाठी करु नये. डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध घेणे, इतरांना औषध घ्यायला सुचविणे हे चुकीचे आहे (लक्षणे सारखी अथवा वेगळी असल्यास देखील) कुठलेही औषध घेण्यापूर्वी तुमच्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. ही माहिती केवळ डायक्लोफेनॅक घेत असलेल्या रुग्णांसाठीच आहे.

प्रि.के.एम. कुंदनानी फार्मसी पॉलिटेक्निक, उल्हासनगर आणि दिल्ली फार्मास्युटिकल ट्रस्ट, (www.delhipharmtrust.org) नवी दिल्ली यांनी ही माहिती लोकशिक्षणार्थ बनविली आहे.