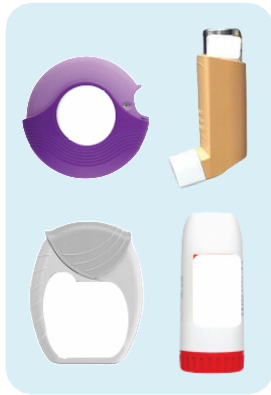


## ஆஸ்துமா மருந்துகள்

உங்கள் ஆஸ்துமாவை கட்டுப்படுத்துவதில் ஆஸ்துமா மருந்துகள் இன்றியமையாதவை. உங்கள் ஆஸ்துமா மருந்து எவ்வாறு செயல்படுகிறது என்பதை அறிந்துகொள்வது, உங்கள் மருந்தை உட்கொள்வது ஏன் முக்கியம் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள உதவும்.

ஆஸ்துமா சிகிச்சைக்கு இரண்டு முக்கிய வகை மருந்துகள் உள்ளன:

**அழற்சி எதிர்ப்பு மருந்துகள்** ('கண்ட்ரோலர்' அல்லது 'தடுப்பான்' என்றும் குறிப்பிடப்படுகிறது)



ஆஸ்துமா சிகிச்சையில் பயன்படுத்தப்படும் முக்கிய மருந்து வகை.

சுவாசப்பாதை எளிதில் பாதிப்படையும் தன்மை, அழற்சி (வீக்கம்), சளி மற்றும் ஆஸ்துமா தாக்குதல்களின் அபாயத்தைத் தடுக்கிறது குறைக்கிறது .

அடிக்கடி ஏற்படும் ஆஸ்துமா தாக்குதல்களைத் தடுக்கவும், அறிகுறிகளைக் கட்டுப்படுத்தவும், நீண்ட கால அடிப்படையில் கட்டுப்படுத்திகளை தினமும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் நன்றாக உணர்ந்தாலும் இதை உட்கொள்வதை நிறுத்தாதீர்கள்.

எடுத்துக்காட்டுகள்: பெக்லோமெதாசோன் டைப்ரோபியோனேட், புளுட்டிகசோன் புரோபியோனேட்

**சுவாசக்குழாய் விரிவாக்க மருந்து** ('நிவாரணி' என்றும் குறிப்பிடப்படுகிறது)



குறுகிய சுவாசப்பாதைகளைச் சுற்றியுள்ள தசைகளைத் தளர்த்தி, ஆஸ்துமா அறிகுறிகளைப் போக்கச் செயல்படுகிறது .

இது நோய்க்கான அடிப்படைக் காரணத்தை மாற்றாது மற்றும் அடுத்த ஆஸ்துமா தாக்குதலைத் தடுக்காது.

உங்கள் நிவாரணியை வாரத்திற்கு இரண்டு முறைக்கு மேல் பயன்படுத்த வேண்டியிருந்தால், உங்கள் மருத்துவரை அணுகவும். உங்களுக்கு அதிக அளவு அல்லது உங்கள் தடுப்பு மருந்தில் மாற்றம் தேவைப்படலாம்.

எடுத்துக்காட்டுகள்: சல்பூட்டமால், :பார்மோடெரால், :பெனோடெரால்

## நோயாளிக்கான தகவல் துண்டுப்பிரசுரம்

### ஆஸ்துமா மருந்துகள் பற்றி மேலும் தகவல்கள்

#### மருந்து விநியோக சாதனங்கள்

இன்ஹேலர்கள் என்பது சிறிய கையடக்க சாதனங்கள் ஆகும், அவை மருந்தை வாய் வழியாக நேரடியாக உங்கள் நுரையீரலுக்கு உள்ளிழுக்க அனுமதிக்கின்றன. இன்ஹேலர் மருந்துகள் குறைந்த அளவில், வாய்வழி மருந்துகளை விட வேகமாக செயல்படுகின்றன, மேலும் மருந்தை நேரடியாக நுரையீரலுக்கு கொண்டு செல்வதால் பொதுவாக குறைவான பக்க விளைவுகளையே ஏற்படுத்துகின்றன.

சந்தையில் பல வகையான இன்ஹேலர்கள் உள்ளன. சில இன்ஹேலர்கள் மருந்துகளை ஸ்ப்ரே மூலம் வழங்குகின்றன (எ.கா. மருந்தை அளந்து வழங்கும் இன்ஹேலர்), மற்றவை மருந்துகளை தூள் வடிவில் வழங்குகின்றன (எ.கா. உலர் பவுடர் இன்ஹேலர்).

மருந்தை அளந்து வழங்கும் இன்ஹேலரைப் பயன்படுத்தும் போது சுவாசத்தை ஒருங்கிணைப்பது கடினமாக இருந்தால், இன்ஹேலருடன் சேர்த்து ஒரு 'ஸ்பேசர்' சாதனம் பயன்படுத்தப்படுகிறது. ஸ்பேசரில் வழங்கப்பட்ட மருந்தைத் தக்கவைத்துக்கொள்ளும் ஒரு வெற்று தேக்குமிடம் உள்ளது, இதனால் பயனர் மருந்தை மெதுவாக உள்ளிழுக்க அதிக நேரம் அனுமதிக்கிறது.



மருந்தை அளந்து வழங்கும் இன்ஹேலருடன் கூடிய ஸ்பேசர்

#### உங்கள் இன்ஹேலரை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது

உங்கள் உள்ளிழுக்கும் நுட்பம் நுரையீரலுக்கு வழங்கப்படும் மருந்துகளின் அளவை கணிசமாக பாதிக்கலாம். மருந்து திறம்பட வழங்கப்படுவதற்கு இன்ஹேலரைப் பயன்படுத்துவது கற்றுக் கொள்ளப்பட வேண்டிய மற்றும் பராமரிக்கப்பட வேண்டிய ஒரு திறமையாகும். உங்கள் இன்ஹேலர் நீங்கள் நன்றாகப் பயன்படுத்தக்கூடியதாகவும், உங்களுக்கு மிகவும் பொருத்தமானதாகவும் இருப்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு வருகையின் போதும் அல்லது குறைந்தபட்சம் வருடத்திற்கு ஒரு முறையாவது உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பு வழங்குநரிடம் உங்கள் இன்ஹேலர் நுட்பத்தைச் சரிபார்க்கவும்.

மொழி வாரியாக இன்ஹேலர் நுட்பம் குறித்த வீடியோக்களுக்கு, கீழே உள்ள QR குறியீடுகளை ஸ்கேன் செய்யவும்:



ஆங்கிலம்



மலாய்



மாண்டரின்



தமிழ்

குறிப்பு: இந்த துண்டுப்பிரசுரம் முதன்மையாக ஆஸ்துமா உள்ளவர்கள், அவர்களது குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் பராமரிப்பாளர்களுக்காக எழுதப்பட்டுள்ளது. இது தொழில்முறை ஆலோசனை மற்றும் பராமரிப்புக்கு மாற்றாக இருக்கக்கூடாது. உங்கள் ஆஸ்துமா சிகிச்சையைப் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, தயவுசெய்து உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பு நிபுணரிடம் பேசுங்கள்.