Interferon Injection_ट्रिटमेंटसाठी स्वतःला तयार करणे

या ट्रिटमेंटच्या Side effects विषयी जाणुन घेणे आवश्यक आहे. Side effects प्रत्येक रुग्णामंध्ये दिसतातच असे नाही आणि नेहमीसाठीच असतात असेही नाही ट्रिटमेंट थांबवल्यावर पुर्ववत स्थिती सुध्दा होते. फक्त२-५% रुग्णांमध्ये Side effects मुळे येणाऱ्या अशक्तपणामुळे ट्रिटमेंट थांबवावी लागते. वस्तुतः रुग्ण Interferon वर चांगले राहतात हे जाणुन घेणे खुप महत्वाचे असते. गंभीर Side effects मुळे interferon चा डोस कमी करावा लागतो परंतु हे कमी दर्जाच्या निकालांमध्ये दिसते. खासकरुन पहिल्या किंवा दुसऱ्या महिन्यात होते.

अनुकुल जीवनशैली यश मिळवुन देते. थेरपी अशावेळी सुरु करावी कि जेथे तुम्ही लक्षणांना पचवु शकता जसे सुट्टीच्या दिवशी किंवा ज्यावेळी काम व वैयक्तिक जबाबदाऱ्या कमी असतील अशीवेळ निवडावी. सुट्टीच्या दिवशी उपचार घेतल्याने जर लक्षणे दिसली तर विश्रांती घेता येइल आणि रजा टाकण्याची गरज पडणार नाही. उपचार घेण्यासाठी खंड पाडु नये Peginterferon injections मुळे विषाणु मारण्याची प्रक्रिया अविरत ७ दिवसापर्यंत चालते म्हणुन डोस घेण्यासाठी एक दिवस सुध्दा मागेपुढे होता कामा नये यात रक्ताची interferon ची पातळी बदलते पण यामुळे overdose किंवा Side effects होत नाहीत.

दुपारी २-३तास झोपणे टाळावे सवय असल्यास अर्धा तासच झोपणे बरे. नियमीत व्यायाम करावा याची मदत ट्रिटमेंट सुरु केल्यावर होणाऱ्या झोपेच्या नाशाला आवरण्या साठी होतो. थकवा दूर करण्यासाठी सकस व संतुलित आहार घ्यावा,रोज व्यायाम करावा, भरपूर पाणी प्यावे, रोज वेळेवर जेवण करावे मळमळ होत असल्यास थोडया थोडया वेळाने जेवण करावे.

पुढच्या डोसच्या १-२ दिवसांपूर्वी डॉक्टरांच्या संपर्कात राहणे गरजेचे आहे. ते तुम्हाला रक्ताच्या काही चाचण्या सुचवू शकतात. सामान्यतः Haemogram, LFT या तपासण्या केल्या जातात. दुसऱ्या लक्षणांसाठी डॉक्टर योग्य त्या तपासण्या सुचवू शकतात.

_Interferon Injection_साठी कसे जावे ?

Injection साठी नेहमी संध्याकाळची वेळ निवडावी. Injection नंतर ताप आल्यास तुम्ही झोपू शकता. संध्याकाळी Injection घेण्याआगोदर जेवण करुन घ्यावे.

Interferon चे Injection मांडीवर किंवा पोटावर दिले जाते. प्रत्येक वेळी जागा बदलते. डॉक्टर ती जागा Spirit ने स्वच्छ करतात आणि कोरडी होऊ देतात. यासाठी वापरण्यात येणारी Needle अत्यंत सूक्ष्म असते डास चावल्याचा भास होतो. वापरण्यात आलेले Injection, Needle, Cotton swab ची व्यवस्थित विल्हेवाट लावणे गरजेचे आहे त्यामुळे सभोवतालच्या लोकांमध्ये संसर्ग पसरणार नाही.

Flu सारखी लक्षणे १२ - २४ तासांत नाहिशी होतात. अशक्तपणा, थकवा, सांधेदुखी किंवा अंग दुखी कमी प्रमाणात जाणवू शकते.हि सगळी लक्षणे Crocin च्या गोळीने जातात. ६ तासांत पुन्हा गोळी घेण्याची गरज पडू शकते. अशा प्रकारे ३ Crocin च्या गोळया घेऊ शकता. जर तुम्हांला ४ थ्या गोळीची गरज पडली किंवा तुमचा ताप १०१F पेक्षा जास्त असल्यास तो Interferon मुळे असणे असंभवनीय आहे.

Treatment_सुरु केल्यानंतर

एकदा Interferon Injection सुरु केल्यानंतर १ -२ महिने निरीक्षण गरजेचे असते. जास्तीत जास्त Side effects या दिवसांतच दिसतात आणि ते नंतर कमी होतात. तुमचे डॉक्टर Side effects ची तिव्रता बघुन थोडया काळासाठी डोस कमी करणे गरजे चे आहे का ? हे ठरवु शकतात. पहिल्या २ महिन्यात होणाऱ्या डोस च्या बदलामुळे उपाय कमी दर्जाचे ठरते. हे टाळण्यासाठी तुम्ही डॉक्टरांच्या संपर्कात असणे गरजेचे आहे.

Dr Sanjay Salunkhe