

# पेडिनीसोलोन या हैड्रोकॉर्टिसोन लेने वाले मरीजों के लिये आवश्यक सूचना/सलाह

अधिक वजन होने से उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, मधुमेह और जोड़ों के दर्द इत्यादि परिस्थितियां उत्पन्न हो सकती हैं। स्वस्थ जीवन के लिये अच्छा तरीका यह है कि आप अपने शरीर का अतिरिक्त वजन कम करें। निम्नलिखित उपायों का दैनिक जीवन में प्रतिदिन प्रयोग करने से वजन कम करने में मदद मिलती है। आपके पूरे परिवार के इस दिनचर्या का पालन करने से आपको अधिक सफलता मिलेगी तथा आपके परिवार जनों के लिये (बच्चों के लिये भी) फायदेमंद होगा।

1. आपको दवा जीवन भर लेनी है।
2. पेडिनीसोलोन (Prednisone) या हैड्रोकॉर्टिसोन (Hydrocortisone) के बारे में आपको निम्नलिखित सावधानियाँ बरतनी हैं।
  - आपको यदि हलका बुखार है जैसे खाँसी, सर्दी, मामूली उलटी, दस्त होने पर अपनी दवा की खुराक दुगना कर दीजिये।
  - यदि बुखार अधिक हो या अधिक मात्रा में उलटी दस्त या निमोनिया हो तो आप दवा की खुराक तीन गुना कर दें।
3. मरीज यदि बहुत सुस्त दिखता है, ज़्यादा मात्रा में उलटी करता हो जिसके कारण दवा नहीं ले सकता है या बेहोश हो जाता है तो आप इफकोरलिन या हैड्रोकॉर्टिसोन, इंजेक्शन तुरन्त दें तथा अपने नज़दीकी चिकित्सक से संपर्क करें।
4. यदि आपको दवा खाने के तुरन्त बाद उलटी हो जाये तो दवा की वही खुराक फिर से खाये या दें।
5. इन निर्देशों के अलावा बुखार के इलाज के लिये आप अपने नज़दीकी चिकित्सक से संपर्क करें।
6. जैसे ही बीमारी ठीक हो जाती है, पेडिनीसोलोन की खुराक को दैनिक डोज़ पर ले आये।

7. यदि फ्लोरिनेफ (Florinef) दवा भी आपके लिये बताई गयी है , तो उसकी खुराक को बीमारी के दिनों में बढ़ाना नहीं है।

8. गर्मी के दिनों में आहार में ज़्यादा नमक लेने की आवश्यकता होती है।