ایس ایس آر آئی اداسی کش ادویات

انگلش نام= SSRI ANTIDEPRESSANTS

SSRI/ایس-ایس-آر-آئی اداسی کشا ادویات ڈپریشن اور کچھ دوسری حالتوں کا علاج کرنے کے لیئے استعمال کی جاتی ہیں-انہیں مکمل طور پر اپنا اثر دکھانے میں 2 سے 4 ہفتے لگ سکتے ہیں۔ اداسی کشا ادویات کا نارمل کورس علامات ختم ہو جانے کے کم از کم 6 ماہ تک جاری رہتا ہے-اسکے نقصان دہ اثرات بھی ہو سکتے ہیں لیکن وہ اکثر بہت کم ہوتے ہیں-علاج کے کورس کے اختتام پر اسے مکمل طور پر ختم کرنے سے پہلے ڈاکٹر کے مشورے سے دوا کو آہستگی سے کم کرنا چاہیئے۔

اداسی کشا ادویات صرف ڈپریشن کے لیئے نہیں ہیں

SSRI کا مطلب *Selective serotonin reuptake inhibitor* ہے۔ یہ اداسی کشا ادویات کا ایسا گروہ ہے جو اداسی کی بیماری کے علاج کے لیئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ادویات کچھ دوسری حالتوں کے علاج کے لیئے بھی استعمال کی جاتی ہیں جیسے عصبی بولیمیا، گھبراہٹی حملے کی بیماری، وسوسوں اور جبری افعال کی بیماری۔

اداسی کشا ادویات کس طرح کام کرتی ہیں؟

اداسی کشا ادویات دماغ کے کچھ کیمیکلز میں توازن قائم کرتی ہیں۔ ایس-ایس-آر-آئی اداسی کشا ادویات بنیادی طور پر ایک نیوروٹرانسمیٹر پر اثر انداز ہوتی ہیں جسکا نام سیروٹنن ہے۔ سیروٹنن اور دماغ کے دوسرے نیوروٹرانسمیٹر ز کے توازن میں خرابی کو ڈپریشن اور دوسری کئی حالتوں کی وجہ سمجھا جاتا ہے۔

ایس-ایس-آر-آئی اداسی کشا ادویات کتنی مؤثر ہیں؟

درمیانے سے شدید درجے کے ڈپریشن کے شکار 10 میں سے 5-7 لوگوں کی علامات میں علاج شروع کرنے کے چند ہفتے کے اندر بہتری آنا شروع ہو جاتی ہے-تاہم 10 میں سے 3 لوگ ڈمی گولیوں سے ہی قدرتی طور پر ٹھیک ہو جاتے ہیں-تاہم اگر کسی فرد کو ڈپریشن ہے تو اس بات کا امکان دوگنا ہے کہ کوئی دوا نہ لینے کے مقابلے میں وہ اداسی کشا ادویات سے ٹھیک ہو جائے گا-لیکن یہ ہر ایک پر اثر نہیں کرتیں۔ اسکا ایک اصول ہے کہ جتنا زیادہ شدید ڈپریشن ہوگا اُتنا زیادہ دوا اچھی طرح اثر کرے گی۔

نوٹ:ضروری نہیں کہ اداسی کشا ادویات اداس لوگوں کو خوش کر ے۔لفظ "اداسی" اکثر تب استعمال کیا جات ہے جب لو گ حقیقی معنوں میں اداس، بےزار اور ناخوش ہوتے ہیں۔اصل ڈپریشن خوشی نہ ہونے سے مختلف ہے اوراسکی علامات مستقل ہوتی ہیں(جن میں اکثر مستقل اداسی شامل ہے۔)

ایس۔ایس۔آر۔آئی اداسی کشا ادویات کو جب اُوپر بیان کی گئی دوسری حالتوں کے لیئے استعمال کیا جاتا ہے تو بہتری کی شرح مختلف ہوتی ہے۔جیسے عصبی بولیمیا وغیرہ

ایس۔ایس۔آر۔آئی اداسی کشا ادویات کتنی تیزی سے کام کرتی ہیں؟

کچھ لوگو ں کو علاج شروع کرنے کے چند دن کے اندر ہی بہتری نظر آنا شروع ہو جاتی ہے۔تاہم ایک اداسی کشا دوا کو اپنا مکمل اثر دکھانے کے لیئے اکثر 1-4 ہفتے لگتے ہیں۔ اداسی کشا ادویات کا ایک نارمل کورس علامات کے ختم ہو جانے کے 6 ماہ بعد تک چلتا ہے۔اگر آپ ادویات کو بہت جلد بند کر دیں گے تو علامات تیزی دے واپس آ جائیں گی۔بار بار اداسی کی بیماری کا شکار ہونے والے لوگوں کو زیادہ لمبے عرصے تک دوا کے استعمال کی تجویز دی جاتی ہے۔

جب مریض اداسی کشا ادویات لے رہے ہوتے ہیں

دوا کی تجویز کردہ مقدار ہر روز لینا بہت اہم ہے۔ SSRI اداسی کشا ادویات اچانک سے بند نہ کریں۔اسکی وجہ سے مریض میں مراجعتی علامات پیدا ہو سکتی ہیں۔علاج کے کورس کے اختتام پر دوا کو آہستہ آہستہ کم کر کے ختم کیا جاتا ہے۔لیکن فرد کو چاہیئے کہ وہ یہ تبدیلی خود نہ کرے بلکہ اسکا مناسب وقت آنے پر دوا کی مقدار میں کمی کرے۔

کیا ایس۔ایس۔آر۔آئی اداسی کشا ادویات کی مختلف اقسام ہیں؟

اسکی کئی مختلف قسمیں ہیں،جن میں *citalopram, escitalopram, fluoxetine, paroxetine and*

*Sertraline*شامل ہیں۔ان میں سے ہر ایک مختلف برانڈ کے نام کے ساتھ آتی ہے۔ایسی کوئی بہترین قسم نہیں ہے جو ہر ایک کو یکساں فائدہ پہنچائے۔ اگر انتخاب شدہ دوا موزوں نہ ہو تو اکثر مقدار میں تبدیلی کرنا ضروری ہو جاتا ہے۔ اگر ایک قسم کی اداسی کشا دوا فرد کے لیئے موزوں ثابت نہ ہو تو کوئی دوسری اداسی کشادوا استعمال کی جاسکتی ہے۔

دوا کے نقصان دہ اثرات اور خطرات:

زیادہ تر لوگوں کو بہت کم یا کوئی نقصان دہ اثرات نہیں ہوتے۔ممکنہ نقصان دہ اثرات مختلف چیزوں کے لحاظ سے مختلف ہوتے ہیں ۔آپکو چاہیئے کہ دوا شروع کرنے سے پہلے مریض کو ذیلی اثرات سے اچھی طرح آگاہ کریں۔ اگرچہ تمام نقصان دہ اثرات کی فہرست کا بانا ممکن نہیں ہوتا لیکن کچھ بہت عام اور نقصان دہ اثرات بیان کر دیئے جاتسکے ہیں۔

اصولی طور پر اگر کوئی نقصان دہ اثر ہو یا کوئی تکلیف مسلسل رہے تو ماہر امراض نفسیات کو ریفر کردیں۔

سب سے زیادہ نقصان دہ اثرات

اس میں پیچش، بیمار محسوس کرنا، قے آنا، سر درد شامل ہیں۔اگر یہ نقصان دہ اثرات معمولی ہوں تو علاج جاری رکھنا چاہیئے ہو سکتا ہے کہ ایک آدھ ہفتے میں وہ علامات ٹھیک ہو جائیں۔

ممکنہ غنودگی کا اثر

SSRI کچھ لوگوں میں غنودگی پیدا کرنے کا باعث بن سکتی ہیں۔یہ نقصان دہ اثر زیادہ عام نہیں ہےاور اس سے اتنے مسائل پید انھیں ہوتے جتنے دوسری اداسی کشا ادویات سے ہوتے ہیں۔تاہم مریض کو اسکے ممکنہ اثرات سے آگاہ ہونا چاہیئے خصوصاً اگر وہ ڈرائیور ہوں، یہ آپکی کار چلانے کی صلاحیت میں خرابی پیدا کر سکتی ہے۔علاج کے آغاز کے پہلے مہینے میں یا دوا کی مقدار بڑھانے سےکسی بھی طرح کی غنودگی کا اثر بہت زیادہ ہوتا ہے۔

آنتوں میں خون رسنا

ایس۔ایس۔آر۔آئی آنتوں میں خون رسنا کے تھوڑے سے خطرے سے منسلک ہیں۔یہ خصوصاً بڑی عمر کے افراد اور ان افراد میں ہوتا ہے جو دوسری ادویات لے رہے ہوتے ہیں جن میں یہ صلاحیت ہوتی ہے کہ وہ آنتوں کے اندر کی تہہ کو نقصان پہنچائیں یا خون کے جمنے میں مداخلت کریں۔اسی لیئے بہتر یہی ہے کہ اگر آپ *SSRI* لے رہے ہیں تو *aspirin, warfarin or*

non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs) *such as ibuprofen, naproxen* سے پرہیز کریں۔اگر *SSRI* کا کوئی موزوں متبادل نہ مل سکے اور مریض کی آنتوں میں خون رسنے کا خطرہ زیادہ ہوتو ڈاکٹر اسکے ساتھ آنتوں کی اندرونی تہہ کی حفاظت کے لیئے ایک اور دوا کا اضافہ کر سکتے ہیں۔

ہڈیوں کے ٹوٹنے کا معمولی بڑھتا ہوا خطرہ

تحقیقاتی سٹڈیز بتاتی ہیں کہ جو لوگ *SSRI* لے رہے ہوتے ہیں ان میں ہڈیوں کے ٹوٹنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔تاہم اس بڑھتے ہوئے خطرے کی وجہ واضح نہیں ہے۔

اعصابی نظام کے نقصان دہ اثرات

چکر آنا، اضطراب، گھبراہٹ، نیند سے متعلقہ مسائل اور ٹیومر یہ تمام ممکنہ نقصان دہ اثرات کے طور پر بیان ہوئے ہیں۔

جنسی مسائل

جنسی کارکردگی کے مسائل ڈپریشن کی عام علامات میں سے ایک ہے۔تاہم تمام اداسی کشا ادویات جنسی کارکردگی میں مسائل پیدا کرنے کی وجہ بن سکتی ہیں۔ استادگی، اندام نہانی کا خشک ہونا، جنسی تحریک میں کمی کے مسائل کو کچھ لوگوں نے اسکے نقصان دہ اثرات کے طور پر بیان کیا ہے۔

اداسی کشا ادویات اور خود کشی کا برتاؤ

حالیہ سالوں میں کچھ ایسی خبریں عام ہوئی تھیں۔ تاہم تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ ان ادویات سے خودکشی میں اضافہ نہیں ہوتا۔ بلکہ کمی ہوتی ہے۔

کیا ایس-ایس-آر-آئی اداسی کشا ادویات دوا کاعادی کر دیتی ہیں؟

ایس-ایس-آر-آئی اداسی کشا ادویات سکون آور ادویات نہیں ہیں۔ زیادہ تر لوگ ایس-ایس-آر-آئی اداسی کشا ادویات کو بغیر کسی مسئلے کے چھوڑ سکتے ہیں۔علاج کے کورس کے اختتام پر آپکو چاہیئے کہ اسکی کم مقدار 4 ہفتوں میں آہستہ آہستہ کم کروئیں۔ اسکی وجہ یہ ہے کہ کچھ لوگ اگر ان کو اچانک سے بند کر دیں تو ان میں مراجعتی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔اگر فرد میں مراجعتی علامات پیدا ہو جائیں تو اسکا ہرگز یہ مطلب نہیں ہے کہ وہ اسکا عادہ ہو گیا ہےکیونکہ اس سے عادی ہونے کی دوسری خصوصیات جیسے دل للچانا پیدا نہیں ہوتیں۔

مراجعتی علامات میں مندرجہ ذیل علامات پیدا ہوسکتی ہیں۔چکر آنا، بےچینی، اضطراب اور گھبراہٹ، نیند کے مسائل، زکام جیسی علامات، پیٹ میں مڑوڑ اُٹھنا، اسہال، جسم میں سوئیاں چبھنا، مزاج کے بدلاؤ، خود کو بیمار اور اداس محسوس کرنا۔اگر آپ دوا کی مقدار کو آہستہ آہستہ کم کریں گے تو یہ علامات پیدا نہیں ہونگی۔اگر مراجعتی علامات پیدا ہوتی بھی ہیں تو یہ صرف دو ہفتے تک رہیں گی۔ اگر یہ دوبارہ پید ہوں تو دوا کو دوبارہ سے شروع کریں اور پھر اسے پہلے سے بھی زیادہ آہستہ آہستہ کم کریں۔

مزید ذہنی بیماریوں پر مفت معلومات اور سی بی ٹی پر مشتمل اپنی مدد آپ کے علاج کے کتابچوں کے لئے ہماری ویب سائٹ دیکھیں۔ پاکستان ایسوسی ایشن آف کوگنیٹو تھراپسٹس *http://www.pactorganization.com/*

بیماری شدید ہونے کی صورت میں اپنے ڈاکٹر یا نزدیکی ماہر امراض نفسیات سے رجوع کریں۔