கூட்டு ஹார்மோன் கருத்தடை மருந்து பாவிப்பவர்களுக்கான எஸ்.ஜி.ஜி.ஜி. தகவல் அறிக்கை (தேதி 6/2013)

எழுதியவர்கள்: G.S. மெர்கி-ஃபெல்ட், J. பிட்சர், J. சேதூ, M. பிர்கஹாயிசர்.

கூட்டு ஹார்மோன் கருத்தடை மருந்துகள் கர்ப்பம் தரிப்பதை தடுக்க பெரிதும் உதவுகின்றன. இவை இரு விதமான ஹார்மோன் வகைகளை கொண்டுள்ளன - ஈஸ்ட்ரோஜென் மற்றும் புரோஜெஸ்டிரான். இன்று பலவிதமான ஈஸ்ட்ரோஜென் மற்றும் புரோஜெஸ்டிரான் அடங்கியுள்ள மருந்து கலவைகள் கிடைக்கின்றன. இவைகளை மாத்திரை, யோனி வளையம் அல்லது பிளாஸ்திரி வடிவில் பயன்படுத்தலாம். இந்த ஹார்மோன்களை பயன்படுத்துவதினால் வெகு அரிதாக அபாயகரமான பக்க விளைவுகள் ஏற்படலாம், உதாரணமாக குருதி நாளங்களில் மற்றும் நுரையீரலில் இரத்த உறைவு.

ஒரு சில கருத்தடை மருந்துகளின் பயன்பாடு மற்றவைகளை விட மிகக் குறைவான பக்கவிளைவுகளை ஏற்படுத்தலாம் (விவரங்கள் கீழே).

உங்கள் மருத்துவர் உங்களை சில கேள்விகள் கேட்பதன் மூலம் உங்களுக்கு தீவிரமான பக்கவிளைவுகள் ஏற்படும் சாத்தியக்கூறு உள்ளதா என தீர்மானிப்பார். இந்த அபாயம் வயது முதிர்வு (35 வயதிற்கு மேலே), புகை பிடித்தல், குடும்பத்தில் யாருக்கேனும் இரத்தக்குழாய் அடைப்பு, அதிக உடல் எடை, இரத்தத்தில் அதிக கொழுப்புச்சத்து, இரத்தக்கொதிப்பு, மைகிரேன் தலைவலி, இருதய வால்வுகளில் நோய், நீண்ட நாட்களாக படுக்கையில் கிடத்தல் அல்லது அறுவை சிகிச்சை போன்ற காரணங்களால் அதிகரிக்கலாம்.

உங்களுக்கு பக்கவிளைவுகள் ஏற்படும் சாத்தியக்கூறு இருக்குமானால் உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்கு இம்மருந்தினை பரிந்துரைக்க இயலுமா என தெளிவுபடுத்துவார்.

உபயோகப்படுத்துபவராகிய நீங்கள் இம்மருந்தினை நுகர்வோராக நீங்களும் குருதி நாளங்களில் மற்றும் நுரையீரலில் இரத்த உறைவு ஏற்படும் சாத்தியக்கூறினை சில முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளின் மூலம் குறைக்கலாம், உதாரணமாக புகை பிடித்தலை தவிர்த்தல் மற்றும் உடல் எடையினை மட்டுக்குள் வைத்தல். ஹார்மோன் கருத்தடை மருந்துகளை பயன்படுத்தும் போது வருடத்திற்கு ஒருமுறை மருத்துவ பரிசோதனை செய்துகொள்வது நல்லது.

கருத்தடை மருந்தினை உட்கொள்வதால் முதலில் சில வாரங்களுக்கு அபாயமற்ற சில பக்கவிளைவுகள் ஏற்படலாம் (கீழே பார்க்கவும்). இவை தானாகவே அடங்கிவிடும். இல்லையெனில் வேறு ஒரு கருத்தடை மருந்தினை உட்கொள்வது பயனளிக்கும்.

- தற்சமயம் விற்பனை செய்யப்படும் கருத்தடை மருந்துகளினால் இரத்த உறைவு ஏற்படும் சாத்தியக்கூறு அவற்றின் புரோஜெஸ்டிரான் அளவைப்பொருத்து சற்றே மாறுபடும். இந்த வித்தியாசத்தை உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்கு விவரமாக விளக்குவார். தற்போதைய தகவல்களின்படி லெவோநோஜெஸ்டிரல் எனும் ஜெஸ்டாகென் அடங்கிய மருந்துகள் மிகக்குறைவான பக்கவிளைவுகள் கொண்டவை.
- மருந்துப்பெட்டியில் உள்ள நோயாளிகளுக்கான தகவல் வெளியீட்டினை படிக்கவும்.

<u>கூட்டு கருத்தடை மருந்துகளினால் (CHC) ஏற்படக்கூடிய தீவிரமான பக்கவிளைவுகள்:</u>

ஈஸ்ட்ரோஜென் மற்றும் ஜெஸ்டாகென் அடங்கிய கருத்தடை மருந்துகளைப் பாவிப்பதால் குருதி நாளங்களில் மற்றும் நாடியில் அடைப்பு (thrombosis அல்லது embolism) ஏற்படும் வாய்ப்பு சற்றே அதிகம். இதனால் உடல் நலம் மிகவும் கடுமையாக பாதிக்கப்படலாம் அல்லது மரணம் ஏற்படும் வாய்ப்பும் உள்ளது.

இந்த அபாயம் மருந்தினைப் பயன்படுத்தும் முதலாம் ஆண்டு மிகவும் அதிகமாக இருக்கும். இரத்தக்குழாய் அடைப்பினால் ஏற்படும் அபாயங்களை கூடுமானவரையில் தவிர்க்க அதனை ஆரம்பத்திலேயே அடையாளம் கண்டு, சந்தேகப்படும்படியான அறிகுறிகள் இருக்குமானால் உடனே மருத்துவரை அணுகவேண்டும். எனவே கீழே காணப்படும் அறிகுறிகளை நன்றாக அறிந்துகொண்டு, இவை தென்படும் சமயத்தில் உடனே மருத்துவரை அணுகவும்.

குருதி நாளங்களில் மற்றும் நாடியில் அடைப்பு ஏற்பட்டிருப்பதற்கான அறிகுறிகள்

<u>ஆழமான நாளத்தில் இரத்த அடைப்பு</u> (deep vein thrombosis)

காலில் ஒரு பக்கமாக அல்லது குருதி நாளம் நெடுகிலும் வீக்கம், இழுப்பது போன்ற உணர்வு, அல்லது ஒரு காலில் வலி, (நிற்கும் போது அல்லது நடக்கும் போது மட்டுமே தோன்றினாலும் கூட), கூடுதலான வெப்ப உணர்வு, தோல் அந்த இடங்களில் சிவப்படைதல் அல்லது நிறம் மாறுதல்.

<u>நுரையீரலில் இரத்த உறைவு அல்லது அடைப்பு</u>

- திடீரென மூச்சு திணறல், வேகமாக மூச்சு விடுதல் அல்லது மூச்சு விட இயலாத நிலை.
- திடீர் இருமல், தொண்டைச்சளியில் இரத்தம்.
- நெஞ்சுக்கூட்டில் மூச்சு விடும் பொழுது அதிகரிக்கக்கூடிய பலமான வலி.
- பலமான மயக்க உணர்வு, தலைச்சுற்றல் அல்லது பய உணர்வு.
- மிக வேகமான அல்லது சீரற்ற இதயத்துடிப்பு.

<u>மூளை இரத்த அடைப்பு</u>:

- திடீர் காதுகேளாமை, முகம், கை அல்லது காலில் ஒரு பக்கமாக உணர்வு இழப்பு, திடீரென சிந்திக்கும் திறனில் குறைபாடு.
- தெளிவாக பேச இயலாமல் போதல் அல்லது புரிதலில் குறைபாடு.
- ஒரு அல்லது இரு கண்களிலிலுமே திடீரெனப் பார்வைக்கோளாறு ஏற்படுதல்.
- திடீரென நடக்க இயலாமை அல்லது தலைச்சுற்றல்.
- காரணம் கண்டுகொள்ள இயலாத கடுமையான திடீர் அல்லது தொடரும் தலை வலி.
- வலிப்புடன்கூடிய அல்லது வலிப்பு அறிகுறிகள் இல்லாமல் மயங்கி விழுதல்.

<u>இரத்தக்குழாய் அடைப்பிற்கான பிற அறிகுறிகள்</u>:

- கை அல்லது காலில் கடுமையான வலி அல்லது நீலம் பாரித்தல்.
- கடுமையான திடீர் வயிற்றுவலி.

கீழ்காணும் அறிகுறிகள் தென்பட்டால் உடனே கருத்தடை மருந்து உட்கொள்வதை நிறுத்திவிட்டு உங்கள் மருத்துவரை அணுகவும்:

- திடீரென தோன்றும் மைகிரேன் அல்லது கடுமையான தலைவலி.
- திடீர் மூச்சு திணறல் அல்லது காரணமற்ற இருமல்.
- வீக்கமற்ற அல்லது வீக்கத்துடன் கூடிய கால்வலி.
- திடீரென தோன்றும் பார்வைத்திறன், கேள்வித்திறன், பேச்சுத்திறன் அல்லது மற்ற உணர்வுத்திறன்களில் கோளாறு.
- மேல்வயிறு அல்லது நெஞ்சுக்கூட்டிலிருந்து கிளம்பி கையில் பரவும் கடுமையான வலி. சில சமயம் இவ்வலி கையில் பரவாமல் தனித்தும் தோன்றலாம்.
- திடீரென தோன்றும் தலைச்சுற்றல், மயக்க உணர்வு அல்லது உணர்வுத்திறனில் கோளாறு.
- வலிப்புடன் கூடிய அல்லது வலிப்பற்ற செயல் ஒடுக்கம்.

ஆபத்தற்ற பக்கவிளைவுகள் பெரும்பாலும் தானாகவே அல்லது மருந்து மாற்றத்தின் மூலம் மறைந்து விடும்.

- மார்பகத்தில் இழுக்கும் உணர்வு.
- மாதவிலக்கற்ற நாட்களில் இரத்த போக்கு.
- மனநிலையில் மற்றும் உடலுறவில் ஆர்வம் குறைதல்.
- லேசான தலைவலி.
- பசியுணர்வில் அல்லது உடல் எடையில் மாற்றம்.