AIDS InfoNet www.aidsinfonet.org SAATHII

దుష్ఫలితాలు
(SIDE EFFECTS)

Fact Sheet Number 551

దుష్ఫ్ఫలితాలు అనగా నేమి ?

మీరు కోరుకొన్న ఫలితాలకు భిన్నంగా ఇచ్చే ఫలితాలను ఔషధ దుష్ఫ్ఫలితాలు (Side Effects) అంటారు. హెచ్.ఐ.వి. నియంత్రణ లాంటి ప్రత్యేకమైన ఉద్ధేశ్యం కొరకు ఔషదాలు ఉపయోగపడతాయి. దానికి భిన్నమైన ఫలితాన్ని ఇచ్చినట్లయితే దానిని దుష్ఫ్ఫలితం అంటారు.

కొన్ని తల నొప్పి లాంటి చాలా చిన్న దుష్ఫ్ఫలితాలు అయితే కొన్ని కాలేయమునకు కీడు చేసే తీవ్రమైనవి. కొన్ని అరుదైన సందర్భాలలో ఈ దుష్ఫలితాలు ప్రాణాంతకము కూడా కావచ్చు. కొన్ని దుష్ఫ్ఫలితాలు కొన్ని రోజులు లేదా కొన్ని వారాలలో సమసిపోతే మరికొన్ని మందులు వాడుతున్నంత కాలము నిలిచి ఉంటాయి. మరికొన్ని దుష్ఫ్ఫలితాలు మందులు మానివేసినప్పటికీ నిలిచిపోతాయి. కొన్ని దుష్ఫ్ఫలితాలు మందులు ప్రారంభించిన కొన్ని రోజులు లేదా కొన్ని వారాలలో ప్రారంభమయితే మరికొన్ని నెలలు / లేదా సంవత్సరాల తర్వాత ప్రారంభమవుతాయి.

ఎవరికి ఈ దుష్ఫ్ఫలితాలు ఎవరిలో కనిపిస్తాయి ?

యాంటి రిట్రోవైరల్ మందులు వాడుతున్న చాలా మందిలో ఈ దుష్ఫ్ఫలితాలు వస్తాయి. సాదారణంగా ఎక్కువ మోతాదులలో ఈ మందులు వాడేవారిలో ఇవి అధికంగా కలుగుతాయి. మీ శరీర బరువు సగటుకన్నా తక్కువ అయిన మీకు ఈ దుష్ఫ్ఫలితాలు అధికంగా ఏర్పడతాయి. అంతేకాక మీ శరీరం ఈ మందులను నెమ్మదిగా విడకొట్టినట్లైతే అవి మీ రక్త ప్రవాహంలో అధిక మోతాదులో నిలువ యుండి వలన దుష్ఫ్ఫలితాలు తీవ్రత అధికమవుతుంది.

కొన్ని మందులు ఏ మాత్రము ఆహారం తీసుకోకుండా వాడినట్లైతే ఈ దుష్ఫలితాల తీవ్రత చాలా అధికంగా ఉంటుంది. కొవ్వు అధికంగా ఉన్న ఆహారం లేదా పాలతో వేసుకొనే కొన్ని మందులు అధిక దుష్ఫలితాలను చూపుతాయి.

సాధారణ దుష్ఫలితాలను గూర్చిన సమాచారంతో బాటుగా ఔషదాలు వాడుకలోనికి తేబడుతాయి. **ఔషదం పై ముద్రించిన ప్రతి దుష్ఫలితం మీకు వస్తుందని భావించరాదు.** ఏ.ఆర్.వి.మందులు వాడుతున్న చాలా మందిలో స్వల్ప తీవ్రత గల దుష్ఫలితాలు కలుగవచ్చు.

దుష్ఫలితాలను ఏవిధంగా నియంత్రించవచ్చును?

దుష్ఫలితాలను ఎదుర్కొంటున్న మీరు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మీరు వేసుకుంటున్న ఔషదాల వలన కలిగే దుష్ఫలితాల గూర్చి తెలుసుకోవాలి. ప్రతి ఔషదం యొక్క సాధారణ దుష్ఫలితాల జాబితా ఎయిడ్స్ ఇన్ఫోనెట్ ఫ్యాక్ట్ షీట్లులలో పొందుపరచబడినది.

- ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు కలుగవచ్చునో మీడాక్టర్‌గారితో మాట్లాడి తెలుసుకొండి. ఇవి చాలా కాలం యున్నట్లయితే గాని లేక వాటి తీవ్రత పెరిగినా గాని వైద్య సహాయం ఎప్పుడు పొందాలో డాక్టర్‌గారిని అడిగితెలుసుకొండి.
- తక్కువ తీవ్రతగల దుష్ఫలితాలను ఇంటిలో లభించే పదార్ధాలతో తగ్గించుకోగలరా ? లేక ఇతర విరుగుడు మందులు వాడి తగ్గించుకోగలరా తెలుసుకొండి.
- దుష్ఫలితాలు తీవ్రం అయినప్పుడు వాటి నుండి ఉపశమనం పొందుటకు కొన్ని మందులను వాడమని మీడాక్టర్‌గారు సూచిస్తారు.

- మీకు కడుపులో భాద ఉన్నప్పుడు మీ కిష్టమైన మరియు సులభంగా జీర్ణమయే ఆహారాన్ని ఎక్కువగా తిసుకొండి.

మీ డాక్టర్ గారితో సంప్రదించకండా మీరు వాడుతున్న మందులను మానివేయుటగాని, డోసు తగ్గించుటగాని చేయకూడదు. అలా చేయుటవలన వైరస్‌కు నిరోదకత్వము పెరుగుతుంది. (ఫ్యాక్ట్ షీట్ 126 చదవండి) తద్వారా మీరు కొన్ని ఎ.ఆర్.వి. మందులు తీసుకోలేని స్థితిని పొందుతారు. **దుష్ఫలితాల వలన మందుల డోసు తగ్గించుటగాని లేక మందులను మార్చేకొరకు మీ డాక్టర్ గారితో సంప్రదించండి !**

అతి సాధారణంగా కలిగే దుష్ఫలితాలు ఏమిటి ?

మీకు యాంటి రిట్రోవైరల్ థెరాఫీ(ఎ.ఆర్.టి) ప్రారంభించగానే మీకు తలనొప్పి, అధిక రక్తపోటు, సాధారణ బలహీనత లాంటివి కలుగుతాయి. కాని అవి సమయంతో బాటు తగ్గిపోతాయి.

అలసట (ఫ్యాక్ట్ షీట్ - 551) - హెచ్.ఐ.వి. తో జీవిస్తున్నవారు చాలా తరచుగా అలసటను అనుభవిస్తారు. అలసటకు కారణమును కనుగొని దానిని తగ్గించుకోవాల్సి ఉంటుంది.

రక్తహీనత (ఫ్యాక్ట్ షీట్ - 552) - రక్తహీనత వలన అలసట ఏర్పడుతుంది. రక్తహీనత వలన హెచ్.ఐ.వి.తో వచ్చే వ్యాధి లక్షణాలు అధికమవుతాయి. సాదారణ రక్త పరీక్ష ద్వారా రక్తహీనతను గుర్తించవచ్చు. మరియు రక్తహీనతను నయము చేయవచ్చును.

జీర్ణసంబంధ సమస్యలు – చాలా మందులు వాడుట వలన మీ జీర్ణ వ్యవస్థలో సమస్య ఏర్పడుతుంది. దానివలన వికారము, వాంతులు, గ్యాస్ మరియు నీళ్ల విరేచనాలు కలుగవచ్చును. దీనికి చేయగల గృహ ఉ పశమనాలు.

- మూడుసార్లు కడుపునిండా తినకుండా కొద్ది కొద్దిగా చాలా సార్లు తినాలి.
- మసాలా దినుసులను మాని వేసి చప్పగా ఉండే ఆహారం మరియు సూపులు తీసుకోవాలి.
- అల్లముతో చేసిన టీ త్రాగినట్లైతే కడుపులో బాద తగ్గుతుంది. తాజా నిమ్మకాయ వాసన కూడా వికారాన్ని తగ్గిస్తుంది.
- క్రమం తప్పక వ్యాయామం చేయాలి.

భోజనంను మానివేయరాదు వికారాం తగ్గించే మందులను వాడేటప్పుడు చాలా జాగ్రత్త వాహించాలి. అవి మీరు వాడుతున్న ఎ.ఆర్.వి. మందులతో చర్య జరుపుతాయి.

గ్యాస్ సమస్య మరియు కడుపు ఉబ్బరము

చిక్కుడు లాంటి ఆహారము, ఉడకని కూరగాయలు మరియు కూరగాయలపైన యున్న పొట్టుతో చేసిన ఆహారమును మానివేయుట వలన గ్యాస్ సమస్య మరియు కడుపు ఉబ్బరము తగ్గుతుంది.

నీళ్ల విరేచనాలు (ఫ్యాక్ట్ షీట్ 554) చిన్న సమస్య నుంచి తీవ్ర సమస్యగా ఉండవచ్చును. నీల్లవిరేచనాల సమస్య చాలా ఎక్కువ రోజులు ఉన్నా సమస్య తీవ్రంగా యున్నట్లైతే మీ డాక్టర్ గారిని సంప్రదించండి. పానీయాలు. నీరు అధికంగా త్రాగాలి.

లిపోడిస్ట్రోఫీ (ఫ్యాక్ట్ షీట్ 553) అనగా భుజాలలో, కాళ్లలో మరియు ముఖంపై ఉన్న కొవ్వు తగ్గిపోయి పొట్టపై మరియు మెడవెనుక చేరుతుంది. మరియు రక్తములో కొల్లెస్ట్రాల్ మరియు గ్లూకోస్ మోతాదులు పెరుగుతాయి. ఈ సమస్యల వలన గుండె జబ్బు మరియు గుండె పోటు వచ్చే అవకాశమున్నది.

చర్మ సమస్యలు : కొన్ని మందులు వాడకం వల్ల చర్మము పై దద్దులు ఏర్పడుతాయి. ఇవి చాలా వరకు తాత్కాలికమైనవి. కాని అరుదుగా, ఇది తీవ్ర సమస్యగా మారుతుంది.

ఈ విధంగా చర్మంపై దద్దులు, చర్మము పొడిగా మారుట, వెంట్రుకలు రాలిపోవుట వంటివి వచ్చినట్లుయితే మీ డాక్టర్ గారితో సంప్రదించండి. మాయిశ్చరైజర్స్ కొన్ని చర్మ సమస్యలను తగ్గిస్తాయి.

న్యూరోపతి (ఫ్యాక్ట్ షీట్ 555): నాడులు దెబ్బతినుట వలన నొప్పి కలుగుతుంది. సాధారణంగా ఇది కాళు మరియు చేతులలో ఉంటుంది.

మైటోకాండ్రియల్ టాక్సిసిటి (ఫ్యాక్ట్ షీట్ 556)

జీవ కణాలలో ఉన్న నిర్మాణాలు దెబ్బతినుట వలన ఏర్పడుతుంది. దీని వలన న్యూరోపతి గాని లేక మూత్రపిండాలు దెబ్బతినుట గాని జరుగుతుంది. అంతేకాక శరీరంలో లాక్టిక్ ఆమ్లము పెరిగిపోతుంది.

ఎముకల సమస్యలు (ఫ్యాక్ట్ షీట్ 557)

హెచ్.ఐ.వి.తో జీవిస్తున్న వ్యక్తులలో ఈమధ్యనే గుర్తించబడుతున్నది. ఎముకలలో యుండే కనిజ లవణాలు కోల్పోవుట వలన అవి పెలుసుగా మారుతాయి. రక్త ప్రసరణ తగ్గుట వలన తుంటి సమస్యలు ఏర్పడతాయి. కావున ఆహారంలో కాల్షియం అవసరమైనంత ఉండేలా చూసుకోవాలి. నడక మరియు వెయిట్ లిఫ్టింగ్ లాంటి వ్యాయామం ఉపయోగపడుతుంది.

ముగింపు సమాచారం

ఎ.ఆర్.వి. మందులు వాడుతున్న చాలా మందిలో దుష్ఫలితాలు కలుగుతుంటాయి. అయినంత మాత్రాన మీరు విన్న దుష్ఫలితాలన్నీ మీకు వస్తాయని భావించరాదు.

చాలా సాధారణంగా వచ్చే దుష్ఫలితాలను గూర్చి సమాచారం తెలుసుకొని వాటిని ఏ విధంగా తగ్గించుకోవచ్చునో తెలుసుకోవాలి.

ప్రతి యొక్క ఔషధం మరియు దాని దుష్ఫలితాల గూర్చి తెలిపే ఇన్ఫోనెట్ ఫ్యాక్ట్ షీట్స్‌ను చదవాలి. ఈ దుష్ఫలితాలనుండి ఉపశమనం పొందుటకు అవసరమైన ద్రవ్యాలను ఇంటినందు నిలువచేసుకోలవాలి.

దుష్ఫలితాలు చాలా కాలముగా ఉంటే లేదా అవి భరించరానివిగా మారితే డాక్టర్ గారిని సంపద్రించాలి.

దుష్ఫలితాల వలన మందులు మానివేసే పరిస్థితి రాకుడదు ఎ.ఆర్.టి. మందులు వాడితే దుష్ఫలితాలు అనుభవించవలసిందే అనే భావన మీలో రాకూడదు. దుష్ఫలితాలు భరించరానివిగా ఉన్న, అవి చాలా నెలలు కొనసాగుతూ ఉన్నా, లేదా అవి మీ నాణ్యమైన జీవితానికి ప్రతిభందకంగా ఉన్నట్లైతే డాక్టర్ గారితో సంప్రదించి మందుల సమూహాన్ని మార్చుకొండి.

భారతదేశంలో వాడుతున్న మొదటి పంక్తి (First LIne) యాంటి రిట్రోవైరల్ మందులతో వచ్చే సాధారణ దుష్ఫలితాలు క్రింద నీయబడినవి.

జుడోవుడైన్ (AZT/ZDV)

వికారము, ఆకలి లేకపోవుట, వాంతులు, పొట్టపై భాగంలో అసౌకర్యం, తలనొప్పి, నిద్రలేమి మొదలగునవి. అతి సాధారణమైన దుష్ఫలితాలు జుడోవుడైన్ తో కలుగుతాయి. కాని దుష్ఫలితాలన్ని దాదాపుగా రెండు వారాలలో సమసి పోతాయి. ఆహారంతో దీనిని తీసుకుంటే ఈ దుష్ఫలితాలు చాలా వరకు తగ్గుతాయి. కొన్ని సందర్భాలలో లక్షణాల అధారిత చికిత్స అనగా, డోంపెరిడోన్, మెటోక్లోప్రమైడ్ , ఆండన్ సెట్రాన్ లాంటివి తీసుకోవలసి ఉంటుంది. జుడోవుడైన్‌తో వచ్చే అతి సాధారణ దుష్ఫలితం రక్తహీనత రక్తహీనత అలసట ద్వారా భహిర్గతమవుతుంది. ఆయాసం అలసట, శ్వాసించే రేటు పెరుగుట మొదలగునవి. జుడోవుడైన్‌తో కలుగుతాయి. జుడోవుడైన్ ప్రారంభించక ముందు రక్తములో హిమోగ్లోబిన్ కొరకు బేస్‌లైన్ పరీక్ష చేయించుకోవాలి. తర్వాత 2 వారాలకు ఆ తర్వాత 3–6 నెలల వరకు నెలకు ఒక్కసారి, ఆ తర్వాత ప్రతి ఆరునెలల కొక సారి రక్త పరీక్ష చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది.

స్టావుడైన్ (d 47)

పెరిఫెరల్ న్యూరోపతి అనగా పాదాలలో మరియు అరచేతులలో తిమ్మర్లు, మొద్దు బారుట మరియు మంటలాంటివి. లిపోడిస్ట్రోఫీ అనగా ముఖంపై ఉన్న కొవ్వు తగ్గిపోవుట, చెంపలు తగ్గిపోవుట కండ్లు లోనికి పోవుట, పిరుదల పై ఉన్న కొవ్వు తగ్గుట,కాళ్ళు, చేతులు సన్నగా అగుట లాంటివి స్టావుడైన్ తో వచ్చే సాధారణ దుష్ఫలితాలు. ఇతర దుష్ఫలితాలు పాంక్రియా టైటిస్ (పొట్టపై బాగంలో నొప్పి), వాంతులు, అల్ప రక్త పోటు, లాక్టిక్ ఆసిడోసిస్ (ఆకలి లోపించుట, వికారం, వాంతులు, కడుపునొప్పి, బలహీనత, అలసట, బరువు తగ్గుట, శ్వాస పీల్చుకొనుటలో ఇబ్బంది, అరుదుగా కాళ్ళలో ఉన్న కండరాలు బలహీనమగుట లాంటివి క్రమంగా పెరుగుతాయి. ఇటువంటి లక్షణాలు కలిగిన వెంటనే డాక్టర్ గారిని సంప్రదించవలసి ఉంటుంది.

పాంక్రియాటైటిస్ మరియు పెరిఫెరల్ న్యూరోపతి లాంటి దుష్ఫలితాలు ఆల్కహాల్ సేవిస్తే మరింత తీవ్రమతువుతాయి.

లామివుడైన్ (3 TC)

చిన్నపిల్లలో ఇది చాలా సానుకూలమైనది. కాని దాదాపు 15% మందిలో పాంక్రియాటైటిస్‌ను గలుగజేస్తుంది.

నెవిరపైన్ :

6-15% మందిలో సాదారణ నుండి మద్యస్థ తీవ్రతతో చర్మంపై దద్దులు ఎర్పడుతాయి. 2-3% మందిలో ప్రాధమిక దశలో గుర్తించి సరియైన చికిత్స చేయనట్లయితే ప్రాణాంతకము కావచ్చు. కావున చర్మంపై దద్దులు ఏర్పడిన వారందరు త్వరగా వైద్య సహాయం పొందాలి. సాధారణంగా వ్యాపించి ఉన్న దద్దులు, జ్వరంతో ఉన్న దద్దులు, మ్యూకస్ పొరతో కూడిన నోరు, ముక్కు, చెవి, జననేంద్రియాలపై ఏర్పడిన దద్దులు తీవ్రమైనవిగా భావించి మందులను మానివేయవలసి ఉంటుంది.

ఆకలి తగ్గిపోవుట కామెర్లు (హెపటైటిస్) వికారం, వాంతులు, కడుపులో అసౌకర్యము, కండ్లు పచ్చగా మారుట, పసుపు రంగులో మూత్రము లాంటివి నెవిరపైన్‌తో కలిగే దుష్ఫలితాలు హెపటైటిస్ బి.సి. సహ సంక్రరణ కలిగి ఉన్నవారిలో, ఆల్కహాల్ తాగేవారిలో సిడి 4 కణాల సంఖ్య 250 కన్నా ఎక్కువ ఉన్న స్త్రీలలో, 400 కన్నా ఎక్కువ ఉన్న పురుషులలో ఈదుష్ఫలితాలు తరుచుగా వస్తాయి.

ఈ దద్దులు ఏర్పడుట మరియు కామెర్లు వ్యాధి సంక్రమణ తగ్గించుకొనుటకు మొదటి 14 రోజులు రోజు ఒకే డోస్ నెవిరపైన్‌ను వాడాలి.

ఎఫావిరెంజ్

నిద్రలేమి, స్వప్నాలతో కూడిన నిద్ర, దుస్వప్నాలు, తలతిరుగుట, మత్తుగా ఉండుట, మానసికంగా కృంగిపోవుట, భ్రమలు (అరుదుగా) ఆత్మహత్యా ఆలోచనలు (అరుదుగా) ఎఫావిరెంజ్‌తో వచ్చే దుష్ఫలితాలు ఇవి చికిత్సా ప్రారంభించిన మొదటి రెండు రాత్రులలో కలుగుతాయి. 3-6 వారాలలోపు ఇవి సమసి పోతాయి. చాలా అరుదుగా ఎఫావిరెంజ్‌ను మానివేయాల్సి వస్తుంది. మానసిక సమస్యలతో, కృంగిపోతున్నవారిని (చికిత్స చేయని యెడల) జాగ్రత్తగా గమనించవలసి ఉంటుంది చర్మంపై దద్దులు మరియు హెపటైటిస్ ఎఫావరెంజ్ తో వచ్చే అరుదైన సమస్యలు.

సవరించిన తేది ఎప్రిల్ 13, 2008