

دمہ کے علاج کے مقاصد

آپ کے بچے کو دمہ کی تشخیص ہوئی ہے، جس کا مطلب ہے کہ اس کے پھیپھڑوں (ایئر ویز) کی ٹیوبیں سوجن اور جلن ہوسکتی ہیں۔ یہ صرف کبھی کبھی ہو سکتا ہے، مثال کے طور پر جب وہ اپنے محرکات میں سے کسی کے رابطے میں آتے ہیں (جیسے سردی کا وائرس) یا وہ بروقت سوجن اور چڑچڑے 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 اہم ہے وہ یہ ہے کہ وہ اس وقت تک کام نہیں کریں گی جب تک کہ وہ انہیں صحیح طریقے سے اور باقاعدگی سے نہ لیں 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 رہنما خطوط (NICE/BTS/SIGN رہنما 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 اہم اقسام دی جاتی ہیں:

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

وہ لیا جا سکتا ہے:

- صرف اس صورت میں جب آپ کے بچے میں علامات ہوں، اگر اس کا دمہ
- باقاعدگی سے ہلکا ہے، اگر آپ کے بچے کا دمہ زیادہ پریشان کن 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:

- وہ زیادہ دیر تک نہیں چلتے (3-4 گھنٹے)
- انہیں صرف ایک ہی وقت میں روک تھام کرنے والے انہیلر کے ساتھ لیا جانا چاہیے۔ ایک ہی وقت میں ریلیور لیے بغیر، خود ہی ریلیور لینے سے، آپ کے بچے کو دمہ کا دورہ پرنے 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:

- پریونٹرانہیلر دمہ کے انتظام میں سب سے اہم انہیلر ہیں۔
- پریونٹرانہیلر میں ایئر ویز میں سوزش، سوجن اور حساسیت کو کم کرنے کے لیے سٹیرائڈز 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 انہیلر کہا جا سکتا ہے کہ وہ اسے باقاعدگی سے، روزانہ لیں، چاہے 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 وہ ٹھیک محسوس کریں کیونکہ سٹیرائڈز کی دوا 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 محرکات پر آسانی سے رد عمل ظاہر کرنے کا امکان ہے۔
- پریونٹرانہیلر، اپنے طور پر، دمہ کے دورے کے دوران گھر گھراہٹ یا سانس لینے میں کمی نہیں کریں گے۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیلر (بلیو سلیوٹامول 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 ضمنی اثرات ہیں؟
- ہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے اور جان بچانے کے لیے دوائی استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو ہم نہیں چاہتے (سائڈ ایفیکٹ)۔
- حالیہ تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ سانس کی روک تھام کی دوا کی کم خوراک لینے سے مضر اثرات کا امکان کم ہے۔
- یہ جاننا ضروری ہے کہ اسے روزانہ تجویز کردہ مرضی کے مطابق استعمال کرنے کا مطلب ہے کہ آپ کے بچے کو ریلیور انہیلر یا منہ سے سٹیرائڈ گولیوں کے دوبارہ نسخے کی ضرورت کا امکان کم ہے جس کا مطلب ہے سٹیرائڈز کی زیادہ مقدار۔
- کچھ زیادہ عام ضمنی اثرات یہ ہیں:
- § گلے میں خراش، کھردری آواز، منہ کا انفیکشن جسے تھرش کہتے ہیں۔
- § ان ضمنی اثرات سے بچنے کے طریقے:
- § انہیلر کے ساتھ سپیسر کا استعمال
- § اچھی انہیلر تکنیک کا استعمال MDI
- § اپنا انہیلر استعمال کرنے کے بعد اپنے منہ کو صاف کریں اور اپنے دانت صاف کریں۔
- § آپ کے بچے کے دمہ کے جائزے میں ہمیشہ اس کے قد اور وزن کی پیمائش کی جائے گی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ مقدار میں سانس لینے والے سٹیرائڈز کے طویل مدتی استعمال اور ترقی میں کمی کے درمیان ایک چھوٹا سا ربط ہے۔



ریلیورانہیلر - آپ کے بچے کا ایمرجنسی ریسکیو ریلیور

- ریلیور(نیلے) انہیلر میں موجود دوا کو سلیوٹامول کہتے ہیں۔
- یہ سانس لینے کی تنگ ٹیوبوں کو آرام اور کھول 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 ہمیشہ اپنے روک تھام کرنے والے انہیلر کی ایک خوراک لینا چاہیے۔ اس سے انہیلر دمہ کا دورہ روکنے میں مدد ملتی ہے۔
- اگر انہیلر اپنے ریلیور انہیلر کی ضرورت ہو۔ **بہترے میں تین بار سے زیادہ اس کا مطلب ہے کہ ان کا دمہ بھی نہیں ہے۔** جیسا کہ یہ ہو 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 اہم اقسام ہیں۔ 0
میٹروڈوز انہیلر (MDIs)، جیسے وینٹولن، ایرومیر، سلامول۔ اگر آپ کے بچے کو MDI انہیلر تجویز کیا گیا ہے، تو اسے اسپیسر کے ساتھ اس بات کو یقینی بنانے کے لیے استعمال کرنا ہوگا کہ ان کی دوا ان کے پھیپھڑوں تک پہنچ رہی ہے۔

- 0 بریتھ ایکویٹڈ انہیلر (BAIs)، جیسے Easi-breath، Airmax، Autohaler۔ ڈرائی
0 پاؤڈرانہیلر (DPIs)، جیسے Accuhaler
- 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۔
- 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 ضمنی 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 ہم نہیں چاہتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
- 0 چونکہ سلیوٹامول براہ راست پھیپھڑوں میں پہنچایا 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 ہاتھوں میں لرزش یا دوڑتے ہوئے دل کا تجربہ ہو۔



ایک امتزاج انہیلر دو قسم کی دوائیوں کو یکجا کرتا ہے (پریونٹر + ریلیور)

کمبینیشن انہیلر میں ایک انہیلر میں دو قسم کی دوائیوں ہوتی ہیں:

- ایک طویل اداکاری ریلیور اور ایک سٹیرائڈ روکنے والا
- مثالیں: Fostair یا 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 انہیلر تجویز کیا جا سکتا ہے تاکہ وہ نیلے سالبوٹامول انہیلر کے بجائے ریلیور کے طور پر استعمال کریں۔ اسے کہتے ہیں۔ AIR تھراپی جس کا مطلب اینٹی انفلامیٹری ریلیور ہے۔

• تاہم زیادہ تر بچوں کو دمہ کی علامات ہونے پر اضافی خوراک کے ساتھ دن میں دو بار کھانے کے لیے خوراک تجویز کی جائے گی۔ اسے MART - مینٹیننس اینڈ ریلیور تھراپی کہا جاتا ہے۔

کیا کوئی ممکنہ ضمنی 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 انہیلر یا منہ سے سٹیرائڈ گولیوں کے دوبارہ نسخے کی ضرورت کا امکان کم ہے جس کا مطلب مجموعی طور پر سٹیرائڈز کی زیادہ مقدار ہو سکتی ہے۔
- کچھ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں:
 - § گلے میں خراش، کھردری آواز، منہ کا انفیکشن جسے تھرش کہتے ہیں۔

ان ضمنی اثرات سے بچنے کے طریقے:

- § انہیلر کے ساتھ سپیسر کا استعمال
- § اچھی انہیلر تکنیک کا استعمال MDI
- § انہیلر استعمال کرنے کے بعد اپنے بچے کے منہ کو باہر نکالیں اور ان کے دانت صاف کریں۔
- آپ کے بچے کے دمہ کے جائزے میں ہمیشہ اس کے قد اور وزن کی پیمائش کی جائے گی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ مقدار میں سانس لینے والے سٹیرائڈز 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' (مینٹیننس اینڈ ریلیور تھراپی) کے نام سے ایک مخصوص طریقہ تجویز کیا جا سکتا ہے، جس میں روک تھام کرنے والا اور ریلیور ہوتا 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 سوزش کو روکنے کے لیے پس منظر میں کام کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔
 - جب آپ کا بچہ MART کے طریقہ کار پر ہوتا ہے، تو آپ کے بچے کو ہنگامی علامات کے لیے ریلیور انہیلر کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ جب علامات خراب ہو جائیں، تو آپ کے بچے کو اپنے مخصوص MART ایکشن پلان کے مطابق، اپنے MART انہیلر کی خوراک میں اضافہ کرنا چاہیے۔
 - کے اندر جائزہ لینے کے لیے آمادہ کرتی ہیں۔) AMBER ZONE (ایکشن پلان آپ کو بتائے گا کہ روزانہ کتنی اضافی انہیلر خوراکیں استعمال کرنے کے لیے محفوظ ہیں (گرین زون)، اور کتنی خوراکیں آپ کو صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور کے ساتھ 24 گھنٹے MART
 - 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 RED حصے میں چلا گیا ہے اور اسے فوری جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔
 - کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟ 0
- 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 سٹیرائڈ گولیوں کے دوبارہ نسخے کی ضرورت کا امکان کم ہے جس کا مطلب ہے سٹیرائڈز کی زیادہ مقدار۔
- 0 کچھ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں:
 - § گلے میں خراش، کھردری آواز، منہ کا انفیکشن جسے تھرش کہتے ہیں۔
 - 0 ان ضمنی اثرات سے بچنے کے طریقے:
 - § اچھی انہیلر تکنیک کا استعمال
 - § 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 جائزے میں ہمیشہ اس کے قد اور وزن کی پیمائش کی جائے گی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ مقدار میں سانس لینے والے سٹیرائڈز کے طویل مدتی استعمال اور ترقی میں کمی کے درمیان ایک چھوٹا سا ربط ہے۔

LTRAs (ریسیپٹر مخالف Leukotriene) (Singular/Montelukast)

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



- آپ کے بچے کو ('LTRAs) Leukotriene Receptor Antagonists نامی دوا تجویز کی جا سکتی ہے۔
- جسم میں ان کیمیکلز کے اثرات کو روک کر کام کرتا ہے جو ہوا کی نالی کو سوجن اور تنگ کرتے ہیں۔ وہ آپ کے بچے کے جسم کے ان مادوں (الرجین) کے ردعمل کو بھی کم کرتے ہیں جو اس کے دمہ کو متحرک کر سکتے ہیں۔ LTRAs
- 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 ہفتے لگ سکتے ہیں۔ تاہم، اگر 8 ہفتوں 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 گھبراہٹ یا سانس لینے میں کمی نہیں کرے گا۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیلر (بلیوسلبوٹامول انہیلر) استعمال کرنا چاہیے۔ LTRAs
- تجویز کیا جا سکتا ہے۔ (Accolate برانڈ کا نام) Zafirlukast ہے۔ کبھی کبھار، آپ کے بچے کو (Singular یا Montelukast نام جسے) LTRAs کی سب سے عام قسم LTRA

کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟

- ہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو ہم نہیں چاہتے (سائیڈ ایفیکٹ)۔
- لینے والے بچوں کے لیے، کچھ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں LTRAs
 - § قے، 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 فارماسسٹ سے بات کریں۔
- لینے والے نوعمروں کے لیے، کچھ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتے ہیں LTRAs
 - § باربار گلے کی سوزش، انفیکشن۔ (10 میں سے 1 لوگ اس کا تجربہ کر سکتے ہیں)
 - § متلی، الٹی، 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۔
 - § فلوجیسی علامات، بازوؤں یا ٹانگوں میں بے 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 ہمیشہ اپنے ڈاکٹر یا دمہ کی نرس سے بات کریں۔

تھیوفیلین ایک 'ایڈ آن' علاج ہے 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 ہوا ان کے ذریعے آسانی سے بہہ سکے۔ وہ سٹیرائڈز نہیں ہیں۔

- آپ کے بچے کو تھیوفیلائن نامی دوا تجویز کی جا سکتی ہے۔ یہ ان کی معمول کی دوائی میں ایک 'اضافہ' ہے اور وہ دوسرے علاج کی جگہ نہیں لیتا جو وہ لے رہے ہیں۔
- تھیوفیلائن ایئر ویز میں پٹھوں کو آرام دے کر کام کرتی ہے تاکہ وہ کھل جائیں اور ان کے ذریعے ہوا 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 کے 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۔
- تھیوفیلائن دمہ کے دورے کے دوران گھر گھراہٹ یا سانس لینے میں کمی نہیں کرے گی۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیلر (بلیو سلبوٹامول انہیلر) 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 ہنگامی دوا جو صرف ہسپتال 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 بھی آپ کوئی نیا نسخہ لیں آپ کے بچے کو ایک ہی 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 تھیوفیلائن کے مکمل اثرات محسوس ہونے میں 6 ہفتے لگ سکتے ہیں۔ تاہم، اگر 6 ہفتوں 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 تھیوفیلائن 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 اینٹی بائیوٹکس، کچھ بے ہوشی کی دوائیں

کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟

- 0 ہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے کے لیے دوائیں استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو ہم نہیں چاہتے (سائڈ ایفیکٹ)۔
- 0 ممکنہ ضمنی اثرات میں شامل ہو سکتا ہے:
- 5 سر درد، سونے سے قاصر ہونا، متلی، 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۔
- 5 قے، دوڑتا ہوا 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 ہمیشہ بات کریں۔

- آپ کے بچے کو Prednisolone نامی دوا تجویز کی جا سکتی ہے۔ یہ دواؤں کے خاندان سے ہے جسے سٹیرائڈز کہا جاتا ہے۔ پیشہ ور کھلاڑیوں کے بارے میں پڑھتے وقت آپ نے سٹیرائڈز کے بارے میں سنا ہوگا۔ سٹیرائڈز آپ کو مضبوط بنا سکتے ہیں لیکن چھوٹی مقدار میں سٹیرائڈز دمہ کی علامات کو کم کرنے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔
- دمہ کے شکار بہت سے لوگوں کو دمہ کے دورے کے دوران سٹیرائڈز (پریڈنیسولون) کے مختصر کورسز لینے کی ضرورت ہوگی۔
- تاہم، شدید دمہ میں مبتلا 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 ویزکے علاج کے لیے کیسا ردعمل ہوتا ہے اور علامات کا انتظام کیسے کیا جاتا ہے۔
- آپ کے بچے کا ڈاکٹر ہمیشہ کم سے کم خوراک کا استعمال کرتے ہوئے ان کے دمہ کا انتظام کرنے کی کوشش کرے گا۔ وہ دوسری دوائیں تجویز کرنے پر بھی غور کر سکتے ہیں جنہیں 'سٹیرائڈ اسپیئرنگ' 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 اینہیلر لینا جاری رکھے۔ prednisolone عام طور 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 سٹیرائڈ ان کے جسم کے قدرتی سٹیرائڈ ہارمونز 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 ہدایات پر عمل کرتے ہیں۔
- آپ کا بچہ سٹیرائڈ علاج اور وارننگ کارڈ لے کر جا سکتا ہے۔ یہ ان کے لیے ممکنہ ضمنی اثرات کے بارے میں ایک یاد دہانی 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؟

- 0 جب آپ کا بچہ طویل مدتی پریڈنیسولون پر ہوتا ہے تو اس کے مضر اثرات ہونے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔
- 0 ضمنی 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۔
- 0 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، شینگلز، خسرہ جیسے انفیکشن والے کسی سے دور رہنا چاہیے۔
 - § ان کی جلد پتلی ہو سکتی ہے اور معمول سے آہستہ ٹھیک ہو سکتی ہے۔ دھبے (مہاسے) خراب ہو سکتے ہیں، اور منہ کے السر یا تھرش (زبانی فنگل انفیکشن) پیدا ہو سکتے ہیں۔
 - § انہیں نیند آنے، موڈ میں تبدیلی، پیٹ میں درد یا سینے کی جلن ہو سکتی ہے۔

دمہ کی نئی دوائی ہیں جو آپ کے بچے کے لیے بے قابو اعتدال سے لے کر شدید دمہ میں مبتلا ہو سکتی ہیں۔ انہیں 'سٹیرائڈ اسپیئرنگ' ایجنٹوں کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ (Nuca) برانڈ کا نام (Mepolizumab اور Xolair) برانڈ کا نام (Omalizumab)

- اگر آپ کے بچے کو شدید الرجک دمہ ہے تو آپ کے بچے کو Omalizumab (برانڈ نام Xolair) یا Mepolizumab (برانڈ نام Nucala) نامی دوا تجویز کی جا 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 الرجی 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 بیمار ہونے کا امکان کم ہوتا ہے۔ (IgE) کچھ مدافعتی نظام Omalizumab
- کی پیداوار میں مدد کرنے سے روکتا ہے اور اس طرح ہوا کی نالی کی سوجن کو کم کرتا ہے۔ eosinophils نامی مادے کو Mepolizumab نامی سفید خون کے خلیات کی اعلیٰ سطح کی وجہ سے ہوتی ہے۔ eosinophils کا استعمال اس وقت کیا جاتا ہے جب دمہ میں ہوا کی نالی کی سوجن Mepolizumab
- دونوں علاج پر 2 یا 4 ہفتوں 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 الرجی ہے۔
- یہ انجیکشن اپنے معمول کے انہیلر 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 سٹیرائڈز کی دوائی کم خوراک یا کم کثرت سے لی جا سکے۔
- دمہ کے دورے کے دوران گھر گھراہٹ یا سانس لینے میں کمی نہیں کریں گے۔ آپ کے بچے کو اس کے لیے اپنا 'ریلیور' انہیلر استعمال کرنا چاہیے۔ Omalizumab اور Mepolizumab
- کیا کوئی ممکنہ ضمنی اثرات ہیں؟
- ہم آپ کے بچے کو بہتر بنانے کے لیے دوائی استعمال کرتے ہیں، لیکن بعض اوقات ان کے دوسرے اثرات ہوتے ہیں جو ہم نہیں چاہتے (سائڈ 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 سائٹ پر مختصر دیرپا تکلیف
 - § بازوؤں اور ٹانگوں میں درد، چکر آنا، تھکاوٹ کا احساس، جلد پر خارش، ہڈیوں کا ٹوٹ جانا
 - § سردی کی عام علامات، سر درد، گلے میں خارش، آپ کے کان میں درد یا تکلیف، پیٹ میں درد، متلی، الٹی اور ناک سے خون بہنا۔
 - § بخار، پٹھوں 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 ہیلتھ کیئر فراہم کرنے والے کو مطلع کریں۔
- ان علاجوں سے شدید الرجک رد عمل (anaphylaxis) کا ممکنہ خطرہ ہے۔ یہ پہلی خوراک کے بعد، یا کئی خوراکیوں 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۔

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



- اسپیسرز 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 انہیلر (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۔
- اسپیسر ڈیوائس کا استعمال آپ کے بچے کی دوا سے مضر اثرات کے خطرے کو کم کر سکتا ہے۔ اگر وہ اسپیسر ڈیوائس 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۔
- اسپیسر کے کئی مختلف برانڈز اور سائز ہیں جو مختلف انہیلر اور مختلف عمر کے گروپوں میں فٹ ہوتے ہیں۔ اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ آیا آپ انہیلر اور اسپیسر کو صحیح طریقے سے استعمال کر رہے ہیں، تو بہت ساری جگہیں ہیں جہاں آپ مدد کے لیے جا سکتے ہیں:
 - اپنی دمہ کی نرس سے رابطہ کریں اپنے
 - فارماسسٹ سے بات کریں۔
 - پر معلوماتی شیٹس اور ویڈیوز دیکھیں۔ 'www.beatasthma.co.uk'
- یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے بچے کے اسپیسر کو صاف کرتے وقت ہدایات پر عمل کریں۔ اگر یہ نیا اسپیسر ہے، تو اسے پہلی بار استعمال کرنے سے پہلے، پھر مہینے میں ایک بار صاف کریں۔
- آپ کے بچے کا اسپیسر کم از کم ہر سال تبدیل کیا جانا چاہیے۔

بینڈ بیلڈ انہیلر

- کچھ انہیلر کو اسپیسر کے ساتھ استعمال کرنے کی ضرورت ہوتی ہے اور کچھ بینڈ بیلڈ ڈیوائسز کے طور پر دستیاب ہوتے ہیں جن کو اسپیسر کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔
- اس وقت بچوں کے لیے ان میں سے صرف دو دستیاب ہیں: Symbicort turbobaler اور Duoresp Spiromax inhaler۔ [سیکشن کے آخر میں تصویریں داخل کریں]
- بینڈ بیلڈ انہیلر کو ڈرائی پاؤڈر انہیلر بھی کہا جا سکتا ہے۔
- بینڈ بیلڈ انہیلر ماحول کے لیے بہتر ہیں کیونکہ انہیں کام کرنے کے لیے گرین ہاؤس گیسوں کی ضرورت نہیں ہے۔
- ان انہیلروں کو بچے کے پھیپھڑوں میں دوا پہنچانے کے لیے بڑے چوسنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ عام طور پر صرف بڑے 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 نرس یا ڈاکٹر 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۔
- دمہ کے دورے کے دوران، کسی کے لیے اپنا بینڈ بیلڈ انہیلر استعمال کرنا مشکل ہو سکتا ہے کیونکہ وہ چھوٹا ہو سکتا ہے اور اچھی طرح سانس لینے کے قابل نہ ہوں۔ اس صورت میں، انہیں اپنے نیلے رنگ کے انہیلر کو اسپیسر 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۔

