

मौखिक मॉर्फिन के लिए संदर्शिका

मॉर्फिन को सामान्य पीड़ा से लेकर गंभीर पीड़ा के लिए प्रयोग किया जाता है। कभी-कभी इसे खांसी के लिए तथा हांफने की रोकथाम में सहायता के लिए प्रयोग किया जाता है।

मॉर्फिन के ट्रेडमार्क नाम:

अल्पकालिक

Ordine® तरल

Sevredol® गोलियां

Anamorph® गोलियां

दीर्घकालिक

MS Contin® गोलियां

MS Contin Suspension®

Kapanol® कैप्सूल

MS Mono® कैप्सूल

मौखिक मॉर्फिन का सेवन कैसे करें (मुख से ली जाने वाली मॉर्फिन)

- **अल्पकालिक मॉर्फिन** (Ordine®, Sevredol®, Anamorph®) आवश्यकतानुसार ली जाती है, लगभग 30 मिनट के बाद असर करना शुरू करती है और इसका असर सामान्यतः 4 घंटों तक रहता है।
- **दीर्घकालिक मॉर्फिन** निरंतर रूप से होने वाली पीड़ा को नियंत्रित करने के लिए नियमित तौर पर ली जाती है। अधिकांश दीर्घकालिक मॉर्फिन हर 12 घंटों के बाद ली जाती है (MS Contin®) जब आप सुबह उठते हैं तो अपनी सुबह की खुराक लें और फिर 12 घंटों के बाद शाम की खुराक लें। दीर्घकालिक मॉर्फिन की एक ऐसी किस्म है जिसे हर 24 घंटों में एक बार लिया जाता है (MS Mono®)। Kapanol® को हर 12 या 24 घंटों के बाद लिया जा सकता है। MS Contin® को पूरा निगला जाना चाहिए – तोड़ें या चबायें नहीं। दीर्घकालिक मॉर्फिन कैप्सूलों (Kapanol®, MS Mono) को खोला जा सकता है तथा भीतर की सामग्री को फाइबर अवशेषों की कमी वाले व आसानी से पचाये जाने वाले आहार में छिड़का जा सकता है अथवा द्रव पदार्थ में मिलाया जा सकता है। MS Contin Suspension® को पूर्ण रूप से पानी में मिलाना चाहिए तथा तुरंत ही ले लेना चाहिए।
- अधिकांश रोगियों को एक दीर्घकालिक मॉर्फिन व एक अल्पकालिक मॉर्फिन लेने के लिए कहा जाएगा। दीर्घकालिक मॉर्फिन पीड़ा को नियंत्रण में रखने के लिए ली जाती है, तथा अल्पकालिक मॉर्फिन अल्पावधियों में एकदम से होने वाली पीड़ा के लिए ली जाती है, अर्थात्, वह पीड़ा जो दीर्घकालिक मॉर्फिन की नियमित खुराकों के बीच होती है। दीर्घकालिक मॉर्फिन को हमेशा नियमित तौर पर लें, और यदि आपको जरूरत पड़े तो अल्पकालिक मॉर्फिन भी लें।

अल्पकालिक मॉर्फिन की खुराक लेने के बाद 30 से 60 मिनट तक प्रतीक्षा करें। यदि फिर भी आप पीड़ा महसूस करें, तो इसकी दूसरी खुराक लें।

- हो सकता है कुछ रोगियों को दीर्घकालिक मॉर्फिन की आवश्यकता ना हो, तथा वे केवल अल्पकालिक मॉर्फिन (Ordine® Anamorph® Sevredol®) ही लें, उदाहरण के लिए, हांफने की रोकथाम में सहायता के लिए।
- यदि आपको एक दिन में अल्पकालिक मॉर्फिन की 2 से 3 अतिरिक्त खुराकों से अधिक खुराकों की जरूरत पड़ती है, तो अपने स्वास्थ्य संव्यावसायिक (जैसे कि डाक्टर, नर्स, दवासाज) को बतायें, क्योंकि दीर्घकालिक मॉर्फिन की खुराक की समीक्षा करने की जरूरत पड़ सकती है।
- कुछ लोगों को लगता है कि पैदल चलने या नहाने जैसे कार्य पीड़ा उत्पन्न करते हैं। अपने स्वास्थ्य संव्यावसायिक को बतायें जो कि इसका प्रबंध करने के सबसे अच्छे तरीके पर आपको परामर्श दे सकता है।
- यदि आप अपनी दीर्घकालिक मॉर्फिन लेना भूल जाते हैं, तो याद आते ही ना ली हुई खुराक ले लें। यदि अगली खुराक का समय लगभग हो ही गया हो, तो ना ली हुई खुराक को भूल जायें तथा अपनी नियमित सारणी को जारी रखें। दो खुराकें एकसाथ ना लें। याद रखें कि यदि आप पीड़ा महसूस करते हैं तो आप अल्पकालिक मॉर्फिन की खुराक ले सकते हैं।
- यदि आप उल्टी करते हैं और इसमें आपकी दीर्घकालिक मॉर्फिन बाहर निकल जाती है, तो बेहतर महसूस करते ही जल्द से जल्द खुराक को दोहरायें। यदि आप अनिश्चित हैं, तो अपने स्वास्थ्य संव्यावसायिक को संपर्क करें।

मॉर्फिन तथा आसक्ति

- यदि आप अपनी पीड़ा के लिए खुराक की उचित मात्रा में मॉर्फिन ले रहे हैं तो आप इसके आदी नहीं बनेंगे। यदि आप पीड़ा के लिए अन्य ईलाज करवा रहे हैं, जैसे कि रेडियोथेरेपी (विकिरण चिकित्सा), तो मॉर्फिन की खुराक को कम करना संभव हो सकता है। मॉर्फिन को लेना अचानक से बंद ना करें, अन्यथा आपको दवा का प्रयोग अचानक बंद करने से होने वाले लक्षण जैसे सिहरन, पेट में दर्द या दस्त हो सकते हैं।
- पीड़ा के लिए आवश्यक मॉर्फिन की मात्रा एक रोगी से दूसरे रोगी के लिए भिन्न होती है। लोग अक्सर लंबे समय के लिए मॉर्फिन की समान खुराक ही लेते रहते हैं। दूसरों को लगता है कि उनकी मॉर्फिन की खुराक को समायोजित किए जाने की आवश्यकता है। यदि आपकी मॉर्फिन की खुराक को बढ़ाने की आवश्यकता है तो यह जरूरी नहीं है कि आपका रोग और भी बिगड़ गया है।

मॉर्फिन के सामान्य पक्षीय प्रभाव

- सुस्ती/उनींदापन – अधिकांशतया यह तब होता है जब आप पहली बार मॉर्फिन लेते हैं या जब खुराक बढ़ाई जाती है। कुछ दिनों के बाद इसमें सुधार होना चाहिए।
- कब्ज – यह आम तौर पर होने वाला सामान्य पक्षीय प्रभाव है परंतु यदि आप डाक्टर द्वारा निर्धारित किए गए तरीके से नियमित तौर पर रेचक औषधि लगातार लेते हैं तो यह निवार्य है। भारी मात्रा में तरल पदार्थों का सेवन करना महत्वपूर्ण है।

- उबकाई – जब आप पहली बार मॉर्फीन लेना शुरू करते हैं तब यदि आपको ऐसा महसूस हो कि आपका जी मचल रहा है, तो इसे भोजन के साथ लेकर देखें। आपके डाक्टर को आपको तब तक कोई दवाई देने की आवश्यकता पड़ सकती है जब तक उबकाई महसूस होनी बंद नहीं हो जाती।

कुछ दवाईयाँ जैसे कि दर्द हटाने वाली तथा अवसादक-विरोधी औषधियाँ अथवा मद्य (अल्कोहल) मॉर्फीन के पक्षीय प्रभावों को बढ़ा सकती हैं। परामर्श के लिए अपने स्वास्थ्य संव्यावसायिक से बात करें।

मॉर्फीन तथा ड्राइविंग

मॉर्फीन आपकी गाड़ी चलाने की योग्यता को बिगाड़ सकती है। आम तौर पर, मॉर्फीन का प्रयोग शुरू करने के बाद तथा खुराक को बढ़ाने के बाद, गाड़ी चलाने से दूर रहें। यदि आप असमंजस में हैं, तो अपने स्वास्थ्य संव्यावसायिक के साथ जांच करें।

हालांकि मॉर्फीन एक बहुत बढ़िया पीड़ा नाशक है, यह हर प्रकार की पीड़ा के लिए सहायक नहीं है।

यदि मॉर्फीन आपकी पीड़ा को नियंत्रित नहीं कर रही है, या कष्टकर पक्षीय प्रभाव पैदा कर रही है, तो अन्य उपचारों की आवश्यकता पड़ सकती है, और डाक्टर द्वारा अन्य उपचार निर्धारित किए जा सकते हैं।

इस पत्रक में दी गई सूचना मात्र संदर्शन करने के लिए है और मॉर्फीन का प्रयोग करने के बारे में यदि आपके कोई प्रश्न या आपकी कोई चिंतायें हैं, तो अपने स्वास्थ्य संव्यावसायिक से पूछना आवश्यक है।

सामुदायिक प्रशामक देखभाल बहु-विषयक टीमों की परियोजना में दवासाज की भूमिका का विकास करना।

यह परियोजना विक्टोरियाई स्वास्थ्य विभाग की पहल है तथा यह राष्ट्रीय प्रशामक देखभाल कार्यक्रम के अंतर्गत, ऑस्ट्रेलियाई सरकार के स्वास्थ्य व वयोवृद्ध विभाग द्वारा निधिबद्ध है।