

यदि आप कुछ ऐसे दुष्प्रभावों का अनुभव करते हैं जो इस सारणी में नहीं दिए गए हैं तो उनके बारे में अपने चिकित्सक से चर्चा करें।

एंटीसाइकोटिक दवाइयों के कारण पैदा होने वाले दुष्प्रभावों पर जानकारी उपलब्ध कराने में फार्मासिस्ट और औषधि विशेषज्ञ भी सहायक हो सकते हैं; तथापि दवा में कोई भी परिवर्तन आपके चिकित्सक द्वारा ही किया जाना चाहिए।

सहायता और देखभाल के लिए मित्र और परिवार महत्वपूर्ण होते हैं लेकिन उनके पास आपके सवालों का शायद सही जवाब न हो। प्रत्येक रोगी दूसरे रोगी से अलग होता है। इसलिए, इंटरनेट पर उपलब्ध सभी सूचना आपकी बीमारी के बारे में सही व विशिष्ट नहीं होती है।

अपने लक्षणों और दवा से होने वाले दुष्प्रभावों का रिकॉर्ड रखें। जब आप अपने चिकित्सक से मिलने जाएं तो उन नोट्स को अपने साथ ले जाएं। आपकी एंटीसाइकोटिक दवा आप पर किस तरह से काम कर रही है, यदि आप इस बारे में और अधिक जानकारी चाहते/चाहती हैं तो अपने चिकित्सक से पूछें।

मेडीमेट ब्रोशर, जो बहुत सी भाषाओं में उपलब्ध है, आपके लिए अपने चिकित्सक के साथ मिलकर एंटीसाइकोटिक दवाइयों या अन्य दवाइयों को समझने और प्रयोग करने में सहायक हो सकता है। यह ब्रोशर और अन्य उपयोगी सूचना नेशनल प्रेसक्राइबिंग सर्विस मेडिसिनवाइज (एनपीएस) वेबसाइट पर उपलब्ध हैं:

www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines.

एंटीसाइकोटिक दवाइयों को लेने के बारे में मुझे और क्या जानना चाहिए?

अपने सामान्य शारीरिक स्वास्थ्य के निरीक्षण के लिए अपने चिकित्सक से कम से कम छः माह में एक बार अवश्य मिलें। आप को अत्यधिक गर्म और आद्र मौसम से बचने की कोशिश करनी चाहिए। एंटीसाइकोटिक दवाइयां अत्यधिक गर्म तापमान के साथ तालमेल बैठाने में आपके शरीर की क्षमता को प्रभावित कर सकती हैं।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां लेने के दौरान आपको शराब (वाइन, बीयर, और स्प्रिट्स कॉकटेल के समित) पीने से भी परहेज करना चाहिए। एंटीसाइकोटिक दवाइयां शराब के प्रभाव को बढ़ा सकती हैं।

सिगरेट पीना भी आपकी एंटीसाइकोटिक दवाइयों को प्रभावित कर सकता है। यदि आप सिगरेट पीते/पीती हैं तो आपको अपने चिकित्सक से बात करनी चाहिए। यह बहुत जरूरी है कि आपके चिकित्सक को आपके द्वारा पी जाने वाली सिगरेटों की मात्रा में किसी भी परिवर्तन की जानकारी हो।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां लेने के दौरान आपको अन्य कोई ड्रग्स (उदाहरण के लिए भांग, एम्फीटामीन या इंजेक्शन के द्वारा ली जाने वाली ड्रग्स) लेने से भी परहेज करना चाहिए। अन्य ड्रग्स आपके लक्षणों को और खराब कर सकती हैं।

यदि आप बच्चा पैदा करने की योजना बना रही हैं तो आपको अपने चिकित्सक से बात करने की आवश्यकता है। यदि आप पहले से ही गर्भवती हैं तो आपको तत्काल अपने चिकित्सक से संपर्क करने की आवश्यकता है। यदि आप एंटीसाइकोटिक दवाइयां लेने के दौरान बच्चों को स्तनपान करा रही हैं तो भी आपको अपने चिकित्सक को बताना चाहिए।

अपनी एंटीसाइकोटिक दवाइयों को किसी अन्य के साथ साझा न करें। आपकी दवाइयां आप के लक्षणों के लिए निर्धारित की गई हैं और जो आपके चिकित्सा इतिहास के लिए उपयुक्त हैं। किसी अन्य के लिए एंटीसाइकोटिक दवाइयां हानिकारक हो सकती हैं। यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति को जानते/जानती हैं, जिसके लक्षण आपके लक्षणों के समान प्रतीत होते हैं तो उन्हें किसी चिकित्सक से मिलने के लिए प्रोत्साहित करें।

यदि मुझे अंग्रेजी बोलने में मदद की आवश्यकता है तो क्या करना चाहिए?

यदि आपको अपने चिकित्सक या फार्मासिस्ट के साथ बातचीत में कठिनाई होती है तो किसी दुभाषिण के लिए कहें। किसी पारिवारिक सदस्य या मित्र के बजाए किसी व्यावसायिक दुभाषिण का प्रयोग किया जाना चाहिए। वे चिकित्सा संबंधी शब्दों को समझने में प्रशिक्षित होते हैं और उनसे सूचना को गोपनीय रखने की अपेक्षा की जाती है।

आपका चिकित्सक या फार्मासिस्ट ट्रांसलेटिंग एंड इंटरप्रेटिंग सर्विस (टीआईएस) को 131 450 पर कॉल कर सकते हैं। यह सेवा निशुल्क है और सप्ताह में सातों दिन, चौबीसों घंटे उपलब्ध है।

इस सूचना-पुस्तिका में केवल सामान्य जानकारी शामिल है और इसमें दवाओं के सभी ब्रांड के नाम या सभी संभावित अनुबंधी प्रभाव शामिल नहीं हैं।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां क्या होती हैं?

एंटीसाइकोटिक दवाइयां वे होती हैं जिन्हें साइकोटिक बीमारियां कहे जाने वाली मानसिक बीमारियों की किस्मों के उपचार के लिए प्रयोग किया जाता है।

साइकोटिक बीमारियां क्या होती हैं?

साइकोटिक बीमारियां वे मानसिक बीमारियां होती हैं जो लोगों के सोचने, महसूस करने और व्यवहार के तरीके को प्रभावित करती हैं। साइकोटिक बीमारियों से ग्रस्त लोगों को, जो वास्तव में हो रहा है और जो वास्तव में नहीं हो रहा है, इसकी पहचान करने में समस्याएं हो सकती हैं। साइकोटिक बीमारियों के लक्षण विभिन्न मानसिक विकारों के रूप में प्रकट होते हैं जिनमें बाइपोलर विकार, अवसाद, मनोविकृति जो अवैध ड्रग्स के प्रयोग से संबंधित हैं और सिजोफ्रेनिया शामिल हैं।

साइकोटिक बीमारियों से ग्रस्त लोगों में निम्नलिखित में से कोई भी लक्षण हो सकते हैं:

- हैल्यूसिनेशन (मतिभ्रम): हैल्यूसिनेशन से ग्रस्त लोग ऐसी चीजों को देखते, सुनते, महसूस करते, संघते या चखते हैं जो वास्तव में होती ही नहीं हैं। हैल्यूसिनेशन का एक उदाहरण ऐसी आवाजों का सुनाई पड़ना है जो किसी और को सुनाई न पड़ती हों।
- डिल्यूजन (भ्रम): डिल्यूजन का अनुभव करने वाला व्यक्ति ऐसी चीजों को मानता है जो सच नहीं हैं। उदाहरण के लिए, वह व्यक्ति यह मान सकता है कि कोई दूसरा व्यक्ति उसके विचारों को पढ़ रहा है।
- अत्यवस्थित विचार: अत्यवस्थित विचारों वाला व्यक्ति सम्भवतः सही तरह से सोचने में समर्थ नहीं होता है।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां इन लक्षणों को नियंत्रित रखने में मदद कर सकती हैं।

एंटीसाइकोटिक दवाइयों की क्या किस्में होती हैं?

एंटीसाइकोटिक दवाइयों की दो मुख्य किस्में होती हैं:

1. सामान्य: ये दवाइयां पुरानी एंटीसाइकोटिक दवाइयां हैं।
2. असामान्य: ये दवाइयां नई एंटीसाइकोटिक दवाइयां हैं।

आप के लिए कौन सी किस्म की एंटीसाइकोटिक दवा सबसे अच्छी रहेगी, यह निर्णय लेने के लिए आपका चिकित्सक आपसे बात करेगा।

एंटीसाइकोटिक दवाइयों के उदाहरण:

सामान्य एंटीसाइकोटिक दवाइयां

| | |
|-------------------|-------------------------------------------------|
| क्लोरोप्रोमैज़िन | (लागॉकिल TM) |
| फ्लूपेथिक्सांल | (फ्लॉक्सॉल TM) |
| फ्लूफेनाज़िन | (मोडीकेट TM) |
| हैलोपेरीडॉल | (सेरीनेस TM , हैलडॉल TM) |
| ट्राइफ्लोपेराज़िन | (स्टेलाज़िन TM) |
| ज़ूक्लोपेथिक्सांल | (क्लोपिक्सांल TM) |

असामान्य एंटीसाइकोटिक दवाइयां

| | |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------|
| एमीसल्प्राइड | (सोलियन TM) |
| एरीपिप्राज़ॉल | (एबीलीफाई TM) |
| क्लोजापीन | (क्लोपीन TM , क्लोजारिल TM , क्लोसिन TM) |
| ओलेंजापीन | (जाइप्रेक्सा TM) |
| पेलीपेरीडोन | (इनवेगा TM) |
| क्वेटियापीन | (सीरोक्वेल TM) |
| रिसपेरीडोन | (रिसपेरेडाल TM) |
| जिप्रासिडोन | (जेलडोक्स TM) |

मेरे लिए एंटीसाइकोटिक दवाइयां निर्धारित करने के लिए मेरे चिकित्सक को क्या जानना जरूरी है?

अपने लक्षणों और चिकित्सा इतिहास के बारे में, और आप कितना धूमपान करते/करती हैं और शराब का कितना सेवन करते/करती हैं, और क्या आप कोई अवैध ड्रग लेते/लेती हैं, इन सब के बारे में अपने चिकित्सक को यथा संभव अधिक से अधिक जानकारी दें। आपको जो भी बीमारी है और जो पहले रह चुकी है, जैसे हृदय रोग, या अन्य कोई दवाइयां जो आप ले रहे/रही हैं, इन सब के बारे में आपके चिकित्सक को पता होना महत्वपूर्ण है।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां किस तरह काम करती हैं?

आपका मस्तिष्क ऐसे प्राकृतिक रसायन बनाता है जो आपके मस्तिष्क के काम करने के लिए महत्वपूर्ण होते हैं। साइकोटिक बीमारियों से ग्रस्त लोगों में मस्तिष्क के रसायनों की मात्रा में असंतुलन हो सकता है। एंटीसाइकोटिक दवाइयां इन मस्तिष्क रसायनों की स्वस्थ मात्रा और संतुलन को बहाल करने में मदद करती हैं।

मुझे एंटीसाइकोटिक दवाइयां किस प्रकार लेनी चाहिए?

आपके लिए दवाइयां लेने का सबसे अच्छा तरीका क्या हो सकता है, इसके बारे में आपके चिकित्सक आपसे बात करेंगे। अधिकांश एंटीसाइकोटिक दवाइयां गोलियों के रूप में होती हैं। यदि आप एंटीसाइकोटिक दवाइयां गोलियों के रूप में ले रहे/रही हैं तो आपको अपनी दवाइयां रोजाना लेने की आवश्यकता होगी।

कुछ एंटीसाइकोटिक दवाइयां इंजेक्शनों के रूप में दी जाती हैं। इंजेक्शन के द्वारा दवा को आपके शरीर के अंदर धीरे-धीरे प्रवेश कराया जाता है।

आपके लिए दिन में दवाइयां लेने का सबसे अच्छा समय क्या होगा, इस बारे में आपका चिकित्सक आप से बात करेगा। अपनी दवाइयों को लेना याद रखने में सहायता के लिए नियमित दिनचर्या महत्वपूर्ण है। उदाहरण के लिए, आपके लिए अपनी दवाइयों का सेवन सदैव शाम के समय दांतों को ब्रश करने के बाद या सोने के लिए जाने से पहले करना सहायक हो सकता है।

मैं दवाइयों की कितनी मात्रा लूंगा/लूंगी?

आपका चिकित्सक आपको बताएगा कि आप एंटीसाइकोटिक दवा की कितनी खुराक लें। आपको अपनी दवा की सही खुराक लेनी चाहिए। आप दवाइयों की जो खुराक लेते/लेती हैं उसमें परिवर्तन न करें।

यदि मैं अपनी दवाई लेना भूल जाऊं तो क्या होगा?

यदि आप अपनी एंटीसाइकोटिक दवा लेना भूल गए हैं तो आपको केवल उस परिस्थिति में ही अपनी दवा लेनी चाहिए जब आपको दवा लेने के सामान्य समय के कुछ ही घंटों के अंदर इसे लेना याद आ जाए।

यदि आपको अपनी एंटीसाइकोटिक दवा के सामान्य समय के कुछ घंटों के अंदर अपनी दवा लेना याद नहीं आता है तो अगली खुराक लेने के समय तक इंतजार करें और केवल सामान्य मात्रा या खुराक लें। मात्रा को दोगुना करके उसकी भरपायी करने की कोशिश न करें।

यदि मुझे अच्छा महसूस होना शुरू हो जाता है तो क्या मैं अपनी दवाइयां लेना बंद कर सकता/सकती हूँ?

यदि आपको अच्छा महसूस होना शुरू हो जाता है तो आपको अपने चिकित्सक से बात करनी चाहिए। अपने चिकित्सक से बात कर लेने तक अपनी दवा की निर्धारित खुराक लेना जारी रखें। अपने चिकित्सक से बात किए बिना ली जा रही दवा को लेना बंद न करें और न ही दवा की खुराक को बदलें।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां लेने वाले बहुत से लोग खुद को ठीक बनाए रखना सुनिश्चित करने के लिए उन दवाइयों को महीनों या वर्षों तक लेना जारी रखते हैं।

यदि आपको अपनी एंटीसाइकोटिक दवा के बारे में कोई चिंता है तो आपको अपने चिकित्सक से बात करनी चाहिए।

एंटीसाइकोटिक दवाइयां कितने समय में काम करना शुरू कर देती हैं?

कुछ लोगों को एंटीसाइकोटिक दवा शुरू करने के बाद एक ही सप्ताह के अंदर अपने कुछ लक्षणों में सुधार होने लगेगा। तथापि, दवा के प्रभावी तरह से काम करने में छः सप्ताहों से कई महीनों के बीच का समय लग सकता है।

क्या मैं एंटीसाइकोटिक दवाइयों के साथ अन्य दवाइयां ले सकता/सकती हूँ?

एंटीसाइकोटिक दवाइयां अन्य दवाइयों के काम करने के तरीके को प्रभावित कर सकती हैं। आप अन्य जो भी दवाइयां लेते/लेती हैं, उनके बारे में अपने चिकित्सक को अवश्य बताएं। अन्य दवाइयों में किसी चिकित्सक द्वारा आपके लिए निर्धारित दवाइयों के साथ-साथ वे दवाइयां भी शामिल हैं जिन्हें आपने बिना किसी प्रेसक्रिप्शन (नुस्खे) के खरीदा है।

यदि आप कोई हर्बल या पारम्परिक दवाइयां लेते/लेती हैं तो इसके बारे में अपने चिकित्सक को अवश्य बताएं। ये दवाइयां आपकी एंटीसाइकोटिक दवाइयों के काम करने के तरीके को प्रभावित कर सकती हैं।

आपका चिकित्सक आपके अन्य लक्षणों के साथ सहायता प्रदान करने के लिए आपको एंटीसाइकोटिक दवाइयों के साथ लेने के लिए कुछ और दवाइयां भी निर्धारित कर सकता है। उदाहरण के लिए, आपका चिकित्सक घबराहट या नींद की समस्याओं के लिए आपको दवाइयां निर्धारित कर सकता है।

एंटीसाइकोटिक दवाइयों को लेने के दौरान मुझे उनके क्या दुष्प्रभाव हो सकते हैं?

किसी दवा को लेने के बाद कोई अनचाही प्रतिक्रिया दुष्प्रभाव कहलाती है। अधिकांश दवाइयों के दुष्प्रभाव होते हैं लेकिन विभिन्न लोगों में दुष्प्रभावों की तीक्ष्णता अलग-अलग हो सकती है। कुछ सप्ताहों के बाद इन दुष्प्रभावों की तीक्ष्णता कम होने की संभावना रहती है या वे गायब हो जाते हैं।

यदि आपको ऐसा लगता है कि आपको अपनी एंटीसाइकोटिक दवा से कोई दुष्प्रभाव हो रहे हैं तो आपको सदैव अपने चिकित्सक को बताना चाहिए। आपकी दवा के दुष्प्रभावों के प्रबंधन के बारे में आपके चिकित्सक आप को और अधिक जानकारी दे सकते हैं। असामान्य एंटीसाइकोटिक दवा और सामान्य एंटीसाइकोटिक दवा के दुष्प्रभाव अलग-अलग होते हैं।

संभावित दुष्प्रभाव और उनके प्रबंधन के तरीके नीचे दर्शाए गए हैं: **यदि आप निम्नलिखित में से किसी भी दुष्प्रभाव का अनुभव करते/करती हैं तो कृपया अपने चिकित्सक से बात करें**

| संभावित दुष्प्रभाव | क्या किया जाए? |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| उनींदा महसूस करना | आपका चिकित्सक आपको अधिकांश दवाइयां रात में लेने के लिए कह सकता है। आपको यह सलाह भी दी जा सकती है कि आप कोई वाहन या मशीन न चलाएं। |
| मांसपेशियों की जकड़न, बेचैनी या अपने आप होने वाली हरकतें (जैसे आपकी जीभ, मुंह, अंगुलियों या पैरों में असामान्य हरकतें)। | इन दुष्प्रभावों को कम करने के लिए आपको अतिरिक्त दवाइयों की आवश्यकता हो सकती है। |
| मुंह सूखना | बर्फ के टुकड़ों को चूसने से आपके मुंह में लार बढ़ सकती है। पानी पिएं और अपने दांतों को नियमित रूप से ब्रश करें। 'ठंड और फ्लू' की कुछ दवाइयां मुंह के सूखने की स्थिति को और बढ़ा सकती हैं। |
| वजन में बढ़ोतरी | स्वस्थ भोजन लें और ऐसे खाद्य पदार्थों से बचें जिनमें अधिक चिकनाई या शर्करा हो। दो भोजनों के बीच में स्नैक्स न लेने की कोशिश करें। नियमित व्यायाम आपकी दैनिक दिनचर्या का महत्वपूर्ण भाग है विशेषकर तब जब आप कोई एंटीसाइकोटिक दवाइयां ले रहे/रही हैं। |
| धुंधला दिखाई देना | जब आप पहली बार एंटीसाइकोटिक दवा लेना शुरू करते/करती हैं तो ऐसा हो सकता है। यदि धुंधला दिखाई देने की आपकी स्थिति में 1-2 सप्ताहों के बाद भी कोई सुधार नहीं होता है तो अपने चिकित्सक से बात करें। |
| चक्कर आना | खड़े होते समय ध्यान रखें। उदाहरण के लिए, यदि आप लेटे हुए/लेटी हुई हैं और खड़े होना चाहते/चाहती हैं तो यह सुनिश्चित करें कि आप पहले बैठने की स्थिति में आएं। खड़े होने की कोशिश करने से पहले बैठने की स्थिति में कुछ मिनट तक रहें। यदि समस्या जारी रहती है तो अपने चिकित्सक से बात करें। |
| यौन क्षमता या इच्छा में परिवर्तन | यौन शिथिलता में सुधार के लिए परामर्श और कुछ दवाइयां निर्धारित की जा सकती हैं। |
| कब्ज (सख्त मल के कारण पेट साफ होने में कठिनाई) | होल ग्रेन ब्रेड और सीरियल्स, फल और सब्जियों का सेवन करें ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि आपके भोजन में पर्याप्त फाइबर (रेशा) शामिल है। खूब पानी पिएं और नियमित रूप से व्यायाम करें। यदि यह जारी रहता है तो चिकित्सक से बात करना आवश्यक है। |
| जी मिचलाना (उल्टी की इच्छा) या अपच | अपनी एंटीसाइकोटिक दवा को खाने के साथ लें। यदि आपने उपवास रखा है तो अपने चिकित्सक से पूछें कि दवा किस तरह ली जाए। यदि आप अपनी दवा खाने के साथ ले रहे/रही हैं और जी मिचलाना जारी रहता है तो अपने चिकित्सक से बात करें। आपका चिकित्सक आराम के लिए आपको अन्य दवाएं निर्धारित कर सकता है। जी मिचलाने से राहत पाने के लिए फार्मिसियों से बिना नुस्खे के खरीदी गई कुछ दवाइयों को एंटीसाइकोटिक दवाइयां लेते समय इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। |