# میتھاٹریکسیٹ

## اس کتابچہ کے مقاصد کیا ہیں؟

یہ کتابچہ میتھاٹریکسیٹ کے بارے میں سمجھنے میں آپ کی مدد کے لئے تحریر کیا گیا ہے۔ یہ آپ کو بتاتا ہے کہ یہ کیا ہے، یہ کس طرح کام کرتا ہے، جلد کی کیفیات کے علاج کے لیے اسے کیسے استعمال کیا جاتا ہے اور اس بارے میں مزید معلومات آپ کو کہاں سے حاصل ہوسکتی ہے۔

## میتھاٹریکسیٹ کیا ہے اور یہ کس طرح کام کرتا ہے؟

میتھاٹریکسیٹ ایک دوا ہے جو اس طرح کام کرتا ہے کہ جسم کے نظام مامونیت کے لحاظ سے نئے خلیوں کی افزائش کو سست کردیتا ہے۔ یہ پہلی بار، اعلیٰ خوراک میں، کینسر کا علاج کرنے کے لئے استعمال ہوا تھا، لیکن کینسر کا علاج کرنے کے لئے استعمال کردہ خوراک کے لحاظ سے قدرے کم خوراک پر جلد اور جوڑوں کے امراض کے لئے ایک مؤثر علاج ثابت ہوا تھا۔ میتھاٹریکسیٹ سوزش کو کم کرسکتا اور اس طریقے سے مزمن امراض کا علاج کرنے میں معاون ہوسکتا ہے۔ اس کا ایک دوسرا کام نظام مامونیت (جسم کا خود اپنا دفاعی نظام) کی سرگرمی کو کم کرنا ہے، لہٰذا اسے ہمیشہ احتیاط سے استعمال کیا جاتا ہے۔

## جلد کی کن کیفیات کا علاج میتھاٹریکسیٹ سے کیا جاتا ہے؟

میتھاٹریکسٹ کا استعمال چنبل، چنبل نما وجع المفاصل، اور جلد کی دشواریوں کی دیگر بہت ساری اقسام بشمول چھالہ، پھپھولا، لحمی سوزش، تصلب جلد، جلد اور پٹھوں کی سوزش اور ایگزیما کے علاج کے لئے ہوتا ہے۔

## مجھے کتنے لمبے عرصے تک میتھاٹریکسیٹ لینے کے بعد اس کا اثر ظاہر ہوگا؟

میتھاٹریکسیٹ فوری طور پر کام نہیں کرتا ہے۔ آپ کو کوئی فائدہ نظر آنے سے پہلے اس میں 12-3 ہفتے لگ سکتے ہیں۔

## مجھے میتھاٹریکسٹ کب لینا چاہیے؟

میتھاٹریکسیٹ بالعموم ٹیبلیٹ کی شکل میں **ہفتہ میں ایک بار**، ہر ہفتے اسی دن لیا جاتا ہے۔ **اسے ہرگز بھی روزانہ نہیں لینا چاہیے۔** ٹیبلیٹس کو غذا کے ساتھ لیا جاتا ہے اور انہیں سالم نگلنا چاہیے اور توڑنا یا چبانا نہیں چاہیے۔ میتھاٹریکسیٹ ہفتے میں ایک بار بذریعہ انجکشن - یا تو زیر جلد (جلد کے نیچے ایک

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

انجکشن، ذیابیطس کے لئے انسولین کے انجکشنوں کی طرح) یا درون عضلہ (چوتڑ یا جانگھ میں) دیا جاسکتا ہے۔

2.5 ملی گرام ٹیبلیٹس استعمال کے لئے سب سے زیادہ تجویز کیے جاتے ہیں، کیونکہ اس سے خوراک میں لچک پذیری ملتی ہے۔ انہیں 10 ملی گرام کے ٹیبلیٹس کے ساتھ خلط نہیں کرنا چاہیے، جو اس کے مشابہ نظر آتا ہے۔ درست مقدار تجویز کیے جانے اور دیئے جانے کو یقینی بنانے کے لئے احتیاط برتنا چاہیے۔ آپ کو میتھاٹریکسیٹ لینے سے قبل **ہمیشہ** خوراک اور مقدار کی جانچ کرلینی چاہیے۔

اگر آپ اپنے معمول کے دن میتھاٹریکسیٹ لینا بھول جاتے ہیں تو، آپ اسے اگلے دن یا دوسرے دن لے سکتے ہیں: تاہم، اگر آپ کو تین دن سے زیادہ تاخیر ہوگئی ہے تو، اس ہفتے اس سے پرہیز کریں۔ دونوں صورتوں میں،اپنی اگلی خوراک اگلے ہفتے معمول کے دن لیں۔

**مجھے کون سی خوراک لینی چاہیے؟**

آپ کا ڈاکٹر خوراک کے سلسلے میں آپ کو مشورہ دے گا، اور آپ کو ایک آزمائشی خوراک (بالعموم 2.5 تا 5 ملی گرام) آپ کا مستقل معالجہ شروع ہونے سے 1 ہفتہ پہلے دیا جانا چاہیے۔ شدید قسم کے چنبل کے لئے، معمول کی خوراک 10-25 ملی گرام (کبھی کبھی 30 ملی گرام تک) کھانے کے لحاظ سے، ہفتے میں ایک بار ہے۔ معالجہ کے تئیں آپ کے ردعمل اور ضمنی اثرات کے لحاظ سے اس کو موافق بنانا چاہیے۔ کچھ مریضوں کو میتھاٹریکسیٹ بذریعہ انجکشن دیا جاتا ہے۔

**میتھاٹریکسیٹ کے ممکنہ ضمنی اثرات کیا ہیں؟**

کچھ مریضوں میں میتھاٹریکسیٹ متلی، اسہال یا منہ کے السر کا باعث ہوسکتا ہے۔ چنبل کے علاج کے لئے مستعمل میتھاٹریکسیٹ کی ادنیٰ خوارک کے ساتھ بالوں کا گرنا اور سرخ باد ہونا شاذ و نادر ہیں۔ میتھاٹریکسیٹ لینے کا اثر شمار الدم پر پڑسکتا ہے (ایک اثر یہ ہے کہ دموی خلیے قدرے کم بنتے ہیں) اوراس طرح آپ میں انفیکشن پیدا ہونے کا امکان زیادہ ہوسکتا ہے۔

آپ کو اپنے ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے اگر:

- آپ کو گلے کی خراش یا کوئی اور انفیکشن ہوتا ہے
- آپ کو تپ کاہی ہے
- آپ کو بلا وجہ خراش یا جریان خون ہوتا ہے
- میتھاٹریکسیٹ شروع کرنے کے بعد آپ میں کوئی نئی علامات فروغ پاتی ہیں

فولک ایسڈ بیشتر اوقات وٹامن کے تکملہ کے بطور تجویز کیا جاتا ہے جو ضمنی اثرات کے وقوعہ کو کم کرسکتا ہے۔ طرز عمل مختلف ہوتا ہے، اور اپنے ڈاکٹر کی تجویز پر عمل کرنا ضروری ہے۔

اگر آپ کو چھوٹی چیچک نہیں ہوئی ہے، لیکن ایسے فرد کے رابطے میں آئے ہیں جس کو چھوٹی چیچک یا نملۂ منطقی ہے، یا جس وقت آپ میتھاٹریکسیٹ لے رہے ہیں اس دوران اگر آپ کو چھوٹی چیچک یا نملۂ منطقی ہوجاتا ہے تو، آپ کو **فوراً** اپنے ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے کیونکہ آپ کو خصوصی معالجہ درکار ہوسکتا ہے۔

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

**اگر میتھاٹریکسیٹ لمبے عرصہ تک لیا جائے تو کیا اس کے کوئی اور ضمنی اثرات ہیں؟**

شاذ و نادر طور پر میتھاٹریکسیٹ پھیپھڑے کی سوزش نیز سانس کی تنگی کا باعث ہوتا ہے۔ اگر آپ بے دم ہوجاتے ہیں تو، آپ کو **فوراً** اپنے ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے۔

طویل مدتی میتھاٹریکسٹ صلابت جگر کے خطرے کو بڑھا سکتا ہے، خاص طور پر اگر دیگر عوامل پائے جاتے ہوں جیسے الکحل نوشی۔

**میتھاٹریکسیٹ معالجہ کے ضمنی اثرات کے پیش نظر مجھ پر کس طرح نگاہ رکھی جائے گی؟**

چونکہ میتھاٹریکسیٹ کا اثر شمار الدم پر پڑسکتا ہے، اور کبھی بھی یہ جگر کی دشواریوں کا باعث ہوتا ہے، لہٰذا آپ کا ڈاکٹر آپ کے اسے لیتے رہنے کے دوران آپ کے لئے خون کی مستقل جانچیں کروانے کا انتظام کرے گا۔ آپ کو میتھاٹریکسیٹ **برگز نہیں** لینا چاہیے سوائے اس صورت کے جب آپ خون کی یہ مستقل جانچیں نہ کروا لیں۔ خوراکیں تبدیل کیے جانے پر یہ ہفتہ وار کی جاتی ہیں اور خوراک جوں کی توں رہنے پر کم از کم ہر 3-2 مہینے پر کی جاتی ہیں۔

انفیکشن کی نشانیاں جیسے گلے کی خراش، منہ میں السر ہونا، اسہال اور دھوپ کے تئیں حساسیت بہت زیادہ میتھاٹریکسیٹ کی نشانی ہوسکتی ہیں۔ ان علامات کی فوراً اطلاع دینی چاہیے اور ان کی جانچ پڑتال ہونی چاہیے۔

خون کی ان جانچوں میں جگر پر میتھاٹریکسیٹ کے اثرات کی جانچ کی جاتی ہے، اور کبھی کبھی (کم کثرت سے) ان اثرات پر نگاہ رکھنے کے لئے جگر کی بایوپسیز (حیوی تشخیصات) درکار ہوتی ہیں۔

**BAD بایولوجیکل انٹروینشن رجسٹر [BAD حیاتیاتی مداخلتی رجسٹر (BADBIR)]**

اگر آپ کے چنبل کے علاج کے لئے آپ کو میتھاٹریکسیٹ کی تجویز کی گئی ہے تو، آپ سے ایک نیشنل بایولوجکس رجسٹر (حیاتیات سے متعلق قومی رجسٹر) میں حصہ لینے کو کہا جاسکتا ہے۔ یہ رجسٹر چنبل کے مختلف معالجوں کے تحفظ کا موازنہ کرنے اور یہ دیکھنے کے لئے ہے کہ وہ کتنی اچھی طرح کام کرتے ہیں۔ اس کی تشکیل حیاتیاتی معالجوں کے نام سے موسوم چنبل کے کچھ نئے معالجوں پر نگاہ رکھنے کے لئے ہوئی تھی۔ رجسٹر سے ڈاکٹروں کو اس بابت معلومات حاصل ہوگی کہ معتدل سے لے کر شدید نوعیت کے چنبل کے لئے دستیاب معالجوں کا بہترین استعمال کیسے کیا جائے۔ آپ کی باخبر منظوری کے بغیر رجسٹر میں درج کوئی بھی معلومات نہیں دی جائے گی۔

**کیا میں میتھاٹریکسیٹ جاری رکھتے ہوئے ٹیکے لگوا سکتا ہوں؟**

یہ تجویز کی جاتی ہے کہ آپ کو 'فعال' ٹیکے جیسے پولیو، خسرہ (جرمن خسرہ) اور زرد بخار کا استعمال کرکے ٹیکہ نہیں لگوانا چاہیے۔ 'غیر فعال' پولیو ویکیسن 'فعال' ویکسین کے بدلے دیا جاسکتا ہے اور 'غیر فعال' ورژن ان لوگوں کو جن سے آپ کا قریبی رابطہ رہتا ہے، جیسے آپ کے گھرانے کے افراد کو دیا جانا چاہیے۔

اگر آپ میتھاٹریکسیٹ لے رہے ہیں تو جن بچوں کو 'فعال' پولیو ویکسین دیا گیا ہے انہیں ٹیکہ لگائے جانے کے بعد 6-4 ہفتے تک آپ کو ان کے رابطے میں آنے سے احتراز کرنا چاہیے۔ سالانہ 'فلو' کے

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

ٹیکے اور نیوموویکس محفوظ ہیں اور ان کی سفارش کی جاتی ہے۔ (Immunisations پر PIL دیکھیں)۔

**کیا میتھاٹریکسیٹ کا اثر باروری یا حمل پر پڑتا ہے؟**

میتھاٹریکسیٹ سے باروری کم ہوسکتی ہے اور اس سے نامولود بچے کو نقصان پہنچنے کا امکان ہے، لہٰذا حمل کے دوران اس کا استعمال **ہرگز نہیں** ہونا چاہیے۔ میتھاٹریکسیٹ لیتے رہنے کے دوران اور میتھاٹریکسیٹ بند کردینے کے بعد کم از 3 ماہ تک، اور ترجیحی طور پر 6 ماہ تک، خواتین اور مرد دونوں کو امتناع حمل کی احتیاطی تدابیر اپنانی چاہئیں۔

اگر آپ خاندان کا منصوبہ بنا رہی ہیں، یا اگر آپ میتھاٹریکسیٹ لیتے رہنے کے دوران حاملہ ہوجاتی ہیں تو، آپ کو جتنی جلدی ہوسکے اپنے ڈاکٹر سے اس پر گفتگو کرلینی چاہیے۔ اگر آپ میتھاٹریکسیٹ لے رہی ہیں تو آپ کو دودھ نہیں پلانا چاہیے۔

**کیا میں میتھاٹریکسیٹ لینے کے دوران الکحل نوشی کرسکتا ہوں؟**

الکحل کا تعامل میتھاٹریکسیٹ کے ساتھ ضرور ہوتا ہے۔ میتھاٹریکسیٹ اور الکحل دونوں جگر کو نقصان پہنچا سکتے ہیں، لہٰذا دانشمندی یہ ہے کہ الکحل کا استعمال بالکل کم رکھا جائے۔

**کیا میں میتھاٹریکسیٹ کے ساتھ دوسری دوائیں لے سکتا ہوں؟**

کچھ ادویات میتھاٹریکسیٹ کے ساتھ متعامل ہوتی ہیں، لہٰذا آپ کو ہمیشہ اپنا علاج کرنے والے ڈاکٹر کو بتا دینا چاہیے کہ آپ میتھاٹریکسیٹ لے رہیں۔ غیر صفراوی ترشہ والی دافع سوزش ادویات جیسے اسپرین یا آئبوپروفین کے ساتھ خصوصی نگہداشت درکار ہوسکتی ہے۔ آپ کو دافع سوزش ادویات صرف اسی صورت میں لینی چاہئیں جب آپ کا ڈاکٹر آپ کے لئے ان کی تجویز کرے۔ اپنے ڈاکٹر، نرس یا فارماسسٹ سے گفتگو کیے بغیر 'بغیر نسخہ کے ملنے والی' دوائیں نہ لیں۔ آپ کو ٹرائمیتھوپرم پر مشتمل انٹی بایوٹک دواؤں سے بھی احتراز کرنا چاہیے۔

**میں میتھاٹریکسیٹ کے بارے میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کرسکتا ہوں؟**

اگر آپ میتھاٹریکسیٹ کے بارے میں مزید جاننا چاہتے ہیں، یا اگر آپ اپنے معالجہ کے بارے میں فکر مند ہیں تو، آپ کو اپنے ڈاکٹر یا فارماسسٹ سے بات کرنی چاہیے۔ یہ معلوماتی پرچہ میتھاٹریکسیٹ کے سبھی ضمنی اثرات پر مشتمل نہیں ہے۔ پوری تفصیل کے لئے میتھاٹریکسیٹ کے اپنے نسخے کے ساتھ لازمہ کے طور پر آنے والے ادویاتی معلوماتی پرچے پر نگاہ ڈالیں۔

*تفصیلی کتابچوں کے ویب لنکس:*

www.dermnetnz.org/treatments/methotrexate.html

**اس کتابچہ کا مقصد موضوع کے بارے میں قطعی معلومات فراہم کرنا ہے اور برٹش ایسوسی ایشن آف ڈرماٹولوجسٹس کے نمائندوں کے ذریعہ اس پر اتفاق رائے ہوا ہے؛ تاہم، اس کی مشمولات، کبھی کبھار آپ کے ڈاکٹر کے ذریعہ آپ کو دیئے جانے والے مشورے سے مختلف ہوسکتی ہیں۔**

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

*برٹش ایسوسی ایشن آف ڈرمٹولوجسٹس' کے مریضوں کی معلومات کے جائزہ پینل نے اس کتابچہ **(انگریزی میں)** کا قابل فہم ہونے کا جائزہ لیا ہے"*

**برٹش ایسوسی ایشن آف ڈرماٹولوجسٹس**
**مریض کے لئے معلوماتی کتابچہ**
**پیش کردہ اگست 2004**
**تجدید شدہ اپریل 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