Patient information

Inflammatory Bowel Disease-এর ওষুধগুলি স্টেরয়েড়

ডাইজেস্টিভ ডিজিজেস কেয়ার গ্রুপ

আপনার Inflammatory Bowel Disease (Crohn's disease বা Ulcerative Colitis)-এর মাত্রা যদি 'বেড়ে যায়', আপনার ডাক্তাররা corticosteroids নামের ওষুধগুলি (যা 'স্টেরয়েড' নামে পরিচিত) প্রদান করতে পারেন?

স্টেরয়েড কি?

স্টেরয়েডগুলি হল ওষুধ, যা প্রদাহকে চেপে দেয় (প্রশমিত করে)।

স্টেরয়েড গ্রহণের লাভগুলি কি কি?

স্টেরয়েডগুলি রোগের বড় ধরণের আক্রমণগুলির ক্ষেত্রে ব্যবহৃত হতে পারে এবং স্বল্প মেয়াদে ব্যবহার করা হলে তা খুব কার্যকরী হয়ে থাকে, তবে এর কোন প্রমাণ নেই যে, দীর্ঘমেয়াদে নেওয়া হলে সেগুলি রোগ নিয়ন্ত্রণকে উন্নত করে।

আমি যদি স্টেরয়েড দিয়ে চিকিৎসা না করানোর সিদ্ধান্ত নিই তাহলে কি হবে?

আপনি যদি স্টেরয়েড দিয়ে চিকিৎসা না করানোর সিদ্ধান্ত নেন, সেক্ষেত্রে আপনার রোগের আরো সক্রিয় হওয়া বা আরো গুরুতর হয়ে ওঠার ঝুঁকি রয়েছে। আপনার যদি গুরুতর ulcerative colitis বা Crohn's disease হয়, এর ফলে সার্জারীর প্রয়োজন হতে পারে।

স্টেরয়েডগুলি কিভাবে প্রদান করা হয়?

স্টেরয়েডগুলি ট্যাবলেট রূপে (সাধারণতঃ হয় prednisolone বা budesonide) বা শিরাতে ইনজেকশনের মাধ্যমে (hydrocortisone) প্রদান করা হয়।

স্টেরয়েড নেওয়ার জন্য আমাকে কি হাসপাতালে ভর্তি হতে হবে?

আপনার রোগের মাত্রা যদি গুরুতরভাবে বেড়ে যায়, সেক্ষেত্রে আপনার শিরাতে ইনজেকশনের মাধ্যমে স্টেরয়েড দেওয়ার প্রয়োজন হতে পারে, যেক্ষেত্রে হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার প্রয়োজন হতে পারে। হালকা বেড়ে যাওয়ার ক্ষেত্রে, স্টেরয়েড বাড়িতে ট্যাবলেট রূপে বা ইনেমা দ্বারা গ্রহণ করা যেতে পারে।

স্টেরয়েড কি Crohn's disease ও ulcerative colitis উভয় ক্ষেত্রে ব্যবহৃত হয়?

হ্যাঁ। স্টেরয়েড Crohn's disease ও ulcerative colitis উভয় ক্ষেত্রে ব্যবহৃত হয়, যদিও ulcerative colitis-এর ক্ষেত্রে এটি বেশী প্রচলিতভাবে ব্যবহৃত হয়।

আমার কি ডোজে স্টেরয়েড গ্রহণ করা উচিত?

আপনার রোগের মাত্রা যদি গুরুতরভাবে বেড়ে যায় এবং আপনাকে হাসপাতালে ভর্তি করা হয়, সেক্ষেত্রে আপনার একটি শিরাতে স্টেরয়েড ইনজেক্ট করা হতে পারে। আপনি সাধারণভাবে দিনে hydrocortisone (প্রতি ডোজে 100মিগ্রা)-এর চারটি ইনফিউশন গ্রহণ করবেন।

আপনি যদি prednisolone নামক স্টেরয়েড ট্যাবলেট গ্রহণ শুরু করেন, ডাক্তার আপনার ক্ষেত্রে প্রতিদিন 40মিগ্রা(আটটি ট্যাবলেট) করে শুরু করবেন, যা সকালে একটি একক ডোজ হিসেবে নেওয়া হবে এবং তার পরের কয়েক সপ্তাহ ধরে ধীরে ধীরে ডোজটি কমানো হবে।

এটির কাজ করতে কত সময় লাগে?

স্টেরয়েডগুলি সাধারণতঃ দুই থেকে চার সপ্তাহের মধ্যে আপনার উপসর্গগুলির ক্ষেত্রে একটি চিহ্নিত উন্নতি সাধন করে থাকে। আপনি যদি প্রত্যাশিত উন্নতি লক্ষ্য না করেন, অনুগ্রহ করে, আপনার মেডিক্যাল টীমের একজন সদস্যের সাথে যোগাযোগ করুন (এই পুস্তিকার শেষে তালিকাকৃত যোগাযোগের নম্বর দেখে নিন)।

স্টেরয়েডগুলি ছোট কোর্সগুলিতে দেওয়া হয় (সাধারণতঃ দুই থেকে তিন মাস), কারণ সেগুলির দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার রোগটির পরবর্তীতে ফিরে আসা আটকাতে সহায়তা করে না (এই জন্য অন্য ওষুধগুলি যেমন mesalazine বা azathioprineব্যবহার করা হয়)।

স্টেরয়েড ট্যাবলেটগুলির কি কোন পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া রয়েছে?

হ্যাঁ।তবে এটি অবশ্যই মনে রাখতে হবে যে, এগুলি শুধুমাত্র সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া যা শুধুমাত্র কিছু লোকের ক্ষেত্রে দেখা যায়। সমস্ত ওষুধের মত এক্ষেত্রেও, পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকির বিপরীতে আপনার রোগটির সক্রিয়তা চলতে থাকার ঝুঁকির একটি ভারসাম্য থাকে। Inflammatory bowel disease-এ অপেক্ষাকৃত ছোট কোর্সের চিকিৎসাতে এই জটিলতাগুলির ঝুঁকি সাধারণতঃ খুব কম থাকে।

সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়াগুলির মধ্যে এইগুলি অর্ন্তভুক্ত থাকেঃ উচ্চ ব্লাড সুগার, চোখের সমস্যা(glaucoma) ও ত্বকের পরিবর্তনগুলি (ক্ষত), পাকস্থলির আলসার ও মেজাজ পরিবর্তন (কিছু লোকের ক্ষেত্রে তাদের মেজাজের উন্নতি হয়, বাকীদের ক্ষেত্রে মেজাজ খারাপ হয় বা অবসাদের কারণ হয়)।

আপনি যদি glaucoma-এ ভোগেন, সেক্ষেত্রেও স্টেরয়েড নেওয়া যেতে পারে, তবে চিকিৎসা চলাকালীন আপনাকে একটি চোখের পরীক্ষা বুক করতে হতে পারে। আপনার যদি ডায়াবেটিস থাকে, আপনার স্টেরয়েড গ্রহণকালে এবং সেগুলি প্রত্যাহার করার পরের সময়কালে আপনাকে আরো ঘন ঘন আপনার ব্লাড সুগার যাচাই করতে হবে।

স্টেরয়েড ট্যাবলেট গ্রহণকালে ওজন বৃদ্ধি ও ক্ষুধা বেড়ে যাওয়া খুব পরিচিত বিষয়, তবে ডোজ কমিয়ে দিলে আপনার ওজন সাধারণতঃ আবার স্বাভাবিকে ফিরে আসে। কখনও কখনও আপনার মুখ 'ফোলা ফোলা' দেখাতে পারে, এই ক্ষেত্রেও স্টেরয়েডের মাত্রা কমিয়ে দিলে ও বন্ধ করে দিলে তা আবার পুরনো রূপে ফিরে যায়।

স্টেরয়েড ট্যাবলেটগুলি সংক্রমণ বৃদ্ধির সম্ভাবনাকে বাড়িয়ে দেয়। বিশেষ করে, আপনার যদি অতীতে চিকেন পক্স না হয়ে থাকে (এবং তার মানে হল আপনি ইমিউন বা প্রতিরোধী নন), এটি একটি গুরুতর ধরণের চিকেন পক্স হওয়ার ঝুঁকিকে বাড়িয়ে দেয়। আপনার যদি অতীতে চিকেন পক্স না হয়ে থাকে, চিকেন পক্স বা শিঙ্গল্স হওয়া ব্যক্তিদের কাছ থেকে দূরে থাকুন। এই রোগটি থাকা এবং তার সাথে হামে আক্রান্ত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এলে, একজন ডাক্তারকে তা জানান।

স্টেরয়েড ট্যাবলেটগুলির দ্বারা আরেকটি যে সংক্রমণের ক্ষেত্রে অবনতি হতে পারে, তা হল টিউবারকিউলোসিস বা যক্ষ্মা। আপনার যদি বহু বছর আগেও এই সংক্রমণটি হয়ে থাকে, এর জন্য তা বেড়ে যেতে পারে। আপনার যদি আগে TB হয়ে থাকে বা আপনি যদি TB হওয়া কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে আসেন, আপনার ডাক্তারকে তা জানান।

স্টেরয়েডগুলির দীর্ঘমেয়াদী বা ঘন ঘন ব্যবহারের জন্য osteoporosis (হাড় পাতলা হয়ে যাওয়া) হতে পারে। আপনার হাড়গুলিকে সুরক্ষিত রাখার জন্য, স্টেরয়েড গ্রহণকালে আপনাকে সম্ভাব্যভাবে ক্যালশিয়াম ও ভিটামিন D গ্রহণের পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। আপনি যদি স্টেরয়েডের কয়েকটি কোর্স গ্রহণ করে থাকেন, আপনার একটি হাড়ের স্ক্যান (DEXA স্ক্যান) করাতে হতে পারে, যা আপনার হাড়ের দৃঢ়তার পরিমাপ করে।

তদুপরি, জীবনধারাতে অনেকগুলি পরিবর্তন করলে, সেগুলিও স্বাস্থ্যবান হাড় বজায় রাখতে সহায়তা করতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে: ধূমপান বন্ধ করা, ওজনবাহী ব্যায়াম করা (যেমন, জগিং, জোরে জোরে হাঁটা) এবং মদ্যপান সীমায়িত করা।

বিরল ক্ষেত্রে, স্টেরয়েডের উচ্চ ডোজ বা প্রলম্বিত চিকিৎসার জন্য, নিতম্বে avascular necrosis নামের একটি সমস্যা হতে পারে। উরুর হাড়ের উপরে অংশে রক্তপ্রবাহ কমে গেলে এটি হয়ে থাকে। এর জন্য হাড় ভেঙ্গে যেতে পারে এবং নিতম্বের জোড়ের কার্টিলেজের ক্ষতি হতে পারে। এর চিকিৎসার জন্য সাধারণতঃ সার্জারীর প্রয়োজন হয়ে থাকে। আপনার যদি নিতম্বে বা কুঁচকিতে ব্যথা হয়ে থাকে, আপনার ডাক্তারকে তা বলুন।

স্টেরয়েডগুলির কোন বিকল্প রয়েছে কি?

Crohn's disease-এর ক্ষেত্রে অ্যান্টিবায়োটিক্সের মত অন্যান্য ওষুধগুলিকে বা খাদ্যগত থেরাপিকে প্রায়শঃ স্টেরয়েডগুলির একটি বিকল্প হিসেবে ব্যবহার করা হয়ে থাকে।

আমি যদি ভাল বোধ করি, আমি কি আমার স্টেরয়েড ট্যাবলেটগুলি গ্রহণ বন্ধ করে দিতে পারি।

আপনি যদি কয়েক সপ্তাহের বেশী স্টেরয়েড ট্যাবলেট গ্রহণ করে থাকেন, হঠাৎ করে তা বন্ধ করে দেবেন না। আপনার শরীর স্টেরয়েডের সাথে মানিয়ে নিলে, হঠাৎ বন্ধ করলে আপনার গুরুতর প্রত্যাহারগত প্রভাব পড়তে পারে। আপনি হঠাৎ স্টেরয়েড ট্যাবলেট গ্রহণ বন্ধ করে দিলে, কয়েক দিনের মধ্যে তা হতে পারে। স্টেরয়েড ট্যাবলেটের ডোজ ধীরে ধীরে কয়েক সপ্তাহ ধরে হ্রাস করা হয়, যাতে আপনার শরীর এর নিজের প্রাকৃতিক স্টেরয়েডগুলি তৈরী শুরু করতে পারে।

যেহেতু আপনার শারীরিক চাপ থাকাকালীন আপনার শরীরের আরো স্টেরয়েডের প্রয়োজন হয়, সেজন্য আপনার আর কোন স্বাস্থ্যসমস্যার জন্য অসুস্থতা থাকলে (যেমন সার্জারীর জন্য বা আপনার যদি একটি গুরুতর সংক্রমণ হয়) একটি স্বল্প সময়ের জন্য স্টেরয়েড ট্যাবলেটের ডোজ বাড়িয়ে দেওয়া হতে পারে। আপনাকে আপনার প্রয়োগকৃত স্টেরয়েড ওষুধ সম্বলিত একটি স্টেরয়েড কার্ড প্রদান করা হবে। এটি খুব গুরুত্বপূর্ণ যে, আপনি যাতে সবসময় এই কার্ডটি আপনার সাথে বহন করেন এবং আপনার চিকিৎসাকারী ব্যক্তিকে তা দেখান (যেমন, ডাক্তার, নার্স, ডেন্টিস্ট)।

আমি কি আমার bowel disease-এর জন্য আমার নিয়মিত ওষুধগুলি চালিয়ে যাব?

নিয়মিত ওষুধগুলি চালিয়ে যাওয়া উচিত, আপনার যদি কোন সন্দেহ থাকে আপনার ডাক্তার বা inflammatory bowel specialist নার্সকে তা বলুন।

আমি স্টেরয়েড গ্রহণের সময়কালে টিকাগুলি নিতে পারি কি?

উচ্চ ডোজে prednisolone গ্রহণকালে লাইভ টিকাগুলি দিয়ে করা টিকাকরণগুলি এড়িয়ে চলা উচিত। তবে নিষ্ক্রিয়কৃত টিকাগুলি দিয়ে করা টিকাকরণগুলি (যার মধ্যে 'ফ্লু ভাইরাস টিকা অর্ন্তভুক্ত রয়েছে) নিরাপদ হয়ে থাকে।

আমি কি স্টেরয়েড গ্রহণের সময়কালে মদ্যপান করতে পারি।

স্টেরয়েড গ্রহণের সময়কালে মদ (জাতীয় নির্দেশনা অনুযায়ী পরিমিত পরিমাণে) এড়িয়ে চলার কোন কারণ নেই।

স্টেরয়েড কি প্রজনন ক্ষমতা ও গর্ভধারণের উপর প্রভাব ফেলে?

স্টেরয়েডগুলি প্রজনন ক্ষমতার উপর প্রভাব ফেলে না এবং গর্ভধারণকালে নিরাপদে তা নেওয়া যেতে পারে, তবে গর্ভাবস্থার শেষের দিকে তা গ্রহণ করা হলে, আপনার obstetrician-কে তা জানিয়ে রাখা খুব গুরুত্বপূর্ণ, কারণ জন্মের পর আপনার বাচ্চার একটি স্বল্প সময়ের জন্য স্টেরয়েড গ্রহণের প্রয়োজন হতে পারে।

আপনি যদি বুকের দুধ খাওয়ান, সেক্ষেত্রে স্টেরয়েড গ্রহণের সময়কালে বুকের দুধ খাওয়ানো চালিয়ে যাওয়া যাবে কি না, সে ব্যাপারে আপনার ডাক্তার বা inflammatory bowel specialist নার্সকে জিজ্ঞাসা করুন, কারণ এটি আপনার গ্রহণকৃত স্টেরয়েডের ডোজের উপর নির্ভর করবে।

আমি স্টেরয়েড সম্পর্কে আরো তথ্য কোথায় পেতে পারি?

আপনার যদি স্টেরয়েড় সম্পর্কে কোন প্রশ্ন থাকে, আপনার হাসপাতালের ডাক্তার, আপনার inflammatory bowel specialist স্পেশ্যালিস্ট নার্স বা আপনার ফার্মাসিস্টকে তা জিজ্ঞাসা করুন।

মতামত

আপনার মতামত আমাদের কাছে গুরুত্বপূর্ণ এবং তা ভবিষ্যতে সেবাকে প্রভাবিত করতে আমাদের সহায়তা করবে।

আপনাকে হাসপাতাল থেকে ছেড়ে দেওয়ার পর বা আপনার আউটপেশেন্ট অ্যাপয়েন্টমেন্ট সম্পন্ন হওয়ার পর্ আপনি একটি টেক্সট পাবেন, যেখানে জিজ্ঞাসা করা হবে যে, আপনি অন্যদের কাছে আমাদের পরিষেবাটির সুপারিশ করবেন কি না। অনুগ্রহ করে, সময় নিয়ে এর উত্তর দিন, আপনাকে এই টেক্সটটি পাঠানোর জন্য কোন চার্জ দিতে হবে না এবং আপনি তা নাও পাঠাতে পারেন। আপনার সহযোগিতার জন্য আমরা কৃতজ্ঞ।

আরো তথ্যাবলী:

ইনফ্ল্যামেটরি বাওয়েল ডিজিজ স্পেশ্যালিস্ট নার্সরা
টেলিঃ 0151 706 2659
টেক্সট ফোন নম্বর: 1801 0151 706 2659

ই-মেইল: IBDnurses@rlbuht.nhs.uk

ওয়েবসাইট: crohnsandcolitis.org.uk/mersey

লেখকঃ ডাইজেস্টিভ ডিজিজেস কেয়ার গ্রুপ
পর্যালোচনার তারিখঃ এপ্রিল 2013

All Trust approved information is available on request in alternative formats, including other languages, easy read, large print, audio, Braille, moon and electronically.

يمكن توفير جميع المعلومات المتعلقة بالمرضى الموافق عليهم من قبل ائتمان المستشفى عند الطلب بصيغ أخرى، بما في ذلك لغات أخرى وبطرق تسهل قراءتها وبالحروف الطباعية الكبيرة وبالصوت وبطريقة برايل للمكفوفين وبطريقة مون والكترونياً.

所有經信托基金批准的患者資訊均可以其它格式提供，包括其它語言、 易讀閱讀軟件、大字

體、音頻、盲文、穆恩體（Moon）盲文和電子格式，敬請索取。

در صورت تمایل میتوانید کلیه اطلاعات تصویب شده توسط اتحادیّه در رابطه با بیماران را به اشکال مختلف در دسترس داشته باشید، از جمله به زبانهای دیگر، به زبان ساده، چاپ درشت، صوت، خط مخصوص کوران، مون و بصورت روی خطی موجود است.

زانیاریی پێوەندیدار بەو نەخۆشانەی لەلایەن **تراستەوە** پەسەند کراون، ئەگەر داوا بکرێت لە فۆرماتەکانی تردا بریتی لە زمانەکانی تر، ئیزی رید (هاسان خوێندنەوە)، چاپی گەورە، شریتی دەنگ، هێڵی موون و ئەلێکترۆنیکی هەیە.

所有经信托基金批准的患者信息均可以其它格式提供，包括其它语言、 易读阅读软件、大字体、音频、盲文、穆恩体（Moon）盲文和电子格式，敬请索取。

Dhammaan warbixinta bukaanleyda ee Ururka ee la oggol yahay waxaa marka la codsado lagu heli karaa nuskhado kale, sida luqado kale, akhris fudud, far waaweyn, dhegeysi, farta braille ee dadka indhaha la', Moon iyo nidaam eletaroonig ah.