হাঁপানির ইনহেলার, ওষুধ এবং চিকিৎসা

উপশমকারী ইনহেলার – 'আপনার সন্তানের জরুরি উদ্ধারকারী উপশমকারী'

হাঁপানিতে আক্রান্ত প্রত্যেকেই সর্বদাই একটি উপশমকারী (নীল ইনহেলার) ইনহেলার বহন করতে হবে যাতে এটি জরুরি অবস্থায় হাতের কাছে থাকে

- উপশমকারী (নীল) ইনহেলারের ওষুধের নাম সালবিউটামল
- এটি শ্বাস প্রশ্বাসের নালীগুলোকে শিথিল করে খোলার মাধ্যমে কাজ করে এবং তাই এটি হাঁপানির আক্রমণের উপসর্গগুলোকে সহজ করে দেয়। আপনার সন্তানের কয়েক মিনিটের মধ্যে তার শ্বাস-প্রশ্বাসের পার্থক্য অনুভব করার কথা।
- তাদের যদি সপ্তাহে তিনবারের বেশি তাদের উপশমকারী ইনহেলারের প্রয়োজন হয়, তাহলে এর মানে হল তাদের হাঁপানি যতটা নিয়ন্ত্রণে থাকতে পারত ততটা নিয়ন্ত্রিত নয় এবং আপনার সন্তানের চিকিৎসার বিষয়ে তাদের ডাক্তার অথবা নার্সের সাথে পর্যালোচনার ব্যবস্থা করতে হবে।
- 3 টি প্রধান ধরনের উপশমকারী ইনহেলার রয়েছে।
  - মিটারযুক্ত ডোজ ইনহেলার (MDIs), যেমন ভেনটোলিন, এয়ারোমির, স্যালামল। **যদি আপনার সন্তানকে MDI ইনহেলার প্রেসক্রাইব করা হয়, সেক্ষেত্রে তাদের ওষুধ তাদের ফুসফুসে পৌঁছেছে কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য একটি স্পেসার দিয়ে এটি ব্যবহার করতে হবে।**
  - ব্রেথ অ্যাকচুয়েটেড ইনহেলার (BAIs), যেমন ইজি-ব্রিদ, এয়ারম্যাক্স, অটোহেলার।
  - ড্রাই পাউডার ইনহেলার (DPIs), যেমন অ্যাকুহেলার
- আপনার সন্তানের জন্য কোনটি উপযুক্ত সেটি নিয়ে আপনার ডাক্তার অথবা নার্সের সাথে আলোচনা করাটা গুরুত্বপূর্ণ। ফুসফুসে হাঁপানির ওষুধের সঠিক ডোজ পাওয়ার জন্য এটি সঠিক উপায়ে ব্যবহার করাটা গুরুত্বপূর্ণ।
- যদি ব্যায়ামের মাধ্যমে আপনার সন্তানের হাঁপানি শুরু হয়, তাহলে উপসর্গ দেখা দেওয়া রোধ করতে তারা ব্যায়াম শুরু করার 20 মিনিট আগে উপশমকারী ইনহেলার নিতে পারে।

কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?

- আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে এবং জীবন বাঁচাতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাবও পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
- যেহেতু সালবিউটামল সরাসরি ফুসফুসে পৌঁছে দেওয়া হয়, তাই এর কোনো ধরণের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা কম।
- তবে, এই সম্ভাবনা রয়েছে যে আপনার শিশুর হাত অল্প সময়ের জন্য কাঁপতে পারে অথবা বুক ধড়ফড় করা অনুভব করতে পারে।

beat asthma

GlaxoSmithKline
Ventolin®
Evohaler®
100 micrograms
salbutamol sulfate
200 metered actuations

স্পেসার

স্পেসারগুলো আপনার ফুসফুসে সঠিক পরিমাণে ওষুধ পাওয়াকে সহজ করে তোলে

- স্পেসারগুলো হল বড়, খালি ডিভাইস যা আপনার শিশুকে সঠিক জায়গায় (ফুসফুস) অ্যাজমার ওষুধ সঠিক পরিমাণে পেতে সাহায্য করে যদি তারা মিটারড ডোজ ইনহেলার (MDI) ব্যবহার করতে থাকে। এর অর্থ হতে পারে তাদের উপসর্গগুলোর ব্যবস্থাপনা আরো ভালভাবে করা হয় এবং এর অর্থ হতে পারে যে তাদের সামগ্রিকভাবে কম ওষুধ ব্যবহার করতে হতে পারে।
- একটি স্পেসার ডিভাইস ব্যবহার করা আপনার সন্তানের ওষুধের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ঝুঁকিগুলোকে কমিয়ে দিতে পারে। কিছু ওষুধ তাদের ফুসফুসের পরিবর্তে তাদের মুখে অথবা গলার পিছনে গিয়ে শেষ হতে পারে যদি তারা স্পেসার ডিভাইস ব্যবহার না করে।
- বিভিন্ন ব্র্যান্ডের এবং মাপের স্পেসার রয়েছে যা বিভিন্ন ইনহেলার এবং বিভিন্ন বয়সের জন্য উপযুক্ত। আপনি সঠিকভাবে ইনহেলার এবং স্পেসার ব্যবহার করছেন কিনা সেই ব্যাপারে নিশ্চিত না হলে, সেক্ষেত্রে আপনি সাহায্যের জন্য যেতে পারেন এমন অনেক জায়গায় রয়েছে:
    - আপনার অ্যাজমা নার্সের সাথে যোগাযোগ করুন
    - আপনার ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন
    - ‘www.beatasthma.co.uk’ এর তথ্য পত্র এবং ভিডিওগুলো দেখুন
- আপনার সন্তানের স্পেসার পরিষ্কার করার সময় নির্দেশাবলী মেনে চলা গুরুত্বপূর্ণ। এটি একটি নতুন স্পেসার হলে, প্রথমবার ব্যবহার করার আগে এটি পরিষ্কার করুন, তারপরে মাসে একবার করে।
- আপনার সন্তানের স্পেসার অন্তত প্রতি বছর একবার বদলে দিতে হবে।

প্রতিরোধক ইনহেলার

- প্রতিরোধক ইনহেলারে স্টেরয়েড ওষুধ থাকে যা শ্বাসনালীর প্রদাহ, ফুলে যাওয়া ও সংবেদনশীলতা কমায় আর তাই হাঁপানির আক্রমণের সংখ্যাকে কমিয়ে দেয়।
- আপনার সন্তান ভালো বোধ করলেও এটি ব্যবহার করতে হবে কারণ আপনার শ্বাসনালীর সুরক্ষা দেওয়ার জন্য তৈরি হতে স্টেরয়েড ওষুধ সময় নেয়।
- যদি আপনার সন্তান তাদের প্রতিরোধক ইনহেলার গ্রহণ করা বন্ধ করে দেয়, তবে তারা পুরো সুবিধা পাবে না এবং তাদের শ্বাসনালীগুলো হাঁপানির শুরু হওয়ার কারণগুলোর প্রতি সহজে প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারে।
- প্রতিরোধক ইনহেলার হাঁপানির আক্রমণের সময় শোঁশোঁ আওয়াজ হওয়া অথবা শ্বাসকষ্ট কমাবে না। আপনার সন্তানকে এর জন্য তাদের 'উপশমকারী' ইনহেলার (নীল সালবিউটামল ইনহেলার) ব্যবহার করতে হবে।
- অনেক ধরনের প্রতিরোধক ইনহেলার রয়েছে যা সব ধরণের আকার, আকৃতি এবং রঙে পাওয়া যায়। এই সম্ভাবনা রয়েছে যে আপনার সন্তানকে একটি বাদামী ইনহেলার দিয়ে শুরু করতে হবে, যদিও এটি কমলা রঙেরও হতে পারে।
- যদি আপনার সন্তানকে গোলাপি, লাল, হলুদ, বেগুনি অথবা ধূসর ইনহেলার দেওয়া হয় এর মানে হল তাদেরকে একটি মিশ্রিত ইনহেলার দেওয়া হয়েছে, যেটিতে দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ওষুধও রয়েছে।
- কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?
  - আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে এবং জীবন বাঁচাতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাবও পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
  - সাম্প্রতিক গবেষণায় দেখা গেছে যে ইনহেলড প্রতিরোধক ওষুধের কম ডোজ গ্রহণ করলে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা কম।
  - এটি জানা গুরুত্বপূর্ণ যে নির্দেশনা অনুযায়ী প্রতিদিন এটি ব্যবহার করার মানে হল আপনার সন্তানের উপশমকারী ইনহেলার অথবা ওরাল স্টেরয়েড ট্যাবলেটের পুনরাবৃত্তির প্রেসক্রিপশনের প্রয়োজন হওয়ার সম্ভাবনা কম যার মানে হল স্টেরয়েডের উচ্চ মাত্রা।
  - আরো সাধারণ কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলো হল:
    - গলা ব্যথা, কর্কশ কন্ঠস্বর, মুখের সংক্রমণ যাকে থ্রাশ বলা হয়।
  - এই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো এড়ানোর উপায়সমূহ:
    - MDI ইনহেলারসহ একটি স্পেসার ব্যবহার করা
    - ভালো ইনহেলার কৌশল ব্যবহার করা
    - আপনার ইনহেলার ব্যবহার করার পরে আপনার মুখ ধুয়ে ফেলা এবং আপনার দাঁত ব্রাশ করা
  - আপনার সন্তানের হাঁপানির পর্যালোচনার সময় সর্বদাই তাদের উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। এর কারণ হল উচ্চ মাত্রার ইনহেলড স্টেরয়েডের দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার এবং বৃদ্ধি কমে যাওয়ার মধ্যে একটি ছোট লিংক রয়েছে।

দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলার

- আপনার সন্তানকে 'অ্যাড-অন' চিকিৎসা হিসেবে দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলার দেওয়া হতে পারে। এগুলো আপনার সন্তানের স্বাভাবিক দৈনন্দিন প্রতিরোধক ইনহেলারের পাশাপাশি কাজ করে যাতে শ্বাসনালীগুলোকে শ্বাস-প্রশ্বাসের নালীর চারপাশের পেশীগুলোকে শিথিল করার মাধ্যমে খোলা রাখা যায় এবং এটি শ্বাস নেওয়াকে সহজ করে।
- দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলারগুলো শুধুমাত্র তখনই ব্যবহার করতে হবে যদি আপনার সন্তানকে প্রতিদিন ব্যবহার করার জন্য একটি স্টেরয়েড প্রতিরোধক ইনহেলারও প্রেসক্রাইব করা হয়। স্টেরয়েড প্রতিরোধক ইনহেলার ব্যবহার না করে দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলার ব্যবহার করা বিপজ্জনক। এর কারণ হল দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলার তাদের শ্বাসনালীর অন্তর্নিহিত প্রদাহের (প্রদাহ আপনার সন্তানের শ্বাসনালীকে আরো সংবেদনশীল এবং খিটখিটে করে তোলে) চিকিৎসা করে না। স্টেরয়েড প্রতিরোধক ইনহেলারের সাথে একত্রিত না হলে, অন্তর্নিহিত প্রদাহ আরো খারাপ হবে।
- 2 টি ভিন্ন ধরনের দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলার রয়েছে
    - দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা বিটা অ্যাগোনিস্টস (LABA) এর উদাহরণ হল: সেরেভেন্ট ইভোহেলার (স্যালমেটেরল), ভার্টাইন মিটারড-ডোজ ইনহেলার (সালমেটেরল), ফরমোটেরল ইজিহেলার (ফরমোটেরল), অক্সিস টার্বোহেলার (ফরমোটেরল) এবং ফোরাডিল ড্রাই পাউডার ইনহেলার (ফরমোটেরল)।
    - দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় মাস্কারিনিক রিসেপ্টর অ্যান্টাগোনিস্টস (LAMA) এর উদাহরণ হল: স্পিরিভা রেসপিম্যাট (টিওট্রোপিয়াম ব্রোমাইড)
- আপনার সন্তানের জন্য কোনটি উপযুক্ত সেটি নিয়ে তাদের ডাক্তার অথবা নার্সের সাথে আলোচনা করাটা গুরুত্বপূর্ণ। ফুসফুসে হাঁপানির ওষুধের সঠিক ডোজ পাওয়ার জন্য এটি সঠিক উপায়ে ব্যবহার করাটা গুরুত্বপূর্ণ।

কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?

- আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে এবং জীবন বাঁচাতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাবও পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
- যেহেতু দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী সরাসরি ফুসফুসে পৌঁছে দেওয়া হয়, তাই এর কোনো ধরণের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা কম।
- আপনার সন্তান যখন প্রথম এই ইনহেলারগুলো গ্রহণ করা শুরু করে তখন নিম্নলিখিত কিছু কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে পারে। এগুলো সাধারণত মৃদু হয় এবং আপনার সন্তানের শরীর ওষুধে অভ্যস্ত হওয়ার কয়েকদিনের মধ্যে চলে যায়।
- আপনার সন্তানের এগুলোর কোনো কোনোটির অভিজ্ঞতা হতে পারে অথবা নাও হতে পারে, যেমন মাথা ঘোরা, মাথাব্যথা, হাতে মৃদু কাঁপুনি। কখনও কখনও, অন্যান্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হতে পারে যা উপরে তালিকাভুক্ত নয়। যদি আপনার সন্তানের মধ্যে অস্বাভাবিক কিছু লক্ষ্য করেন অথবা আপনি উদ্বিগ্ন হন, তাহলে আপনার ডাক্তার অথবা অ্যাজমা নার্স অথবা ফার্মাসিস্টের সাথে যোগাযোগ করুন।

দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী ইনহেলারের উদাহরণ

টিওট্রোপিয়াম ব্রোমাইড

কম্বিনেশন ইনহেলার

একটি কম্বিনেশন ইনহেলার দুই ধরণের ওষুধকে একত্রিত করে (প্রতিরোধক + দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী)

- আপনার সন্তানের জন্য একটি কম্বিনেশন ইনহেলার প্রেসক্রাইব করা হতে পারে কারণ তাদের হাঁপানির উপসর্গগুলো তাদের স্বাভাবিক ওষুধ দিয়ে ভালভাবে মোকাবেলা করা যায় না।
- এতে দুই ধরণের ওষুধ রয়েছে:
  - দীর্ঘ সময় ধরে সক্রিয় থাকা উপশমকারী এবং একটি স্টেরয়েড প্রতিরোধক
  - উদাহরণ: সেরেটাইড, সিম্বিকর্ট অথবা ফোস্টেয়ার
- কম্বিনেশন ইনহেলার হাঁপানির আক্রমণের সময় শোঁশোঁ আওয়াজ হওয়া অথবা শ্বাসকষ্ট কমাবে না। আপনার সন্তানকে এর জন্য আপনার 'উপশমকারী' ইনহেলার (নীল সালবিউটামল ইনহেলার) ব্যবহার করতে হবে।
- আপনার সন্তানকে প্রতিদিন তাদের কম্বিনেশন ইনহেলার নিতে হবে, এমনকি যখন তারা সুস্থ বোধ করে তখনও। কারণ এটি শ্বাসনালীর প্রদাহ প্রতিরোধ করার জন্য ব্যাকগ্রাউন্ডে থেকে কাজ করার জন্য ডিজাইন করা হয়েছে।

কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?

- এটি জানা গুরুত্বপূর্ণ যে নির্ধারিত হিসাবে প্রতিদিন এটি ব্যবহার করার মানে হল আপনার সন্তানের উপশমকারী ইনহেলার অথবা ওরাল স্টেরয়েড ট্যাবলেটের পুনরাবৃত্তির প্রেসক্রিপশনের প্রয়োজন হওয়ার সম্ভাবনা কম যার মানে হতে পারে সামগ্রিকভাবে স্টেরয়েডের উচ্চ মাত্রা।
- কিছু কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
  - গলা ব্যথা, কণ্ঠস্বর ভেঙে যাওয়া, মুখের সংক্রমণ যাকে থ্রাশ বলা হয়।

এই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো এড়ানোর উপায়সমূহ:

- MDI ইনহেলারসহ একটি স্পেসার ব্যবহার করা
- ভালো ইনহেলার কৌশল ব্যবহার করা
- আপনার সন্তানের ইনহেলার ব্যবহার করার পরে তাদের মুখ ধুয়ে ফেলা এবং দাঁত ব্রাশ করা

- আপনার সন্তানের হাঁপানির পর্যালোচনার সময় সর্বদাই তাদের উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। এর কারণ হল উচ্চ মাত্রার ইনহেলড স্টেরয়েডের দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার এবং বৃদ্ধি কমে যাওয়ার মধ্যে একটি ছোট লিংক রয়েছে।

SMART ব্যবস্থা (রক্ষণাবেক্ষণ এবং উপশমকারী থেরাপি)

এটি একটি সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা পদ্ধতি যা প্রতিরোধক এবং উপশমকারীকে একত্রিত করে

- আপনার সন্তানকে 'MART' (মেইন্টেইন্যান্স অ্যান্ড রিলিভার থেরাপি) নামে একটি সুনির্দিষ্ট পদ্ধতি প্রেসক্রাইব করা হতে পারে, যাতে প্রতিরোধক এবং উপশমকারী রয়েছে।
- যুক্তরাজ্যে বিভিন্ন ধরণের MART ব্র্যান্ড ব্যবহার করা হয়েছে, কিন্তু সিম্বিকর্ট SMART ব্যবস্থা হল একমাত্র ব্যবস্থা যা বর্তমানে বয়স্ক কিশোরদের মধ্যে ব্যবহৃত হচ্ছে।
- এটি সাধারণত আরো কঠিন হাঁপানির জন্য দেওয়া হয় এবং এমন একজনের জন্য যে ডোজ বাড়াতে সক্ষম হয়ে উপকৃত হতে পারে (সর্বোচ্চ নির্ধারিত ডোজ পর্যন্ত) যা তারা সারা দিন গ্রহণ করছে, যখন তারা খারাপ উপসর্গগুলোর অভিজ্ঞতার মুখোমুখি হয়।
- আপনার সন্তানকে প্রতিদিন তাদের MART ইনহেলার নিতে হবে, এমনকি যখন তারা সুস্থ বোধ করে তখনও। কারণ এটি শ্বাসনালীর প্রদাহ প্রতিরোধ করার জন্য ব্যাকগ্রাউন্ডে থেকে কাজ করার জন্য ডিজাইন করা হয়েছে।
- আপনার সন্তান যখন MART ব্যবস্থায় থাকে, তখন জরুরী উপসর্গের জন্য আপনার সন্তানের উপশমকারী ইনহেলারের প্রয়োজন হয় না। যখন উপসর্গগুলো আরো খারাপ হয়, তখন আপনার সন্তানকে তাদের সুনির্দিষ্ট MART অ্যাকশন প্ল্যান অনুযায়ী তাদের MART ইনহেলারের ডোজ বৃদ্ধি করতে হবে। তারপরওআপনার সন্তানকে সবসময় একটি উপশমকারী ইনহেলার (নীল ইনহেলার) বহন করতে হবে।
- কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?
    - এটি জানা গুরুত্বপূর্ণ যে নির্ধারিত হিসাবে প্রতিদিন এটি ব্যবহার করার মানে হল আপনার উপশমকারী ইনহেলার অথবা ওরাল স্টেরয়েড ট্যাবলেটের পুনরাবৃত্তির প্রেসক্রিপশনের প্রয়োজন হওয়ার সম্ভাবনা কম যার মানে হল স্টেরয়েডের উচ্চ মাত্রা।
    - কিছু কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
        - গলা ব্যথা, কন্ঠস্বর ভেঙে যাওয়া, মুখের সংক্রমণ যাকে থ্রাশ বলা হয়।
    - এই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো এড়ানোর উপায়সমূহ:
        - ভালো ইনহেলার কৌশল ব্যবহার করা
        - আপনার সন্তানের ইনহেলার ব্যবহার করার পরে তাদের মুখ ধুয়ে ফেলা এবং দাঁত ব্রাশ করা
    - আপনার সন্তানের হাঁপানির পর্যালোচনার সময় সর্বদাই তাদের উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। এর কারণ হল উচ্চ মাত্রার ইনহেলড স্টেরয়েডের দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার এবং বৃদ্ধি কমে যাওয়ার মধ্যে একটি ছোট লিংক রয়েছে।

সিঙ্গুলার/মন্টেলুকাস্ট (লিউকোট্রিন রিসেপ্টর অ্যানট্যাগোনিস্টস (LTRAs)

LTRAs কখনও কখনও অন্য ধরনের প্রতিরোধক ওষুধ হিসাবেও পরিচিত হয়। এগুলো স্টেরয়েড নয়। এগুলো আপনার সাধারণ হাঁপানির ওষুধের 'অ্যাড-অন'।

- আপনার সন্তানকে 'লিউকোট্রিন রিসেপ্টর অ্যান্টাগোনিস্টস (LTRAs)' নামক একটি ওষুধ দেওয়া হতে পারে।
- LTRAs শরীরের সেইসব রাসায়নিক পদার্থের প্রভাবগুলোকে অবরুদ্ধ করে কাজ করে যা শ্বাসনালীতে প্রদাহ এবং সংকীর্ণতা সৃষ্টি করে। এগুলো আপনার সন্তানের শরীরের সেইসব জিনিসের (অ্যালার্জেন) প্রতি সাড়া দেওয়াকে কমিয়ে দেয় যা তাদের হাঁপানিকে শুরু করিয়ে দিতে পারে।
- নিয়মিতভাবে LTRAs নেওয়া আপনার সন্তানের হাঁপানির আক্রমণ হওয়াকে বন্ধ করতে সাহায্য করে।
- আপনার সন্তান LRTAs এর সম্পূর্ণ প্রভাব বুঝতে পারার আগে 2 সপ্তাহ পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। তবে, যদি 6 সপ্তাহ পরে এগুলোর কোনো প্রভাব না থাকে, তাহলে LTRAs সম্ভবত তাদের জন্য সঠিক ওষুধ নয়। এটি বন্ধ করার আগে আপনার ডাক্তার অথবা হাঁপানির নার্সের সাথে কথা বলুন।
- LTRAs হাঁপানির আক্রমণের সময় শোঁশোঁ আওয়াজ হওয়া অথবা শ্বাসকষ্ট কমাবে না। আপনার সন্তানকে এর জন্য তাদের 'উপশমকারী' ইনহেলার (নীল সালবিউটামল ইনহেলার) ব্যবহার করতে হবে।
- LTRA এর সবচেয়ে সাধারণ ধরণ হল মন্টেলুকাস্ট (ব্র্যান্ড নাম সিঙ্গুলার নামে পরিচিত)। মাঝে মাঝে, আপনার সন্তানকে জাফিরলুকাস্ট (ব্র্যান্ড নাম অ্যাকোলেট) প্রেসক্রাইব করা হতে পারে।

কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?

- আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাব পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
- LTRAs গ্রহণকারী সন্তানদের মধ্যে, কিছু কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
  - বমি, বিরক্তি, দুঃস্বপ্ন
  - যদি আপনার সন্তানের মধ্যে কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেখা দেয়, অথবা আপনি কোনো বিষয়ে চিন্তিত হন, সেক্ষেত্রে আপনার ডাক্তার, হাঁপানির নার্স অথবা ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন।
- LTRAs গ্রহণকারী কিশোরদের মধ্যে, কিছু কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:

- ঘন ঘন গলা ব্যথা করা, সংক্রমণ হওয়া। (প্রতি 10 জনের মধ্যে 1 জনের এটির অভিজ্ঞতা হতে পারে)
- বমি বমি ভাব, বমি, জন্ডিস (আপনার ত্বক অথবা আপনার চোখের সাদা অংশের হলুদ হয়ে যাওয়া)
- আপনি যদি কোনো কিছু নিয়ে চিন্তিত থাকেন সেক্ষেত্রে সব সময়ই আপনার ডাক্তার অথবা হাঁপানির নার্সের সাথে কথা বলুন।

থিওফাইলাইন

থিওফাইলাইন একটি 'অ্যাড-অন' চিকিৎসা যা আপনার শ্বাসনালীর পেশী শিথিল করে আপনার সন্তানের শ্বাসকষ্টের উন্নতি করতে সাহায্য করে যাতে বাতাস এগুলোর মাধ্যমে আরো সহজে প্রবাহিত হতে পারে। এগুলো স্টেরয়েড নয়।

- আপনার সন্তানকে থিওফাইলাইন নামক ওষুধ প্রেসক্রাইব করা হতে পারে। এটি তাদের সাধারণ ওষুধের একটি 'অ্যাড-অন' এবং তারা যে অন্যান্য চিকিৎসা গ্রহণ করছে সেটিকে প্রতিস্থাপন করে না।
- থিওফাইলাইন শ্বাসনালীর পেশীগুলোকে শিথিল করে কাজ করে যাতে এগুলো খুলে যায় এবং এগুলোর মধ্য দিয়ে আরো সহজে বায়ু প্রবাহিত হতে পারে।
- এটি খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে আপনার সন্তান যেন থিওফাইলাইন নিয়মিত এবং ঠিক যেভাবে নির্ধারিত আছে সেভাবেই গ্রহণ করে কারণ এটি তাদের হাঁপানির আক্রমণকে বন্ধ করতে সাহায্য করবে।
- আপনার সন্তানের রক্তে থিওফাইলাইনের মাত্রা যেন নিরাপদ স্তরে থাকে তা নিশ্চিত করতে নিয়মিত রক্ত পরীক্ষা করার প্রয়োজন হতে পারে।
- থিওফাইলাইন হাঁপানির আক্রমণের সময় শোঁশোঁ আওয়াজ হওয়া অথবা শ্বাসকষ্ট কমাবে না। আপনার সন্তানকে এর জন্য তাদের 'উপশমকারী' ইনহেলার (নীল সালবিউটামল ইনহেলার) ব্যবহার করতে হবে।
- 2 প্রকারের থিওফাইলাইন ওষুধ রয়েছে:
    - আপনার সন্তান বাড়িতে যে ট্যাবলেট অথবা ক্যাপসুল নিয়ে যায় তাদের হাঁপানির উপসর্গগুলোকে মোকাবেলা করতে সাহায্য করার জন্য।
    - একটি জরুরী ওষুধ যা শুধুমাত্র হাসপাতালে সরাসরি শিরায় দেওয়া হয়।
- যেহেতু যুক্তরাজ্যে অন্যান্য ব্র্যান্ডের থিওফাইলাইন ব্যবহার করা হচ্ছে, আপনি প্রতিবার নতুন প্রেসক্রিপশন নেওয়ার সময় আপনার সন্তানকে যেন একই ব্র্যান্ডের থিওফাইলাইন দেওয়া হয় তা নিশ্চিত করাটা গুরুত্বপূর্ণ কেননা তাদের শরীর দ্বারা শোষিত থিওফাইলিনের পরিমাণ বিভিন্ন ব্র্যান্ডের মধ্যে ভিন্ন হতে পারে।
- আপনার সন্তানের থিওফাইলাইনের সম্পূর্ণ প্রভাব বুঝতে পারার আগে 6 সপ্তাহ পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। তবে, যদি 6 সপ্তাহ পরে এগুলোর কোনো প্রভাব না থাকে, তাহলে থিওফাইলাইন সম্ভবত তাদের জন্য সঠিক ওষুধ নয়। এটি বন্ধ করার আগে আপনার ডাক্তার অথবা হাঁপানির নার্সের সাথে কথা বলুন।
- আপনার সন্তানের জীবনধারার কিছু কিছু জিনিস থিওফাইলাইনের সাথে ইন্টারঅ্যাক্ট করতে পারে; এর মানে হল তাদের রক্তে থিওফাইলিনের মাত্রা বাড়তে (সম্ভাব্য ক্ষতিকারক) অথবা কমতে (তাই এটি কাজ করে না) পারে। যদি আপনার সন্তান থিওফাইলাইন গ্রহণ করে, তবে এটি জেনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে

- o এটি অ্যালকোহল, তামাক, ক্যাফেইন, সেন্ট জনস ওয়ার্ট (ভেষজ ওষুধ), কিছু কিছু অ্যান্টিবায়োটিক, কিছু কিছু অ্যানেস্থেটিকসের সাথে ইন্টারঅ্যাক্ট করতে পারে।

কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?

- o আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাব পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
- o সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
  - মাথাব্যথা, ঘুমাতে না পারা, বমি বমি ভাব, বিরক্তি, পেট খারাপ।
  - বমি হওয়া, বুক ধড়ফড় করা, আপনার হৃদস্পন্দনের ছন্দ অস্বাভাবিক অনুভূত হওয়া, অজ্ঞান হয়ে যাওয়া, ত্বকে ফুসকুড়ি উঠা

প্রেডনিসোলন (স্টেরয়েড) - দীর্ঘ সময়ের জন্য এগুলো গ্রহণ করা

যদি আপনার সন্তান দীর্ঘ সময় ধরে প্রেডনিসোলন গ্রহণ করতে থাকে, সেক্ষেত্রে হঠাৎ করে ওষুধ গ্রহণ করা বন্ধ করবেন না, কারণ আপনার সন্তান অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে। আপনার সন্তানের প্রেডনিসোলন বন্ধ করার আগে সর্বদাই তার ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

- আপনার সন্তানকে প্রেডনিসোলন নামক ওষুধ প্রেসক্রাইব করা হতে পারে। এটি স্টেরয়েড নামক পরিচিত ওষুধের একটি পরিবার থেকে এসেছে। পেশাদার ক্রীড়াবিদদের সম্পর্কে পড়ার সময় আপনি স্টেরয়েড সম্পর্কে শুনে থাকতে পারেন। স্টেরয়েড আপনাকে শক্তিশালী করে তুলতে পারে কিন্তু অল্প মাত্রার স্টেরয়েডগুলো হাঁপানির উপসর্গগুলো কমাতে ব্যবহার করা হয়।
- হাঁপানিতে আক্রান্ত অনেক লোককে তাদের হাঁপানির আক্রমণের সময় স্টেরয়েড (প্রেডনিসোলন) এর সংক্ষিপ্ত কোর্স নিতে হবে।
- তবে, গুরুতর হাঁপানিতে আক্রান্ত অল্প সংখ্যক ব্যক্তিকে শ্বাসনালীর প্রদাহকে শান্ত এবং প্রতিরোধ করে হাঁপানির আক্রমণ প্রতিরোধে সাহায্য করতে নিয়মিত এবং দীর্ঘ সময়ের জন্য প্রেডনিসোলন গ্রহণ করতে হতে পারে।
- আপনার সন্তানকে দেওয়া প্রেডনিসোলনের কোর্সের ডোজ এবং দৈর্ঘ্য আপনার সন্তানের বয়স, তাদের শ্বাসনালীগুলো কিভাবে চিকিৎসার প্রতি সাড়া দেয় এবং কিভাবে উপসর্গগুলোর ব্যবস্থাপনা ভালভাবে করা যায় তার উপর নির্ভর করবে।
- আপনার সন্তানের ডাক্তার সর্বদা সম্ভাব্য সর্বনিম্ন ডোজ ব্যবহার করে তাদের হাঁপানি নিয়ন্ত্রণ করার চেষ্টা করবেন। দীর্ঘমেয়াদী প্রেডনিসোলোনের প্রয়োজনীয়তা কমাতে, অথবা ডোজ যতটা সম্ভব কম রাখতে, পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি কমাতে, তারা 'স্টেরয়েড-স্পেয়ারিং' ওষুধ হিসাবে পরিচিত অন্যান্য ওষুধগুলো প্রেসক্রাইব করার কথাও বিবেচনা করতে পারেন।
- প্রেডনিসোলন সাধারণত অন্যান্য হাঁপানির ওষুধের সাথে ব্যবহার করা হয়। এটি গুরুত্বপূর্ণ যে প্রেডনিসোলনকে যেমনটি প্রেসক্রাইব করা হয় ঠিক সেই অনুযায়ী যেন নেওয়া হয় এবং আপনার সন্তান যেন প্রতিদিন প্রতিরোধক ইনহেলার গ্রহণ করা অব্যাহত রাখে।

- যদি আপনার সন্তান দীর্ঘ সময় ধরে প্রেডনিসোলন গ্রহণ করতে থাকে, সেক্ষেত্রে তাদের ডাক্তারের সাথে আলোচনা না করে হঠাৎ করে ওষুধ গ্রহণ করা বন্ধ করবেন না, কারণ তারা অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে। এটির কারণ স্টেরয়েড তাদের শরীরের প্রাকৃতিক স্টেরয়েড হরমোনগুলোকে অল্প সময়ের জন্য তৈরি হওয়া বন্ধ করে দিতে পারে।
- যদি আপনার সন্তানের ডাক্তার প্রেডনিসোলন বন্ধ করার সিদ্ধান্ত নেন, তাহলে সম্পূর্ণরূপে বন্ধ করার আগে তারা ধীরে ধীরে ডোজ কমিয়ে দেবেন। নিশ্চিত করুন আপনি ডাক্তারের নির্দেশাবলী মেনে চলতে ভুলে যাবেন না।
- মাঝে মাঝে, আপনার সন্তানের হাঁপানি খুব গুরুতর এবং নিয়ন্ত্রণ করা কঠিন হলে, তার ডাক্তার কেনালগ (ট্রায়ামসিনোলোন) নামক আরেকটি স্টেরয়েড ওষুধ নিয়ে আলোচনা করতে পারেন। এই ওষুধটি সাধারণত নিয়মিত বিরতিতে নিতম্বে ইনজেকশন হিসাবে দেওয়া হবে।
- আপনার সন্তান একটি স্টেরয়েড চিকিৎসা এবং সতর্কতা কার্ড বহন করতে চাইতে পারে। এটি তাদের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে একটি অনুস্মারকের কাজ করে,
পাশাপাশি হেলথকেয়ার পেশাদারদের জন্য একটি সতর্কতা হিসাবেও।

কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?

- আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাব পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
- দীর্ঘ সময়ের জন্য প্রেডনিসোলন গ্রহণ করলে আপনার সন্তানের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।
- পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো সম্পর্কে চিন্তা উদ্বেগজনক হতে পারে কিন্তু মনে রাখবেন আপনার ডাক্তার স্রেফ তখনই প্রেডনিসোলন প্রেসক্রাইব করবেন যখন আপনার সন্তানের প্রাণঘাতী হাঁপানির আক্রমণ বন্ধ করা জরুরি হয় কারণ অ্যাজমা আক্রমণ মেরে ফেলতে পারে।
- সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
    - রুচি বাড়ার কারণে ওজন বৃদ্ধি।
    - বৃদ্ধি এবং বয়ঃসন্ধিকে প্রভাবিত করা। মেয়েদের ক্ষেত্রে, এটি শরীরের লোম বৃদ্ধি এবং অনিয়মিত মাসিকের কারণ হতে পারে। আপনার সন্তানের হাঁপানির পর্যালোচনার সময় সর্বদাই তাদের উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। আপনার কোনো উদ্বেগ থাকলে আপনার ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।
    - নিম্ন রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা, যার হল অর্থ গুরুতর সংক্রমণের ঝুঁকি। চিকেনপক্স, দাদ, হামের মতো সংক্রমণ রয়েছে এমন যেকোনো কারো কাছ থেকে আপনার সন্তানকে দূরে থাকতে হবে যদি তাদের এই অসুস্থতা না হয়ে থাকে অথবা হামের টিকা দেওয়া না হয়।
    - তাদের ত্বক পাতলা হয়ে যেতে পারে এবং স্বাভাবিকের চেয়ে ধীরে সুস্থ হতে পারে। দাগ (ব্রণ) আরো খারাপ হতে পারে এবং মুখে আলসার অথবা থ্রাশের (মুখের ছত্রাকের সংক্রমণ)এর বিস্তার হতে পারে।
    - তাদের ঘুমের সমস্যা, মেজাজ পরিবর্তন, পেটে ব্যথা অথবা বুকজ্বলা হতে পারে।

ওমালিজুমাব

beat asthma

ওমালিজুমাব (ব্র্যান্ড নাম জোলাইয়ার) হল একটি নতুন হাঁপানির ওষুধ যা আপনার সন্তানের অনিয়ন্ত্রিত মাঝারি থেকে গুরুতর হাঁপানির জন্য একটি বিকল্প হতে পারে। এগুলো 'স্টেরয়েড-স্পেয়ারিং' অ্যাজেন্ট হিসাবেও পরিচিত।

- আপনার সন্তানের যদি গুরুতর অ্যালার্জিজনিত হাঁপানি থাকে তবে আপনার সন্তানকে ওমালিজুমাব (ব্র্যান্ড নাম জোলাইয়ার) নামক একটি ওষুধ দেওয়া হতে পারে। এটি হাঁপানির অন্যান্য ওষুধ থেকে সম্পূর্ণ ভিন্নভাবে কাজ করে।
- ওমালিজুমাব কিছু কিছু রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার/ইমিউন সিস্টেম (IgE) এর কার্যকলাপকে অবরুদ্ধ করে কাজ করে যা শ্বাসনালীর ফুলে যাওয়া শুরু করায়। এর মানে হল যে যখন আপনার সন্তান যখন অ্যালার্জি শুরু হওয়ার কোনো কারণের মুখোমুখি হয়, তখন তাদের শ্বাসনালী আগের মতো সংবেদনশীল হবে না এবং তাই আপনার সন্তানের অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা কম থাকে।
- এটি একটি ইনজেকশন যা প্রতি 2 অথবা 4 সপ্তাহে ত্বকের নিচে দেওয়া হয়,
- তাদের অ্যালার্জি আছে কিনা তা দেখার জন্য ত্বক অথবা রক্ত পরীক্ষা করা হয়।
- এটি তাদের সাধারণ ওষুধের একটি 'অ্যাড-অন' এবং তারা যে অন্যান্য চিকিৎসা গ্রহণ করছে সেটিকে প্রতিস্থাপন করে না। তবে, ওমালিজুমাব আপনার সন্তানের হাঁপানির উপসর্গগুলোকে আরো ভালভাবে মোকাবেলা করতে সাহায্য করতে পারে যাতে স্টেরয়েড ওষুধটি সময়ের সাথে কম মাত্রায় অথবা কম ঘন ঘন নেওয়া যেতে পারে।
- ওমালিজুমাব হাঁপানির আক্রমণের সময় শোঁশোঁ আওয়াজ হওয়া অথবা শ্বাসকষ্ট কমাবে না। আপনার সন্তানকে এর জন্য তাদের 'উপশমকারী' ইনহেলার (নীল সালবিউটামল ইনহেলার) ব্যবহার করতে হবে।
- কোনো সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কী?
    - আমরা আপনার সন্তানকে ভালো করতে ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও তাদের মধ্যে অন্যান্য প্রভাব পড়ে থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ)।
    - সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার তালিকাটি উদ্বেগজনক মনে হতে পারে, কিন্তু এটি মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে অধিকাংশ লোকজনের এগুলোর অভিজ্ঞতা হবে না।
    - সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
        - ইনজেকশন দেওয়ার জায়গায় স্বল্পস্থায়ী অস্বস্তি বোধ
        - বাহু ও পায়ে ব্যথা, মাথা ঘোরা, ক্লান্ত বোধ, ত্বকে ফুসকুড়ি হওয়া, হাড় ভেঙ্গে যাওয়া
        - সর্দির সাধারণ উপসর্গ, মাথাব্যথা, গলা ব্যথা, আপনার কানে ব্যথা অথবা অস্বস্তি, পেটে ব্যথা, বমি বমি ভাব, বমি এবং নাক দিয়ে রক্ত পড়া।
        - জ্বর, পেশী ব্যথা এবং ফুসকুড়ি। কিছু কিছু লোকের মধ্যে ওমালিজুমাব গ্রহণের 1 থেকে 5 দিন পরে এই উপসর্গগুলো দেখা দেয়। আপনার সন্তানের মধ্যে এই ধরনের উপসর্গগুলো দেখা দিলে আপনার হেলথকেয়ার প্রোভাইডারকে জানান।
    - ওমালিজুমাবে মারাত্মক অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া (অ্যানাফাইল্যাক্সিস) হওয়ার সম্ভাব্য ঝুঁকি রয়েছে। এটি প্রথম ডোজ অথবা অনেকগুলো ডোজ দেওয়ার পরে ঘটতে পারে। আপনার সন্তানের ডাক্তার অথবা নার্স অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়ার উপসর্গগুলোর জন্য নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ করবেন যখন তারা বেশ কিছুটা সময়ের জন্য ওমালিজুমাব গ্রহণ করতে থাকে।