



دم کے علاج کے مقاصد

آپ کے بچے کو دمہ کی تشخیص بھئی ہے، جس کا مطلب ہے کہ اس کے پھیپھڑوں (ایئر ویز) کی ٹیوبیں سوچن اور جلن بوسکتی ہیں۔ یہ صرف کبھی کبھی بوسکتا ہے، مثال کے طور پر جب وہ اپنے حرکات میں سے کسی کے رابطے میں آتے ہیں (جیسے سردي کا وائرس) یا وہ بروقت سوچن اور چڑھتے رہ سکتے ہیں۔ انہیں جو دوائیں دی جائیں گی اس کا انحصار اس بات پر ہوگا کہ انہیں کس قسم کا دمہ ہے اور ان میں علامات کتنی بار اور شدید ہوتی ہیں۔ ان کی تمام ادویات کے بارے میں جو بات اب یہ ہے یہ ہے کہ وہ اس وقت تک کام نہیں کریں گی جب تک کہ وہ انہیں صحیح طریقے سے اور باقاعدگی سے نہ لین جیسا کہ انہیں لینا ہے۔

بچوں میں دمہ کا علاج کیسے کیا جاتا ہے اور آگے کیا ہونے کی توقع کی جائے؟

آپ کا ڈاکٹر یا دمہ کی نرس دمہ کی دیکھ بھال کے لیے قومی رینما خطوط (NICE/BTS/SIGN رینما خطوط) کے مطابق دمہ کی دوا تجویز کرے گی۔ عام طور پر، علاج کا مقصد آپ کے بچے کو حاصل کرنے میں مدد کرنا ہے:



دمہ میں مبتلا زیادہ تر لوگوں کو دمہ انہیلر کی دو ابم اقسام دی جاتی ہیں:

دی 'روکنے والے انہیلر' سانس کی نالیوں کو سوچن ہونے سے روکنے میں مدد کرکے دمہ کی علامات کو بالکل بھی پیدا ہونے سے روکنے میں مدد کریں۔

وہ لیا جا سکتا ہے:

- 0 صرف اس صورت میں جب آپ کے بچے میں علامات ہوں، اگر اس کا دمہ
- 0 باقاعدگی سے بلکا ہے، اگر آپ کے بچے کا دمہ زیادہ پریشان کنے ہے۔

اس طرح سے، وہ آپ کو یہ محسوس کرنے سے روک سکتے ہیں کہ آپ کے بچے میں دمہ کی علامات بالکل بھی ہیں۔ وہ ممکنہ جان لیوا دمہ کے حملے کے خطرے کو بھی کم کر سکتے ہیں۔

دی 'ریلیور انہیلر' علامات شروع ہونے کے بعد دور ہونے میں مدد کریں۔

وہ آپ کے بچے کو بہت جلد بہتر محسوس کر سکتے ہیں، لیکن:

- 0 وہ زیادہ دیر تک نہیں چلتے (4-5 گھنٹے)
- 0 انہیں صرف ایک بی وقت میں روک تھام کرنے والے انہیلر کے ساتھ لیا جانا چاہیے۔ ایک بی وقت میں ریلیور لیے بغیر، خودبین ریلیور لینے سے، آپ کے بچے کو دمہ کا دورہ پڑنے کا امکان بڑھ سکتا ہے۔

کچھ نئے امتزاج والے انہیلر ہیں جن میں روک تھام کرنے والی اور ریلیور دوائی ایک ساتھ ہوتی ہے۔ اس قسم کا انہیلر آپ کے بچے کے لیے اپنے انہیلر کو بہترین طریقے سے لینا بہت آسان بنا دیتا ہے۔

زیادہ شدید علامات اور دمہ کے حملوں کے علاج کے لیے دیگر مختلف دوائیں ہیں۔ یہ ضروری ہے کہ آپ اور آپ کا بچہ دوائیوں کو صحیح خوراک، صحیح طریقے سے اور صحیح وقت پر لے کر ان کی مدد کرنے میں اپنا کردار ادا کریں۔

دمہ کے انہیلر، ادویات اور علاج

روک تھام کے انہیلر:

- پریوںٹر انہیلر دمہ کے انتظام میں سب سے ابم انہیلر ہیں۔
- پریوںٹر انہیلر میں ایئر ویز میں سوژش، سوجن اور حساسیت کو کم کرنے کے لیے سٹیرائیڈز کی دوائی ہوتی ہے، اور اس طرح، دمہ کے حملوں کی تعداد کو کم کرتی ہے۔
- آپ کے بچے کو اسے صرف اس وقت لینے کے لیے کہا جا سکتا ہے جب اس میں دمہ کی علامات ہوں، اس کے ساتھ ساتھ ان کے ریلیور انہیلر، یا انھیں کہا جا سکتا ہے کہ وہ اسے باقاعدگی سے، روزانہ لیں، چاہیے ان میں علامات ہوں یا نہ ہوں۔
- اگر آپ کے بچے سے کہا گیا ہے کہ وہ اپنا روک تھام کرنے والا انہیلر باقاعدگی سے لیں، تو انہیں اس کا استعمال کرنا چاہیے جائے وہ ٹھیک محسوس کریں کیونکہ سٹیرائیڈز کی دوائی آپ کے ایئر ویز کو تحفظ فراہم کرنے کے لیے وقت کے ساتھ ساتھ بننے میں وقت لیتی ہے۔
- اگر آپ کا بچہ اپنا روک تھام کرنے والا انہیلر لینا چھوڑ دیتا ہے، تو اسے مکمل فوائد نہیں ملیں گے اور ان کی ایئر ویز دمہ کے حرکات پر آسانی سے رد عمل ظاہر کرنے کا امکان ہے۔
- پریوںٹر انہیلر، اپنے طور پر، دمہ کے دورے کے دوران گھرگھرابٹ یا سانس لینے میں کمی نہیں کریں گے۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیلر (بیلو سلبوٹامول انہیلر) استعمال کرنا چاہیے۔
- روک تھام کرنے والے انہیلر کی بہت سی قسمیں ہیں جو تمام شکلوں، سائز اور رنگوں میں آتی ہیں۔
- کیا کوئی ممکنہ ضممنی اثرات ہیں؟
 - 0 ہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے اور جان بچانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو بم نہیں چاہتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
 - 0 حالیہ تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ سانس کی روک تھام کی دوا کی کم خوراک لینے سے مضر اثرات کا امکان کم ہے۔
 - 0 یہ جاننا ضروری ہے کہ اسے روزانہ تجویز کردہ مرضی کے مطابق استعمال کرنے کا مطلب یہ کہ آپ کے بچے کو ریلیور انہیلر یا منہ سے سٹیرائیڈ گولیوں کے دوبارہ نسخے کی ضرورت کا امکان کم ہے جس کا مطلب یہ سٹیرائیڈز کی زیادہ مقدار۔
 - 0 کچھ زیادہ عام ضممنی اثرات یہ ہیں:
 - ڈگلے میں خراش، کھردڑی آواز، منہ کا انفیکشن جس سے تھرش کہتے ہیں۔
 - 0 ان ضممنی اثرات سے بچنے کے طریقے:
 - انہیلر کے ساتھ سپیسیر کا استعمال
 - اچھی انہیلر تکنیک کا استعمال MDI
 - اپنا انہیلر استعمال کرنے کے بعد اپنے منہ کو صاف کریں اور اپنے دانت صاف کریں۔
 - 0 آپ کے بچے کے دمہ کے جائے زمے میں بمیشہ اس کے قد اور وزن کی پیمائش کی جائی گی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ مقدار میں سانس لینے والے سٹیرائیڈز کے طویل مدتی استعمال اور ترقی میں کمی کے درمیان ایک چھوٹا سا ربط ہے۔



ریلیورانہیلر - آپ کے بچے کا ایمرجنسی ریسکیو ریلیور'

- ریلیور(نیل) انہیلر میں موجود دوا کو سلبوٹامول کہتے ہیں۔
- یہ سانس لینے کی تنگ ٹیوبوں کو آرام اور کھوٹ کر کام کرتا ہے اور اس طرح یہ دمہ کے دورے کی علامات کو کم کرتا ہے۔ آپ کے بچے کو چند منٹوں میں سانس لینے میں فرق محسوس ہونا چاہیے۔
- جب آپ کا بچہ اپنے ریلیور انہیلر کی خوراک لیتا ہے تو اسے بمیشہ اپنے روک تھام کرنے والے انہیلر کی ایک خوراک لینا چاہیے۔ اس سے انہیں دمہ کا دورہ روکنے میں مدد ملتی ہے۔
- اگر انہیں اپنے ریلیور انہیلر کی ضرورت ہو۔ **بفتے میں تین بار سے زیادہ** اس کا مطلب ہے کہ ان کا دمہ بھی نہیں ہے۔ جیسا کہ یہ بو سکتا ہے کنٹرول کیا جاتا ہے، اور آپ کو اپنے بچے کے علاج کا ان کے ڈاکٹر یا نرس سے جائزہ لینے کا بندوبست کرنا چاہیے۔

- ریلیورانہیلر کی 3 ابم اقسام ہیں۔
 - میٹرڈوز انہیلر (MDIs)، جیسے وینٹولن، ایرومیر، سلامول۔ اگر آپ کے بچے کو MDI انہیلر تجویز کیا گیا ہے، تو اسے اسپیسکرے ساتھ اس بات کو یقینی بنانے کے لیے استعمال کرنا بوگا کہ ان کی دوا ان کے پھیپھڑوں تک پہنچ رہی ہے۔

- 0 بڑی ہائیکوئیڈ انہیلر (BAIs)، جیسے Easi-breath، Airmax، Autohaler۔ ڈرائی اسٹریم اکھالر (DPIs)، جیسے Accuhaler
- 0 اپنے ڈاکٹر یا نرس سے بات کرنا ضروری ہے کہ کون سا آپ کے بچے کے لیے موزوں ہے۔ دمہ کی دوا کی صحیح خوراک پھیپھڑوں میں پہنچانے کے لیے اسے صحیح طریقے سے استعمال کرنا ضروری ہے۔
- 0 اگر آپ کے بچے کا دمہ ورزش سے شروع ہوتا ہے، تو وہ علامات ظاہر ہونے سے روکنے کے لیے ورزش شروع کرنے سے 20 منٹ پہلے ریلیور انہیلر لے سکتے ہیں۔

کیا کوئی ممکنہ ضممنی اثرات ہیں؟

- 0 ہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے اور جان بچانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات بوتے ہیں جو بم نہیں چاتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
- 0 چونکہ سلبوٹامول براہ راست پھیپھڑوں میں پہنچا جاتا ہے، اس لیے اس کے کسی بھی قسم کے مضر اثرات کا امکان نہیں ہے۔ تاہم، یہ ممکن ہے کہ آپ کے بچے کو تھوڑی دیر کے لیے باہمیں میں لرزش یا دوڑتے بوئے دل کا تجربہ ہو۔



ایک امتزاج انھیلر دو قسم کی دوائیوں کو یکجا کرتا ہے (پریوٹر + ریلیور)

کمبینیشن انھیلر میں ایک انھیلر میں دو قسم کی دوائیں ہوتی ہیں:

- ایک طویل اداکاری ریلیور اور ایک سٹیرائیڈ روکنے والا
- مثاليں: Fostair, Seretide, Symbicort, Duoresp Spiromax, Combisal

12 سال یا اس سے زیادہ عمر کے بچوں کو بہت اچھی طرح سے کنٹرول شدہ دمہ کے ساتھ ایک مرکب انھیلر تجویز کیا جا سکتا ہے تاکہ وہ نیلے سالبوٹا مول انھیلر کے بجائے ریلیور کے طور پر استعمال کریں۔ اسے کہتے ہیں AIR تھریپ جس کا مطلب اینٹھ انفلامیٹری ریلیور ہے۔

تابم زیادہ تر بچوں کو دمہ کی علامات ہونے پر اضافی خوراک کے ساتھ دن میں دو بار کھانے کے لیے خوراک تجویز کی جائے گ۔ اسے MART - مینٹیئننس اینڈ ریلیور تھریپ کہا جاتا ہے۔

کیا کوئی ممکنہ ضممنی اثرات ہیں؟

یہ جاننا ضروری ہے کہ اسے تجویز کردہ مرضی کے مطابق روزانہ استعمال کرنے کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے بچے کو ریلیور انھیلر یا منہ سے سٹیرائیڈ گولیوں کے دوبارہ نسخے کی ضرورت کا امکان کم ہے جس کا مطلب مجموعی طور پر سٹیرائیڈ کی زیادہ مقدار بو سکتی ہے۔

کچھ ضممنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں:

ڈگلے میں خراش، کھردی آواز، منہ کا انفیکشن جس سے تھرش کہتے ہیں۔

ان ضممنی اثرات سے بچنے کے طریقے:

- انھیلر کے ساتھ سبیسٹر کا استعمال
- اچھی انھیلر تکنیک کا استعمال MDI
- انھیلر استعمال کرنے کے بعد اپنے بچے کے منہ کو باپر نکالیں اور ان کے دانت صاف کریں۔
- آپ کے بچے کے دمہ کی جائیزت میں بھیشہ اس کے قد اور وزن کی پیمائش کی جائے گ۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ مقدار میں سانس لینے والے سٹیرائیڈ کے طویل مدتی استعمال اور ترقی میں کمی کے درمیان ایک چھوٹا سا ربط ہے۔





یہ علاج کا ایک مخصوص طریقہ ہے جو روک تھام کرنے والے اور ریلیور کو یکجا کرتا ہے۔

- آپ کے بچے کو 'MART' (میٹھیننس اینڈ ریلیور تھراپی) کے نام سے ایک مخصوص طریقہ تجویز کیا جا سکتا ہے، جس میں روک تھام کرنے والا اور ریلیور بوتا ہے۔
- آپ کے بچے کو اپنا MART انہیلر روزانہ لینا چاہیے، یہاں تک کہ جب وہ ٹھیک محسوس کرے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ ایئر ویز کی سوژش کو روکنے کے لیے پس منظر میں کام کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔
- جب آپ کا بچہ MART کے طریقہ کار پر بوتا ہے، تو آپ کے بچے کو بندگامی علامات کے لیے ریلیور انہیلر کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ جب علامات خراب بوجائیں، تو آپ کے بچے کو اپنے مخصوص MART ایکشن پلان کے مطابق، اپنے انہیلر کی خوارک میں اضافہ کرنا چاہیے۔
- کے اندر جائے زہ لینے کے لیے آمادہ کرتی ہیں۔ (AMBER ZONE) ایکشن پلان آپ کو بتائی گا کہ روزانہ کتنی اضافی انہیلر خوارکیں استعمال کرنے کے لیے محفوظ ہیں (گرین زون)، اور کتنی خوارکیں آپ کو صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور کے ساتھ 24 گھنٹے MART کیا کوئی ممکنہ ضممنی اثرات ہیں؟
- آپ کے بچے کے پاس ابھی بھی نیلے رنگ کا ریلیور انہیلر دستیاب ہونا چاہیے اگر وہ اپنے MART دمہ کے انتظام کے منصوبے کے حصے میں چلا گیا ہے اور اسے فوری جائے زہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔
- یہ جاننا ضروری ہے کہ اسے روزانہ تجویز کردہ مرضی کے مطابق استعمال کرنے کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو ریلیور انہیلر یا منہ سے سٹیرائیڈ گولیوں کے دوبارہ نسخے کی ضرورت کا امکان کم ہے جس کا مطلب ہے سٹیرائیڈز کی زیادہ مقدار۔

- 0 کچھ ضممنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں:
 - 0 ٹکلے میں خراش، کھردri آواز، منہ کا انفیکشن جسے تھرش کہتے ہیں۔
 - 0 ان ضممنی اثرات سے بچنے کے طریقے:
 - 0 اچھی انہیلر تکنیک کا استعمال
 - 0 انہیلر استعمال کرنے کے بعد اپنے بچے کے منہ کو صاف کریں اور ان کے دانت صاف کریں۔
 - 0 آپ کے بچے کے دمہ کے جائے زہ میں بمیشہ اس کے قد اور وزن کی پیمائش کی جائے گی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ مقدار میں سانس لینے والے سٹیرائیڈز کے طویل مدتی استعمال اور ترقی میں کمی کے درمیان ایک چھوٹا سا ربط ہے۔

Singulair/Montelukast (Leukotriene Receptor Antagonists) (Risiپٹر مخالف)

کو بعض اوقات ایک اور قسم کی روک تھام کی دوا کے طور پر بھی جانا جاتا ہے۔ وہ سٹرائیڈز نہیں ہیں۔ یہ آپ کی دمہ کی معمول کی دوا میں ایک 'اضافہ' ہیں۔ LTRAs



آپ کے بچے کو (Leukotriene Receptor Antagonists) LTRAs نامی دوا تجویز کی جا سکتی ہے۔ جسم میں ان کیمیکلز کے اثرات کو روک کر کام کرتا ہے جو بوا کی نالی کو سوجن اور تنگ کرتے ہیں۔ وہ آپ کے بچے کے جسم کے ان مادوں (الرجین) کے دفعہ کو بھی کم کرتے ہیں جو اس کے دمہ کو متحرک کر سکتے ہیں۔

باقاعدگی سے LTRAs لینے سے آپ کے بچے کو دمہ کا دورہ پڑنے سے روکنے میں مدد ملے گی۔ آپ کے بچے کو LTRAs کے مکمل اثرات محسوس ہونے میں 2 بفتے لگ سکتے ہیں۔ تاہم، اگر 8 بفتے کے بعد ان کا کوئی اثر نہیں ہوا، تو LTRAs شاید ان کے لیے صحیح دوا نہیں ہے۔ اسے روکنے سے پہلے اپنے ڈاکٹر یا دمہ کی نرس سے بات کریں۔

دمہ کے دورے کے دوران گھرگھرا بیٹ یا سانس لینے میں کمی نہیں کرے گا۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیلر (Bilioslbulوٹامول انہیلر) استعمال کرنا چاہیے۔ تجویز کیا جا سکتا ہے۔ Zafirlukast کا نام Accolate ہے۔ کبھی کبھار، آپ کے بچے کو (کہا جاتا ہے) Montelukast کی سب سے عام قسم (برانڈ کا نام جسے) Singulair کے لیے LTRAs استعمال کرنا چاہیے۔

کیا کوئی ممکنہ ضممنی اثرات ہیں؟

- 0 بہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو بھ نہیں چاہتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
- 0 لینے والے بچوں کے لیے، کچھ ضممنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں LTRAs
 - § قی، چڑچڑاپن، ڈراؤنے خواب
 - § اگر آپ کے بچے کو کوئی مضر اثرات ہوتے ہیں، یا آپ کسی بھی چیز سے پریشان ہیں، تو اپنے ڈاکٹر، دمہ کی نرس یا فارماسٹ سے بات کریں۔
- 0 لینے والے نو عمر میں کے لیے، کچھ ضممنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں LTRAs
 - § باریار گلے کی سوزش، انفیکشن۔ (10 میں سے 1 لوگ اس کا تجربہ کر سکتے ہیں)
 - § متلی، اللئ، یرقان (آپ کی جلد کا پیلا ہونا یا آپ کی آنکھوں کی سفیدی)، اور عام طور پر بیمار محسوس ہونا۔ یہ جگر کے مسئلے کی علامات ہو سکتی ہیں، اور آپ کو جائزہ لینے کے لیے اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے، جس میں خون کے ٹیسٹ شامل ہیں۔
 - § فلوجیسیں علامات، بازوؤں یا ٹانگوں میں یہ حسی، سانس لینے میں دشواری اور جلد پر خارش۔ یہ ایک نایاب لیکن سنگین عارضے کی علامت ہو سکتی ہے جسے Churg-Strauss Syndrome کہتے ہیں۔ اگر آپ کسی بھی چیز کے بارے میں پریشان ہیں تو بھیشہ اپنے ڈاکٹر یا دمہ کی نرس سے بات کریں۔

تھیوفیلین ایک 'ایڈ آن' علاج یے جو آپ کے ایئر ویز میں پٹھوں کو آرام دے کر آپ کے بچے کی سانس کی تکلیف کو بہتر بنانے میں مدد کرتا ہے تاکہ بوا ان کے ذریعے آسانی سے بہہ سکے۔ وہ سٹیوائیڈز نہیں ہیں۔

- آپ کے بچے کو تھیوفیلائیں نامی دوا تجویز کی جا سکتی ہے۔ یہ ان کی معمول کی دوائی میں ایک 'اضافہ' یے اور وہ دوسرے علاج کی جگہ نہیں لیتا جو وہ لے رہے ہیں۔
- تھیوفیلائیں ایئر ویز میں پٹھوں کو آرام دے کر کام کرتی ہے تاکہ وہ کھل جائیں اور ان کے ذریعے بوا کو زیادہ آسانی سے بہنے دیں۔
- یہ بہت ضروری ہے کہ آپ کا بچہ تھیوفیلین کو باقاعدگی سے اور بالکل اسی طرح لے جیسا کہ اسے تجویز کیا گیا ہے کیونکہ اس سے اسے دمہ کے دورے سے روکنے میں مدد ملے گی۔
- آپ کے بچے کو خون کی باقاعدگی سے ٹیسٹ کی ضرورت ہو سکتی ہے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ ان کے خون میں تھیوفیلین کی سطح محفوظ سطح پر رہے۔
- تھیوفیلائیں دمہ کے دورے کے دوران گھرگھر ابڑا یا سانس لینے میں کم نہیں کرے گی۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انھیلر (بیو سلبوٹامول انھیلر) استعمال کرنا چاہیے۔
- تھیوفیلین ادویات کی 2 اقسام ہیں: 0 ایک گولی یا کیپسول جو آپ کا بچہ گھر میں لیتا ہے تاکہ ان کی دمہ کی علامات کو منظم کرنے میں مدد کی جاسکے۔ ایک بنگامی دوا جو صرف بسپتال میں براہ راست رگ میں دی جاتی ہے۔
- چونکہ برطانیہ میں تھیوفیلین کے دیگر برانڈز استعمال کیے جا رہے ہیں، اس لیے یہ یقینی بنانا ضروری ہے کہ جب یہ آپ کوئی نیا نسخہ لیں آپ کے بچے کو ایک بی برانڈ کی تھیوفیلین ملے کیونکہ ان کے جسم کے ذریعے جذب ہونے والی تھیوفیلین کی مقدار مختلف برانڈز کے درمیان مختلف ہو سکتی ہے۔
- آپ کے بچے کو تھیوفیلائیں کے مکمل اثرات محسوس ہونے میں 6 بفتے لگ سکتے ہیں۔ تابم، اگر 6 بفتون کے بعد ان کا کوئی اثر نہیں ہوا، تو تھیوفیلین شاید ان کے لیے صحیح دوا نہیں ہے۔ اسے روکنے سے پہلے اپنے ڈاکٹر یا دمہ کی نرس سے بات کریں۔
- آپ کے بچے کا کچھ طرز زندگی تھیوفیلائیں کے ساتھ تعامل کر سکتا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ ان کے خون میں تھیوفیلین کی سطح اوپر (ممکنہ طور پر نقصان دہ) یا نیچے جا سکتی ہے (لہذا یہ کام نہیں کرتا)۔ اگر آپ کا بچہ تھیوفیلین لے رہا ہے، تو یہ جاننا ضروری ہے کہ اس کے ساتھ تعامل ہو سکتا ہے۔
- الکحل، تمباکو، کیفین، سینٹ جان کی ورٹ (جڑی بوٹیوں کی دوا)، کچھ اینٹ بائیوٹکس، کچھ یہ بوشی کی دوائیں

کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟

- 0 بمآپ کے بچے کو بہتر بنانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات بوتے ہیں جو بم نہیں چاہتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
- 0 ممکنہ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتا ہے:

 - 0 گسپ درد، سونے سے قاصر ہونا، متلن، چڑچڑاپن، پیٹ خراب ہونا۔
 - 0 اگر آپ کا بچہ مندرجہ ذیل علامات میں سے کسی کا تجربہ کرتا ہے، تو براہ کرم فوری طور پر طبی امداد حاصل کریں۔
 - 0 قی، دوڑتا بوا دل، غیر معمولی تال میں آپ کے دل کی دھڑکن کا احساس، فٹ بیٹھنا، جلد پر دھبے



اگر آپ کا بچہ لمبے عرصے سے پریڈنیسولون لے رہا ہے، تو اچانک دوا بند نہ کریں، کیونکہ آپ کا بچہ بیمار ہو سکتا ہے۔ اپنے بچے کے پریڈنیسولون کو روکنے سے پہلے اس کے ڈاکٹر سے بمیشہ بات کریں۔

- آپ کے بچے کو Prednisolone نامی دوا تجویز کی جا سکتی ہے۔ یہ دواوں کے خاندان سے یہ جسے سٹیرائیڈز کہا جاتا ہے۔ پیشہ ور کھلاڑیوں کے بارے میں پڑھتے وقت آپ نے سٹیرائیڈز کے بارے میں سنا ہوگا۔ سٹیرائیڈز آپ کو مضبوط بنا سکتے ہیں لیکن چھوٹی مقدار میں سٹیرائیڈز دمہ کی علامات کو کم کرنے کے لیے استعمال کی جاتے ہیں۔
- دمہ کی شکار بہت سے لوگوں کو دمہ کے دوران سٹیرائیڈز (پریڈنیسولون) کے مختصر کورسز لینے کی ضرورت ہوگی۔
- تابم، شدید دمہ میں متلا افراد کی ایک چھوٹی سی تعداد کو باقاعدگی سے اور طویل عرصے تک پریڈنیسولون لینے کی ضرورت پڑسکتی ہے تاکہ سانس کی نالیوں میں سوزش کو پرسکون اور روک کر دمہ کے حملوں کو روکنے میں مدد مل سکے۔
- آپ کے بچے کو دی جانے والی پریڈنیسولون کے کورس کی خوراک اور طوالت کا انحصار آپ کے بچے کی عمر، اس کے ایئر ویزک علاج کے لیے کیسا ردعمل بوتا ہے اور علامات کا انتظام کیسے کیا جاتا ہے۔
- آپ کے بچے کا ڈاکٹر بمیشہ کم سے کم خوراک کا استعمال کرتے ہوئے ان کے دمہ کا انتظام کرنے کی کوشش کرے گا۔ وہ دوسرا دوائیں تجویز کرنے پر بھی غور کر سکتے ہیں جنہیں 'سٹیرائیڈ اسپیئرنس' ادویات کہا جاتا ہے تاکہ طویل مدتی پریڈنیسولون کی ضرورت کو کم کیا جا سکے، یا ضمنی اثرات کے خطرے کو کم کرنے کے لیے خوراک کو ممکنہ حد تک کم رکھا جائے۔
- تجویز کے مطابق لیا جائے اور یہ کہ آپ کا بچہ روزانہ روک تھام کرنے والا انھیلر لینا جاری رکھے۔ prednisolone پر دمہ کی دیگر ادویات کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ضروری ہے کہ Prednisolone اگر آپ کا بچہ طویل عرصے سے پریڈنیسولون لے رہا ہے، تو براہ کرم اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کیے بغیر اچانک دوا بند نہ کریں، کیونکہ وہ بیمار ہو سکتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ سٹیرائیڈ ان کے جسم کے قدرتی سٹیرائیڈ بارمونز کو مختصر وقت کے لیے بننے سے روک سکتا ہے۔
- اگر آپ کے بچے کا ڈاکٹر prednisolone کو روکنے کا فیصلہ کرتا ہے، تو وہ اسے مکمل طور پر روکنے سے پہلے خوراک کو بتدریج کم کر دیں گے۔ یقینی بنائیں کہ آپ ڈاکٹر کی بداعیات پر عمل کرتے ہیں۔
- آپ کا بچہ سٹیرائیڈ علاج اور وارننگ کارڈ لے کر جا سکتا ہے۔ یہ ان کے ممکنہ ضمنی اثرات کے بارے میں ایک یاد دبائی کے ساتھ ساتھ صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور افراد کے لیے ایک انتباہ کا کام کرتا ہے۔

کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟

- جب آپ کا بچہ طویل مدتی پریڈنیسولون پر بوتا ہے تو اس کے مضر اثرات بونے کا زیادہ امکان بوتا ہے۔
- ضممنی اثرات کے بارے میں سوچنا پریشان کن ہو سکتا ہے لیکن یاد رکھیں کہ آپ کا ڈاکٹر صرف اس وقت پریڈنیسولون تجویز کرے گا جب آپ کے بچے کو جان لیوا دمہ کے حملوں سے روکنا ضروری ہو کیونکہ دمہ کے حملے جان لے سکتے ہیں۔
- ممکنہ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتا ہے:

 - بھوک بڑھنے کی وجہ سے وزن میں اضافہ۔
 - نشوونما اور بلوغت کو متاثر کرتا ہے۔ لڑکیوں میں، یہ جسم کے بالوں کی نشوونما اور فاسد مابواری کا سبب بن سکتا ہے۔
 - کم مدافعتی نظام، مطلب شدید انفیکشن کا خطرہ۔ اگر آپ کے بچے کو یہ بیماریاں نہیں ہیں یا خسرہ کی ویکسین نہیں لگائی گئی ہے تو اسے چکن پاکس، شنگلز، خسرہ جیسے انفیکشن والے کسی سے دور رہنا چاہیے۔
 - ان کی جلد پتلی ہو سکتی ہے اور معمول سے آبستہ ٹھیک ہو سکتی ہے۔ دھیے (مہاسے) خراب ہو سکتے ہیں، اور مرنے کے السر یا تھرش (زبانی فنگل انفیکشن) پیدا ہو سکتے ہیں۔
 - انہیں نیند آئے، مود میں تبدیلی، پیٹ میں درد یا سینے کی جلن ہو سکتی ہے۔

دمہ کی نئی دوائیں بیس جو آپ کے بچے کے لیے یہ قابو اعتدال سے لے کر شدیدرہم میں مبتلا ہو سکتی ہیں۔ انہیں 'سٹیراڈ اسپیئرنگ' ایجنٹوں کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ (Xolair مارک نام) Mepolizumab اور (Nucala مارک نام) Omalizumab

اگر آپ کے بچے کو شدید الرجک دمہ ہے تو آپ کے بچے کو Omalizumab (برانڈ کا نام) میں مبتلا ہو سکتی ہے۔ یہ دمہ کی دوسری دوائیوں سے بالکل مختلف کام کرتے ہیں۔

- کی سرگرمی کو روک کر کام کرتا ہے جو ایئر ویز میں سوجن کو متحرک کرتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ جب آپ کا بچہ الرجک کے محرک سے ملتا ہے، تو اس کے ایئر ویز اتنے حساس نہیں ہوں گے جتنے وہ پہلے تھے اور اس لیے آپ کے بچے کے بیماریوں کا امکان کم ہوتا ہے۔ (IgE کچھ مدافعتی نظام Omalizumab کی پیداوار میں مدد کرنے سے روکتا ہے اور اس طرح بوا کی نالی کی سوجن کو کم کرتا ہے۔ eosinophils نامی مادے کو IL-5 کا استعمال اس وقت کیا جاتا ہے جب دمہ میں بوا کی نالی کی سوجن سفیدخون کے خلیات کی اعلیٰ سطح کی وجہ سے ہوتی ہے۔ eosinophils میں مدد کر سکتے ہیں تاکہ وقت کے ساتھ Mepolizumab دونوں علاج بر 2 یا 4 بفتون میں جلد کے نیچے لگائے جانے والے انجیکشن ہیں، علاج شروع کرنے سے پہلے جلد یا خون کا ٹیسٹ یہ دیکھنے کے لیے کیا جاتا ہے کہ آیا انہیں الرجک ہے۔ یہ انجیکشن اپنے معمول کے انہیل اور دوائیوں میں 'ایڈ آن' کرتے ہیں اور وہ دوسرے علاج کی جگہ نہیں لیتے جو وہ لے رہے ہیں۔ تاہم، وہ آپ کے بچے کے دمہ کی علامات کو بہتر طریقے سے سنبھالنے میں مدد کر سکتے ہیں تاکہ وقت کے ساتھ ساتھ سٹیراڈز کی دوائی کم خوراک یا کم کثرت سے لی جا سکے۔
- دمہ کے دورے کے دوران گھرگھرابت یا سانس لینے میں کمی نہیں کریں گے۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیل استعمال کرنا چاہیے۔ Omalizumab اور Mepolizumab کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟
- بہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو بہ نہیں چاہتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
- ممکنہ ضمنی اثرات کی فہرست پریشان کن لگ سکتی ہے، لیکن یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ زیادہ تر لوگ ان کا تجربہ نہیں کریں گے۔
- ممکنہ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتا ہے:

 - انجیکشن سائیڈ پر مختصر دیرپا تکلیف
 - بازوؤں اور ٹانگوں میں درد، چکر آنا، تھکاؤٹ کا احساس، جلد پر خارش، بڈیوں کا ٹوٹ جانا
 - سردی کی عام علامات، سر درد، گلے میں خراش، آپ کے کان میں درد یا تکلیف، پیٹ میں درد، متلی، الٹی اور ناک سے خون بہنا۔
 - بخار، پیٹھوں میں درد اور خارش۔ کچھ لوگوں کو یہ علامات ان کے انجیکشن لگوانے کے 1 سے 5 دن بعد ملتی ہیں۔ اگر آپ کے بچے کو ایسی علامات کا سامنا ہو تو اپنے بیلٹھ کیئر فریم کرنے والے کو مطلع کریں۔
 - ان علاجوں سے شدید الرجک رد عمل (anaphylaxis) کا ممکنہ خطرہ ہے۔ یہ پہلی خوراک کے بعد، یا کئی خوراکوں کے بعد ہو سکتا ہے۔ آپ کے بچے کے ڈاکٹر یا نرس الرجک رد عمل کی علامات کی قریب سے نگرانی کریں گے جب وہ اومالیزوماب کچھ عرصے تک لے رہے ہوں گے۔

اسپیسز آپ کے پھیپھڑوں میں دوا کی صحیح مقدار پہنچانا آسان بناتے ہیں۔



- اسپیسزز بڑے، خالی آلات ہیں جو آپ کے بچے کو دمہ کی دوا کی صحیح مقدار کو صحیح جگہ (پھیپھڑوں) تک پہنچانے میں مدد کرتے ہیں اگر وہ میٹرڈ ڈوز انھیلر (MDI) استعمال کر رہے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ ان کی علامات کا بہتر انتظام کیا گیا ہے اور اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ انہیں مجموعی طور پر کم ادویات استعمال کرنے کی ضرورت ہے۔

- سپیسز ڈیوائس کا استعمال آپ کے بچے کی دوا سے مضر اثرات کے خطرے کو کم کر سکتا ہے۔ اگر وہ سپیسز ڈیوائس س استعمال نہیں کرتے ہیں تو کچھ دوائی ان کے پھیپھڑوں کے بجائے ان کے منہ یا گلے کے پچھلے حصے میں ختم ہو سکتی ہے۔

- اسپیسز کے کئی مختلف برانڈز اور سائز ہیں جو مختلف عمر کے گروپوں میں فٹ ہوتے ہیں۔ اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ آیا آپ انھیلر اور سپیسز کو صحیح طریقے سے استعمال کر رہے ہیں، تو بہت ساری جگہیں ہیں جہاں آپ مدد کے لیے جا سکتے ہیں:

0 اپنی دمہ کی نرس سے رابطہ کریں اپنے

0 فارماسیسٹ سے بات کریں۔

0 پر معلوماتی شیئس اور ویڈیوز دیکھیں 'www.beatasthma.co.uk'

- یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے بچے کے اسپیسز کو صاف کرتے وقت بداعیات پر عمل کریں۔ اگر یہ نیا اسپیسز ہے، تو اسے پہلی بار استعمال کرنے سے پہلے، پھر مہینے میں ایک بار صاف کریں۔
- آپ کے بچے کا سپیسز کم از کم برا سال تبدیل کیا جانا چاہیے۔

بینڈبیلڈ انہیلر

- کچھ انہیلر کو اسپیسیر کے ساتھ استعمال کرنے کی ضرورت ہوتی ہے اور کچھ بینڈ بیلڈ ڈیوائیسز کے طور پر دستیاب ہوتے ہیں جن کو اسپیسیر کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔
- اس وقت بچوں کے لیے ان میں سے صرف دو دستیاب ہیں: Duoresp Spiromax inhaler اور Symbicort turbohaler. [سیکشن کے آخر میں تصویریں داخل کریں]
- بینڈبیلڈ انہیلر کو ڈرائی پاؤڈر انہیلر بھی کہا جا سکتا ہے۔
- بینڈبیلڈ انہیلر ماحول کے لیے بہتر ہیں کیونکہ انہیں کام کرنے کے لیے گرین باوس گیسون کی ضرورت نہیں ہے۔
- ان انہیلروں کو بچے کے پھیپھڑوں میں دوا پہنچانے کے لیے بڑھ چومنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ عام طور پر صرف بڑھ بچے بینڈ بیلڈ انہیلر استعمال کرنے کے لیے کافی مشکل سے سانس لینے کے قابل ہوتے ہیں۔
- یہ ضروری ہے کہ آپ کے بچے کی جانچ نہ سا پا داکٹر کے ذریعے کی جائے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ کا بچہ اپنے انہیلر کو صحیح طریقے سے استعمال کر سکتا ہے اور آپ کو صحیح انتخاب کے بارے میں مشورہ دے سکتا ہے۔
- دھمکی دوڑے کے دوران، کسی کے لیے اپنا بینڈ بیلڈ انہیلر استعمال کرنا مشکل ہو سکتا ہے کیونکہ ہو سکتا ہے وہ اچھی طرح سانس لینے کے قابل نہ ہوں۔ اس صورت میں، انہیں اپنے نیلے رنگ کے انہیلر کو سپیسیر کے ساتھ استعمال کرنا چاہیے اور طبی مدد لینا چاہیے۔
- انہیلر کے اطراف میں خوراک کے کاؤنٹر یہ دکھانے کے لیے دستیاب ہو سکتے ہیں جب انہیلر کی دوا تقریباً خالی ہو۔

