মেথট্রেক্স্যাট

এই প্রচারপত্রের উদ্দেশ্য কি?

মেথট্রেক্স্যাট সম্পর্কে আপনার আরও অবগতির জন্য এই প্রচারপত্রটি লিখিত। এর থেকে আপনি জানতে পারবেন, কিভাবে এটি কাজ করে, ত্বকের সমস্যায় কিভাবে একে ব্যবহার করা হয়, এবং এটির সম্পর্কে আপনি আরও জানতে পারবেন কোথা থেকে।

মেথট্রেক্স্যাট কি এবং এটি কিভাবে কাজ করে?

মেথট্রেক্স্যাট এমন একটি ওষুধ যা দেহের রোগপ্রতিরোধ ব্যবস্থায় নতুন কোষগুলির উৎপাদনের গতি কমিয়ে দিয়ে কাজ করে। আগে, ক্যানসারের চিকিৎসায় এটি উচ্চ মাত্রায় ব্যবহৃত হত, কিন্তু ত্বক ও সন্ধিস্থলের অসুখের ক্ষেত্রে ক্যানসার চিকিৎসার তুলনায় অনেক কম মাত্রায় ব্যবহারে কার্যকরী চিকিৎসা হিসাবে দেখা গেছে। মেথট্রেক্স্যাট প্রদাহ কমাতে পারে এবং এইভাবে দীর্ঘস্থায়ী রোগের চিকিৎসায় সাহায্য করে। এর অন্যান্য প্রতিক্রিয়াগুলির মধ্যে একটি হল রোগপ্রতিরোধ ব্যবস্থার (দেহের নিজস্ব প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা) সক্রিয়তা কমিয়ে দেওয়া, তাই এটি সবসময় সতর্কতার সঙ্গে ব্যবহার করতে হবে।

ত্বকের কোন পরিস্থিতি মেথট্রেক্স্যাট দ্বারা চিকিৎসা করা হয়?

সোরিয়াসিস, সোরিয়াটিক আর্থ্রাইটিস, এবং ত্বকের আরও কয়েক ধরনের সমস্যার চিকিৎসায় মেথট্রেক্স্যাট ব্যবহার করা হয়, যার অন্তর্ভুক্ত: পেম্ফিগয়েড, পেম্ফিগাস, সারকোইডোসিস, স্ক্লেরোডার্মা, ডার্মাটোমায়োসাইটিস এবং একজিমা।

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266 Fax: 020 7388 5263 e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

মেথট্রেক্স্যাট কাজ করার আগে আমাকে কতদিন এটি নিতে হবে?

মেথট্রেক্স্যাট সঙ্গে সঙ্গে কাজ করে না। আপনি কোনও উপকার লক্ষ্য করার আগে 3–12 সপ্তাহ সময় লাগতে পারে।

আমার কখন মেথট্রেক্স্যাট নেওয়া উচিৎ?

মেথট্রেক্স্যাট সাধারণত ট্যাবলেট আকারে, **সপ্তাহে একবার**, প্রতি সপ্তাহে একই দিনে নেওয়া হয়ে থাকে। **এটি কখনোই প্রতিদিন নেওয়া উচিৎ নয়।** ট্যাবলেটগুলি খাবারের সঙ্গে খেতে হয় এবং সম্পূর্ণ গিলে খেতে হয়, ভেঙে বা চিবিয়ে খেতে নেই। সপ্তাহে একবার ইঞ্জেকশনের মাধ্যমেও মেথট্রেক্স্যাট দেওয়া হতে পারে – তা হয় ত্বকনিম্নস্থ (ডায়াবেটিসের জন্য প্রদত্ত ইনসুলিনের মত, ত্বকের নিচে দেওয়া ইঞ্জেকশন), অথবা পেশীর মধ্যেও (পাছাতে বা উরুতে) হতে পারে।

2.5 মিগ্রা ট্যাবলেটগুলি ব্যবহারের পরামর্শই বেশিরভাগ ক্ষেত্রে দেওয়া হয়, যেহেতু এর ফলে মাত্রার নমনীয়তা বজায় রাখা সহজ হয়। 10 মিগ্রা ট্যাবলেটগুলিও দেখতে একইরকম হতে পারে তাদের মধ্যে গুলিয়ে ফেলা উচিৎ নয়। সঠিক ক্ষমতার ওষুধের পরামর্শ দেওয়া হয়েছে এবং তা প্রদান করা হয়েছে কিনা নিশ্চিত করার জন্য সতর্কতা গ্রহণ করতে হবে। **মেথট্রেক্স্যাট নেওয়ার আগে** আপনাকে সবসময় মাত্রা ও ক্ষমতা দেখে নিতে হবে।

আপনি স্বাভাবিক দিনে মেথট্রেক্স্যাট নিতে ভুলে গেলে, আপনি পরের দিন বা দুই দিন পরে তা নিতে পারেন; যদিও, আপনার তিন দিনের বেশি দেরি হয়ে গেলে, সেই সপ্তাহের জন্য এটি পরিহার করুন। উভয় ক্ষেত্রেই, পরের সপ্তাহে স্বাভাবিক দিনে আপনার ওষুধের মাত্রা গ্রহণ করুন।

আমি কি মাত্রা গ্রহণ করব?

আপনার চিকিৎসক মাত্রার বিষয়ে আপনাকে পরামর্শ দেবেন, এবং নিয়মিত চিকিৎসা চালানোর শুরু করার 1 সপ্তাহ আগে তাঁর আপনাকে একটি পরীক্ষামূলক মাত্রা দেওয়া উচিৎ (সাধারণত 2.5 থেকে 5 মিগ্রা)। তীব্র সোরিয়াসিসের জন্য সাধারণত মাত্রাটি হবে সপ্তাহে একবার 10–25 মিগ্রা (কখনো কখনো 30 মিগ্রা পর্যন্ত) খাওয়ার ওষুধ। চিকিৎসায় আপনার সাড়া এবং পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া অনুসারে এর নিয়ন্ত্রণ করা উচিৎ। কিছু রোগীকে ইঞ্জেকশনের দ্বারা মেথট্রেক্স্যাট দেওয়া হয়।

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266 Fax: 020 7388 5263 e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

মেথট্রেক্সাটের সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি কি?

কিছু রোগীদের ক্ষেত্রে মেথট্রেক্স্যাট ব্যবহারের ফলে, বমিভাব, ডায়রিয়া অথবা মুখের আলসার হতে পারে। সোরিয়াসিসের চিকিৎসায় অল্প মাত্রার মেথট্রেক্স্যাটের ব্যবহারের ফলে চুল ওঠা বা ফুসকুড়ি হওয়া দুর্লভ ব্যাপার। মেথট্রেক্স্যাট রক্তের গণনাকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে (প্রভাবগুলির মধ্যে একটি হল রক্ত কণিকা তৈরি কমে যাওয়া) এবং তার ফলে আপনার সংক্রমণ হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়।

আপনার চিকিৎসককে দেখানো উচিৎ যদি:

- আপনার গলা যন্ত্রণা অথবা অন্য কোনও সংক্রমণ হয়
- আপনার জ্বর হয়
- আপনার ব্যাখ্যাতিরিক্ত কালশিরা বা রক্তপাত ঘটে
- মেথট্রেক্স্যাট শুরু করার পরে আপনার নতুন কোনো উপসর্গ দেখা দেয়

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার ঘটনা কমাতে ভিটামিন সাপ্লিমেন্ট হিসাবে প্রায়শই ফলিক অ্যাসিড ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া হয়। অনুশীলনের ভিন্নতা থাকে, এবং আপনার চিকিৎসকের পরামর্শ অনুসরণ করা গুরুত্বপূর্ণ।

আপনার চিকেন-পক্স বা শিঙ্গলস্ না হয়ে থাকলে, কিন্তু যার চিকেন-পক্স বা শিঙ্গলস্ হয়েছে এমন কারও সংস্পর্শে এসে থাকলে, অথবা মেথট্রেক্স্যাট নেওয়া অবস্থায় চিকেন-পক্স বা শিঙ্গলস্ হলে, **তৎক্ষণাৎ** আপনার চিকিৎসককে দেখানো উচিৎ, কারণ আপনার বিশেষ চিকিৎসার প্রয়োজন হতে পারে।

মেথট্রেক্স্যাট দীর্ঘদিন ধরে নেওয়া হলে তার কি আর কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে?

মেথট্রেক্স্যাট-এর ফলে খুব স্বল্প ক্ষেত্রে শ্বাসকষ্ট সহ ফুসফুসের প্রদাহ সৃষ্টি হয়। আপনার শ্বাসকষ্ট হলে, **তৎক্ষণাৎ** আপনার চিকিৎসককে দেখানো উচিৎ।

মেথট্রেক্স্যাটের দীর্ঘকালীন ব্যবহার লিভার সিরোসিস হওয়ার সম্ভাবনা বাড়িয়ে তোলে, বিশেষত যদি অ্যালকোহল পান করার মত অন্য বিষয় যুক্ত থাকে।

মেথট্রেক্স্যাট চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার জন্য কিভাবে আমার দেখাশোনা করা হবে?

মেথট্রেক্স্যাট রক্তের গণনাকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে, এবং কখনো কখনো যকৃতের সমস্যা সৃষ্টি করে বলে, আপনি এটি নেওয়ার সময় আপনার চিকিৎসক নিয়মিত রক্ত পরীক্ষার

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266 Fax: 020 7388 5263 e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

ব্যবস্থা করতে পারেন। নিয়মিত এই রক্ত পরীক্ষাগুলি ছাড়া আপনি **অবশ্যই** মেথট্রেক্স্যাট নেবেন না। মাত্রা পরিবর্তন করার সময় পরীক্ষাগুলি সাপ্তাহিক করা হয়, এবং মাত্রা স্থিতিশীল অবস্থায় 2-3 মাসের কমে করা হয় না।

গলা ব্যথা, মুখের আলসার, ডায়রিয়ার মত সংক্রমণের লক্ষণ এবং সূর্যালোকে সংবেদনশীলতা অতিরিক্ত মেথট্রেক্স্যাট ব্যবহারের চিহ্ন হতে পারে। এই লক্ষণগুলি তৎক্ষণাৎ জানানো ও অনুসন্ধান করা উচিৎ।

এই রক্ত পরীক্ষাগুলিতে যকৃতে মেথট্রেক্স্যাট-এর প্রভাব পরীক্ষা করা হয়, এবং কখনো কখনো (বিরল ক্ষেত্রে) এই প্রভাবগুলি বুঝতে যকৃতের বায়োপ্সি করারও প্রয়োজন হয়।

বি.এ.ডি. বায়োলজিক ইন্টারভিনশনস্ রেজিস্টার (বি.এ.ডি.বি.আই.আর.)

আপনার সোরিয়াসিসের চিকিৎসার জন্য আপনাকে মেথট্রেক্স্যাট ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া হলে, আপনাকে ন্যাশনাল বায়োলজিক্স রেজিস্টার-এ অংশগ্রহণ করার জন্য বলা হতে পারে। সোরিয়াসিসের বিভিন্ন চিকিৎসার নিরাপত্তা তুলনা করতে এবং সেগুলি কতটা ভাল কাজ করে দেখতে এই রেজিস্টার ব্যবহার করা হয়। বায়োলজিক্যাল চিকিৎসা নামে সোরিয়াসিসের জন্য কিছু নতুন চিকিৎসার নজরদারি করতে এটি প্রতিষ্ঠা করা হয়েছিল। মাঝারি থেকে তীব্র সোরিয়াসিসের জন্য উপলব্ধ চিকিৎসার সর্বাপেক্ষা ভালভাবে ব্যবহার কিভাবে করতে হয় সে সম্পর্কে এই রেজিস্টার চিকিৎসকদের তথ্য প্রদান করবে। আপনার জ্ঞাত অনুমতি ছাড়া রেজিস্টারে কোনো তথ্য দেওয়া হবে না।

মেথট্রেক্স্যাট চলাকালীন আমি কি টীকা নিতে পারি?

আপনাকে প্রতিষেধক রূপে কোনও 'জীবন্ত' টীকা যেমন পোলিও, রুবেলা (জার্মান মিজলস্) এবং পীত জ্বরের টীকা, ব্যবহার না করার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে। 'জীবন্ত' টীকার বদলে 'নিষ্ক্রিয়' পোলিও টীকা দেওয়া যেতে পারে এবং আপনার পরিবারের সদস্যদের মত ঘনিষ্ঠ সংযোগের অধীন ব্যক্তিদেরও 'নিষ্ক্রিয়' সংস্করণের টীকা দেওয়া উচিৎ।

যদি আপনার মেথট্রেক্স্যাট চালু থাকে, যাদের 'জীবন্ত' পোলিও টীকা দেওয়া হয়েছে, টীকা দেওয়ার 4-6 সপ্তাহ পর পর্যন্ত, সেই সমস্ত শিশুদের সঙ্গ আপনার পরিহার করা উচিৎ। বার্ষিক ফ্লু টীকা এবং নিউমোভ্যাক্স নিরাপদ এবং পরামর্শযোগ্য (টিকাকরণ-এর উপর পি.আই.এল. দেখুন।)

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266 Fax: 020 7388 5263 e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

মেথট্রেক্স্যাট কি উর্বরতা বা গর্ভাবস্থাকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে?

মেথট্রেক্স্যাট উর্বরতা কমিয়ে দিতে পারে এবং এটি না-জন্মানো শিশুর ক্ষতি করতে পারে, তাই গর্ভধারণকালে এটি নেওয়া **একেবারেই উচিৎ নয়**। মেথট্রেক্স্যাট চলাকালীন, অন্তত 3 মাসের জন্য, এবং মেথট্রেক্স্যাট বন্ধ করার 6 মাস পরে, মহিলা এবং পুরুষ উভয়েরই গর্ভনিরোধক সাবধানতা গ্রহণ করা উচিৎ।

আপনি পরিবার পরিকল্পনা করলে, অথবা মেথট্রেক্স্যাট চলাকালীন গর্ভধারণ করলে, যত দ্রুত সম্ভব এ বিষয়ে আপনার চিকিৎসকের সঙ্গে আলোচনা করতে হবে। আপনি মেথট্রেক্স্যাট নিলে অবশ্যই স্তন্যপান করাবেন না।

মেথট্রেক্স্যাট চলাকালীন আমি কি অ্যালকোহল পান করতে পারি?

অ্যালকোহল মেথট্রেক্স্যাটের সঙ্গে প্রতিক্রিয়া করে। অ্যালকোহল ও মেথট্রেক্স্যাট উভয়ই যকৃতের ক্ষতি করতে পারে, তাই অ্যালকোহল পানের পরিমাণ একদম কম রাখা উচিৎ।

আমি কি মেথট্রেক্স্যাট-এর সঙ্গে একই সময়ে অন্যান্য ওষুধ ব্যবহার করতে পারি?

কিছু ওষুধ মেথট্রেক্স্যাটের সঙ্গে বিক্রিয়া করে, তাই আপনার চিকিৎসারত যেকোনো চিকিৎসককে আপনার জানানো উচিৎ যে আপনি মেথট্রেক্স্যাট নিচ্ছেন। অ্যাসপিরিন এবং আইবুপ্রোফেন-এর মত স্টেরয়েড-বিহীন প্রদাহরোধী ওষুধগুলির ক্ষেত্রে বিশেষ সতর্কতা প্রয়োজন। একমাত্র আপনার চিকিৎসকের পরামর্শক্রমে আপনি প্রদাহরোধী ওষুধ নিতে পারেন। আপনার চিকিৎসক, নার্স বা ফার্মাসিস্টের সঙ্গে আলোচনা ছাড়া 'দোকান-থেকে-নেওয়া' ওষুধ ব্যবহার করবেন না। ট্রাইমেথোপ্রিম যুক্ত অ্যান্টিবায়োটিকের ব্যবহারও আপনার পরিহার করা উচিৎ।

আমি মেথট্রেক্স্যাট সম্পর্কে আরও জানতে পারব কোথা থেকে?

আপনি মেথট্রেক্স্যাট সম্পর্কে আরও জানতে চাইলে, অথবা আপনি আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে উদ্বিগ্ন থাকলে, আপনার চিকিৎসক অথবা ফার্মাসিস্টের সঙ্গে কথা বলা উচিৎ। এই তথ্যপত্রে মেথট্রেক্স্যাটের সকল পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া তালিকাভুক্ত নেই। সম্পূর্ণ বিস্তারিত তথ্যের জন্য, আপনার মেথট্রেক্স্যাটের ব্যবস্থাপত্রের সঙ্গে প্রাপ্ত অতিরিক্ত ঔষধ তথ্য পত্রটি দেখুন।

বিস্তারিত প্রচারপত্রের ওয়েব লিঙ্কগুলি:
www.dermnetnz.org/treatments/methotrexate.html

এই প্রচারপত্রের উদ্দেশ্য বিষয়টির যথাযথ তথ্য প্রদান করা এবং এটি ব্রিটিশ অ্যাসোশিয়েশন অব ডার্মাটোলজিস্টস্-এর প্রতিনিধিদের মতামতের মিলের ভিত্তিতে তৈরি: যদিও, এর বিষয়বস্তু কখনও কখনও আপনার চিকিৎসক প্রদত্ত পরামর্শ থেকে ভিন্ন হতে পারে।

ব্রিটিশ অ্যাসোশিয়েশন অব ডার্মাটোলজিস্টস্-এর পেশেন্ট ইনফরমেশন লে রিভিউ প্যানেল দ্বারা এই প্রচারপত্রের (**ইংরাজীতে**) *পাঠযোগ্যতা মূল্যায়িত*

ব্রিটিশ অ্যাসোশিয়েশন অব ডার্মাটোলজিস্টস্
রোগীদের জন্য তথ্যের প্রচারপত্র
আগস্ট 2004-এ তৈরি
এপ্রিল 2010-এ হালনাগাদকৃত

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266 Fax: 020 7388 5263 e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474