मैथोट्रेक्सेट

इस सूचना-पत्र के उद्देश्य क्या हैं?

यह सूचना-पत्र आपको मैथोट्रेक्सेट के बारे में और समझने में सहायता करने के लिए लिखा गया है। यह आपको बताएगा कि यह क्या है, इसके क्या कारण होते हैं, इसके लिए क्या किया जा सकता है, और आप इसके बारे में अधिक जानकारी कहाँ से प्राप्त कर सकते हैं।

मैथोट्रेक्सेट क्या है और यह कैसे काम करती है?

मैथोट्रेक्सेट एक दवा है, जो शरीर के प्रतिरक्षा तंत्र द्वारा नई कोशिकाओं के निर्माण को धीमा करके कार्य करती है। इसका पहले उच्च खुराकों में, कैंसर के उपचार के लिए उपयोग किया जाता था। परंतु इसे त्वचा और जोड़ों के रोगों में कैंसर के उपचार में उपयोग की जाने वाली खुराक से बहुत नीची खुराकों में असरदार पाया गया। मैथोट्रेक्सेट सूजन और जलन को कम करके चिरकालिक रोगों के इलाज में सहायता कर सकती है। इसके अन्य कार्यों में से एक प्रतिरक्षा तंत्र (शरीर की अपनी सुरक्षा प्रणाली) का काम कम करना है, इसलिए इसका बहुत जतन से उपयोग किया जाता है।

त्वचा के कौन से रोगों का उपचार मैथोट्रेक्सेट से किया जाता है?

मैथोट्रेक्सेट का उपयोग सोरायसिस, सराइटिक आर्थ्राइटिस और अन्य अनेक तरह की त्वचा संबंधी समस्याओं का उपचार करने में किया जाता है, जिसमें पेम्फीगोइड (पेम्फीगसाभ), पेम्फीगस, सार्काइडोसिस, स्कलेरोडर्मा (त्वचा-कठिनता), डर्मेटोमायोसाइटिस (त्वक्पेशी शोथ) शामिल हैं ।

असर होने से पहले मुझे कितने समय तक मैथोट्रेक्सेट लेनी पड़ेगी?

मैथोट्रेक्सेट फौरन काम नहीं करती। लाभ दिखाई देने आपको 3 से 12 सप्ताह लग सकते हैं।

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

मुझे मैथोट्रेक्सेट कब लेनी चाहिए?

सामान्यतः मैथोट्रेक्सेट **सप्ताह में एक बार**, हर सप्ताह एक ही दिन ली जाती है। **इसे कभी भी प्रतिदिन नहीं लिया जाना चाहिए।** गोलियाँ भोजन के साथ ली जाती हैं, और इन्हें पूरा निगला जाना चाहिए, पीसा या चबाया नहीं जाना चाहिए। मैथोट्रेक्सेट सप्ताह में एक बार इंजेक्शन से भी दी जा सकती है – यह या तो त्वचा के नीचे दी जाती है (डायबिटीज के लिए दिए जाने वाले इन्सुलिन इंजेक्शन की तरह) या स्नायुओं में (नितंबों पर या जाँघ पर) दी जाती है ।

2.5 मि.ग्रा. की गोलियों की सबसे ज्यादा अनुशंसा की जाती है, क्योंकि इनसे खुराक निर्धारित करने में सरलता होती है। इन्हें 10 मि.ग्रा. की गोलियाँ नहीं समझा जाना चाहिए जो इनके जैसी लग सकती हैं। इस बारे में सावधानी बरती जानी चाहिए कि सही शक्ति की गोली प्रिस्क्राइब की गई है और मरीज को दी गई है। आपको मैथोट्रेक्सेट लेने से **पहले हमेशा** यह देखना चाहिए कि क्या खुराक सही है।

यदि आप अपने सामान्य दिन पर मैथोट्रेक्सेट लेना चूक जाएं, तो आप उसे अगले या उसके बाद वाले दिन ले सकते हैं। तथापि, यदि आप अपनी दवा लेने में तीन दिन से अधिक से चूक जाते हैं, तो उसे उस सप्ताह में न लें। दोनों मामलों में, अगले सप्ताह में नियमानुसार अपनी अगली खुराक लें।

मुझे कितनी खुराक लेनी चाहिए?

आपका डॉक्टर आपको खुराक के संबंध में सलाह देगा, और उसे आपको नियमित उपचार शुरू करने से पहले एक टेस्ट खुराक देनी चाहिए (सामान्यतः 2.5 से 5 मि.ग्रा)। तीव्र सोरायसिस के लिए सामान्य खुराक सप्ताह में एक बार मुँह से ली जाने वाली 10 से 25 मि.ग्रा. (कभी-कभी 30 मि.ग्रा. तक) की गोली है। इसे उपचार को आपकी प्रतिक्रिया और दुष्प्रभावों के अनुसार अनुकूलित किया जाना चाहिए। कुछ रोगियों को मैथोट्रेक्सेट इंजेक्शन से दी जाती है।

मैथोट्रेक्सेट के संभावित दुष्प्रभाव क्या हैं?

कुछ रोगियों में मैथोट्रेक्सेट से मिचिलाई, दस्त और मुँह में छाले हो सकते हैं। सोरायसिस के उपचार के लिए उपयोग की जाने वाली मैथोट्रेक्सेट की कम खुराक के साथ बाल झड़ना और ददोरे विरल रूप में ही होते हैं। मैथोट्रेक्सेट से आपकी रक्त गणना पर प्रभाव पड़ सकता है (इसके प्रभावों में से एक रक्त कण कम बनना है) और इसलिए इसके कारण आपको संक्रमण होने की संभावना बढ़ सकती है।

आपको अपने डॉक्टर से मिलना चाहिए यदि:

- आपको गले में दर्द या कोई अन्य संक्रमण हो
- आपको बुखार हो
- आपको अचानक बेवजह नील पड़ जाएं या खून निकलने लगे

- मैथोट्रेक्सेट शुरू करने के बाद आपको कोई नए लक्षण हों

दुष्प्रभावों की घटनाएं कम करने वाले विटामिन पूरक के रूप में कई बार फॉलिक एसिड की अनुशंसा की जाती है। इसका उपयोग अलग-अलग तरीकों से किया जाता है, और यह महत्त्वपूर्ण है कि आप अपने डॉक्टर की अनुशंसा का अनुसरण करें।

यदि आपको छोटी माता नहीं निकली, लेकिन आप किसी ऐसे व्यक्ति से संसर्ग में आते हैं जिसे छोटी माता अथवा दाद हो, या यदि आप मैथोट्रेक्सेट ले रहे हों और उस दौरान आपको छोटी माता निकले या दाद हो, तो आपको **तुरंत** अपने डॉक्टर से मिलना चाहिए, क्योंकि आपको खास उपचार की आवश्यकता हो सकती है।

यदि मैथोट्रेक्सेट लंबे समय तक ली जाए, तो क्या कोई अन्य दुष्प्रभाव हैं?

विरले मैथोट्रेक्सेट के कारण फेफड़े का शोथ हो सकता है, और साँस फूल सकती है। यदि आपकी साँस फूल जाए, तो आपको **तुरंत** अपने डॉक्टर से मिलना चाहिए।

लंबे समय तक मैथोट्रेक्सेट लेने से लीवर के सिरोसिस का जोखिम बढ़ सकता है, खास कर यदि शराब पीने जैसे अन्य कारक मौजूद हों।

मैथोट्रेक्सेट से उपचार के दुष्प्रभावों के लिए मेरी देखरेख कैसे की जाएगी?

क्योंकि मैथोट्रेक्सेट रक्त गणना को प्रभावित कर सकती है, और कभी-कभी लीवर के सिरोसिस का कारण बनती है, इसलिए आपका डॉक्टर आपके लिए तब तक नियमित रक्त परीक्षण की व्यवस्था करेगा जब तक आप इन्हें लेते हैं। यदि आप ये नियमित रक्त परीक्षण नहीं करा रहे, तो आपको मैथोट्रेक्सेट **नहीं** लेनी चाहिए। जब खुराक बदली जानी हो, तो ये सप्ताह में एक बार किए जाते हैं, और जब खुराक तय हो जाए तो ये कम से कम हर 2 से 3 महीने में एक बार की किए जाते हैं।

गले में दर्द, मुँह में छाले, दस्त और सूर्य की रोशनी के प्रति संवेदनशीलता जैसे संक्रमण के लक्षण यह इंगित करते हैं, कि आप आवश्यकता से अधिक मैथोट्रेक्सेट ले रहे हैं। इन लक्षणों की फौरन जानकारी दी जानी चाहिए और इनकी छानबीन की जानी चाहिए।

मैथोट्रेक्सेट के लीवर पर प्रभाव की जाँच इन रक्त परीक्षणों से की जाती है, और कभी कभार इन प्रभावों के निरीक्षण के लिए लीवर की बायोप्सी की भी आवश्यकता होती है।

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

<u>द बैड बायोलॉजिक इन्टरवेन्शन्स रजिस्टर (BADBIR)</u>

यदि आपको आपके सोरायसिस के उपचार के लिए मैथोट्रेक्सेट लेने को कहा गया है, तो आपको नेशनल बायोलॉजिक्स रजिस्टर में हिस्सा लेने को कहा जा सकता है। यह रजिस्टर सोरायसिस के विविध उपचारों की सुरक्षा की तुलना करने और यह देखने के लिए है कि ये कितनी अच्छी तरह से काम करते हैं। इसे सोरायसिस के कुछ नये उपचारों का निरीक्षण करने के लिए बनाया गया था. जिन्हें जैविक उपचार (बायोलॉजिकल ट्रीटमेन्ट्स) कहा जाता है । यह रजिस्टर डॉक्टरों को इस बारे में जानकारी देगा कि किस तरह से मध्यम से तीव्र सोरायसिस के लिए उपलब्ध उपचारों का सबसे अच्छी तरह उपयोग किया जाए। आपकी सूचनापूर्ण सहमति के बिना कोई भी जानकारी रजिस्टर को नहीं दी जाएगी।

जब मेरा मैथोट्रेक्सेट से इलाज चल रहा हो, तो मैं क्या टीके लगवा सकता/सकती हूँ?

इस बात की अनुशंसा की जाती है कि आपका पोलियो, रूबेला (जर्मन खसरा), और यलो फीवर जैसे किन्हीं भी ‘जीवित’ टीकों से टीकाकरण नहीं किया जाना चाहिए। पोलियो के ‘सक्रिय’ टीके के स्थान पर टीके का ‘निष्क्रिय किया गया’ स्वरूप दिया जाना चाहिए, और यह ‘निष्क्रिय किया गया’ स्वरूप उन लोगों को भी दिया जाना चाहिए जिनसे आप नजदीकी संपर्क में हैं, उदाहरण के लिए, आपके परिवार के सदस्य।

यदि आप मैथोट्रेक्सेट ले रहे हैं, तो आपको जिन्हें पोलियो का ‘सक्रिय’ टीका दिया गया हो, ऐसे बच्चों से टीका लगाये जाने के 4 से 6 सप्ताहों तक संपर्क टालना चाहिए। वार्षिक फ्लू के टीके और न्युमोवैक्स सुरक्षित हैं, और अनुशंसित भी (टीकाकरण से संबंधित रोगी जानकारी सूचना-पत्र देखें)।

क्या मैथोट्रेक्सेट से फर्टिलिटि (जनन-क्षमता) या गर्भावस्था पर असर होता है?

मैथोट्रेक्सेट से फर्टिलिटि कम हो सकती है और इससे अजन्मे बच्चे को नुकसान होने की संभावना है, इसलिए इसे गर्भावस्था के दौरान **बिल्कुल <u>नहीं</u>** लिया जाना चाहिए। महिलाओं और पुरुषों को मैथोट्रेक्सेट लेते समय और मैथोट्रेक्सेट बंद करने के कम से कम 3 महीनों बाद, और अच्छा हो कि 6 महीनों तक गर्भ-निरोधक एहतियात बरतने चाहिए ।

यदि आप परिवार बढ़ाने की योजना बना रहे हैं, या यदि मैथोट्रेक्सेट लेते समय आप गर्भवती हो जाती हैं, तो आपको यथाशीघ्र अपने डॉक्टर से इसकी चर्चा करनी चाहिए। यदि आप मैथोट्रेक्सेट ले रही हैं, तो स्तनपान न कराएं।

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

क्या मैथोट्रेक्सेट लेते समय मैं मदिरापान कर सकता /सकती हूँ?

शराब मैथोट्रेक्सेट के साथ अंतः क्रिया नहीं करती। शराब और मैथोट्रेक्सेट दोनों ही लीवर को नुकसान पहुँचा सकते हैं, इसलिए शराब का सेवन यथासंभव कम ही करना चाहिए।

क्या मैं मैथोट्रेक्सेट लेते समय अन्य दवाएं ले कर सकता /सकती हूँ?

कुछ औषधियाँ मैथोट्रेक्सेट के साथ अंतः क्रिया करती हैं, इसलिए आपको हमेशा अपना इलाज करने वाले डॉक्टर को बताना चाहिए कि आप मैथोट्रेक्सेट ले रहे हैं। एस्पिरिन और इब्युप्रोफेन जैसी स्टिरॉइड के अलावा शोथ-विरोधी औषधियों के साथ खास देखभाल आवश्यक है। आपको शोथ-विरोधी दवाएं तभी लेनी चाहिए, यदि आपका डॉक्टर आपके लिए उन्हें प्रिस्क्राइब करता है। अपने डॉक्टर, नर्स या फार्मेसिस्ट से इस बारे में पहले विचार-विमर्श किए बिना 'ऑवर द काउन्टर' (बिना नुस्खे के मिलने वाली दवाएँ) न लें। आपको ट्रिमेथोप्रिम वाले एंटिबायॉटिक्स से भी दूर रहना चाहिए।

मुझे मैथोट्रेक्सेट के बारे में अधिक जानकारी कहाँ पर मिल सकती है?

यदि आप मैथोट्रेक्सेट के बारे में और जानना चाहते हैं, या यदि आप अपने उपचार के बारे में चिंतित हैं, तो आपको अपने डॉक्टर या फार्मेसिस्ट से बात करनी चाहिए। इस जानकारी पत्रक में मैथोट्रेक्सेट के सारे दुष्प्रभाव नहीं बताए गए। विस्तृत जानकारी के लिए अपने मैथोट्रेक्सेट प्रिस्क्रिप्शन के साथ आने वाली औषध जानकारी पत्रक देखें।

विस्तृत सूचना-पत्रों के वेबलिंक:

www.dermnetnz.org/treatments/methotrexate.html

इस सूचना-पत्र का उद्देश्य इस विषय में सटीक जानकारी प्रदान करना है और यह ब्रिटिश असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स के प्रतिनिधियों की राय का सांमजस्य है: हालाँकि, इसकी सामग्री, कभी-कभी, आपके डॉक्टर द्वारा दी गई सलाह से भिन्न हो सकती है।

इस सूचना-पत्र का **(अंग्रेजी में)** ब्रिटिश असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स के पेशन्ट इन्फर्मेशन ले रिव्यु पेनल (रोगी जानकारी ले समीक्षा पैनल) द्वारा पठन-क्षमता के लिए आकलन किया गया है।

ब्रिटिश असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स
रोगी जानकारी सूचना-पत्र
निर्माण अगस्त 2004
सुधार अप्रैल 2010

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