गाउटचे दीर्घकालीन औषध

Allopurinol · Febuxostat · Colchicine

तुमची रोजची गोळी: ....
कोल्चिसीन कव्हर: .... **पुढील** .... **महिने**

सर्वात महत्त्वाची गोष्ट

तुमची रोजची गोळी वेदनाशामक नाही. ती सांध्यांत साठलेले युरिक अॅसिडचे स्फटिक हळूहळू विरघळवते. तिला काम करायला महिने लागतात, आणि तुम्हाला काहीच जाणवणार नाही.

झटक्याच्या काळातही ही गोळी घेत राहा. ती बंद करू नका, आणि सांधा सुजल्यावर स्वतःहून मात्रा सुरू किंवा बदलू नका. वारंवार बंद करून पुन्हा सुरू केल्याने झटके अधिक तीव्र आणि लांबतात.

पहिल्या काही महिन्यांत झटके वाढू शकतात — हे अपेक्षित आहे

जुने स्फटिक विरघळताना ते झटका भडकवू शकतात. हे औषध काम करत असल्याचे लक्षण आहे, अपयशाचे नाही. म्हणूनच आम्ही पहिले 3 ते 6 महिने कोल्चिसीनचे कव्हर देतो. कृपया संयम ठेवा आणि औषध चालू ठेवा.

Allopurinol ने अंगावर कुठेही पुरळ उठल्यास — त्याच दिवशी गोळी बंद करून संपर्क करा

पुरळ हे कधीकधी गंभीर प्रतिक्रियेचे पहिले लक्षण असू शकते. ते आपोआप जाईल का हे पाहण्याची वाट पाहू नका, आणि नंतर ही गोळी पुन्हा कधीही सुरू करू नका.

कोल्चिसीन

- लिहिल्याप्रमाणेच घ्या. **जुलाब म्हणजे मात्रा जास्त आहे** — थांबा आणि आमच्याशी संपर्क करा, सहन करत पुढे जाऊ नका.
- तुम्ही कोलेस्टेरॉलची गोळी (statin) घेत असाल किंवा नवीन अँटिबायोटिक सुरू झाले असेल तर सांगा — काही संयोग स्नायूंना इजा करू शकतात.

आहार

- **दारू, विशेषतः बिअर, हे सर्वात मोठे कारण आहे.** ती सोडल्याने खरोखर फरक पडतो.
- लाल मांस, यकृत-मूत्रपिंडासारखे अवयव आणि कोळंबी-खेकडा मर्यादित करा.
- **गोड पेये आणि डब्यातील ज्यूस सोडा** — त्यातील फ्रुक्टोज युरिक अॅसिड वाढवते.
- भरपूर पाणी प्या. दूध-दही आणि कॉफी उपयुक्त आहेत.
- जास्तीचे वजन कमी करा — पण **उपाशी राहून नाही**, त्याने झटका येऊ शकतो.

हे आयुष्यभर चालणारे उपचार आहेत, रक्तदाबाच्या औषधासारखे. गाउट हा शरीरातील एक बिघाड आहे, केवळ अधूनमधून येणारे दुखणे नाही.