

# நரம்பு வலி மருந்துகள் (கபபென்டின் மற்றும் ப்ரீகாபலின்)



நரம்பு வலி எரியும், துடிக்கும் அல்லது நடுக்கம் போன்ற உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது.

Kieran Hirpara © 2024 4.0

இந்தப் பக்கம் இயந்திரத்தால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது; இன்னும் மருத்துவரால் சரிபார்க்கப்படவில்லை. **ஆங்கிலப் பதிப்பே** அதிகாரப்பூர்வமானது.

நீங்கள் gabapentin, pregabalin, amitriptyline அல்லது துலொக்ஸெடின், நீங்கள் ஆச்சரியப்படலாம்: இவை பெரும்பாலான மக்கள் பயன்படுத்தும் வலி நிவாரணிகள் அல்ல ஒரு நல்ல காரணம் இருக்கிறது. அவர்கள் சிகிச்சை வலி, **நரம்பு வலி**, நடத்துகிறது இது சாதாரண வலியிலிருந்து வேறுபட்டது, இதற்கு வேறு வகையான மருந்து தேவைப்படுகிறது சரியாகப் பயன்படுத்தினால், இவை மதிப்புமிக்கவை, **ஓபியோயிட் அல்லாத** அமைதிப்படுத்த வழி நரம்பு வலி கீழே.

## நரம்பு (நரம்பியல்) வலி என்றால் என்ன?

பெரும்பாலான வலிகள் ஒரு விவேகமான எச்சரிக்கை ஆகும்: நீங்கள் உங்கள் கையைத் தாக்கினால், திசு காயமடைகிறது, மற்றும் அது குணமடையும் வரை வலிக்கிறது. **நரம்பு வலி** (மருத்துவர்கள் இதை நரம்பியல் வலி) வேறுபட்டது. இங்கே பிரச்சனை நரம்பு தான்: ஒரு நரம்பு எரிச்சல், அழுத்தம் அல்லது சேதம் ஏற்பட்டால் தானாகவே வலி சமிக்ஞைகளை அனுப்பத் தொடங்குகிறது, சருமம் அல்லது திசுவில் சிறிய அல்லது எந்த பிரச்சனையும் இல்லை என்றாலும் அது அறிக்கை செய்கிறது விழிப்பூட்டல், உண்மையில், தவறானதாகி, தொடர்ந்து ஒலிக்கிறது.

நரம்பு வலி தனித்துவமாக உணர முனைகிறது. மக்கள் அதை விவரிக்கிறார்கள்ஃ

- எரியும் அல்லது சூடாக

- **படப்பிடிப்பு** அல்லது **மின்சார அதிர்ச்சி**- போன்ற, பெரும்பாலும் ஒரு வரிசையில் இயங்கும்
- **ஊசிகள் மற்றும் ஊசிகள்**, நொறுங்குதல் அல்லது ஊர்ந்து செல்வது
- ஒரு பகுதி உணர்கிறது **மயக்கம் ஆனால் வலி** அதே நேரத்தில்
- சருமம் மிகவும் உணர்திறன் கொண்டது, ஒரு சிறிய தொடுதல் அல்லது படுக்கை துணி கூட வலிக்கிறது

இது போன்ற ஒரு சிக்கிய நரம்பு இருந்து வர முடியும் **கார்பல் டன்னல் சிண்ட்ரோம்**, ஒரு **நரம்பு காயம்** அல்லது சில அறுவை சிகிச்சைகளுக்குப் பிறகு, ஷென்டிஸ் போன்ற நிலைகளிலிருந்து அல்லது **நீரிழிவு**, அல்லது ஒரு நிலையில் இருந்து **சிஆர்பிஎஸ்** (தொகுதியான பிராந்திய வலி சிண்ட்ரோம்) ஒரு காயத்திற்குப் பிறகு ஒரு கை அல்லது கால் வலிக்கும் மற்றும் அதிக உணர்திறன் கொண்டதாக மாறும்.

## சாதாரண வலி நிவாரணிகள் ஏன் பெரும்பாலும் பெரிதாக உதவாது

இது தான் மக்களை மிகவும் ஆச்சரியப்படுத்தும் பகுதி. பாராசெட்டமால், இப்புரோஃபென் மற்றும் மற்ற அழற்சி எதிர்ப்பு மருந்துகள் முக்கியமாக அழற்சி மற்றும் திசு சேதம் (ஒரு நரம்பு வலி உண்மையில் ஒரு அழற்சி அல்ல இது ஒரு அதிகப்படியான செயல்பாடு, தவறான நரம்பு பிரச்சனை. எனவே வழக்கமான வலி நிவாரண மருந்துகள், மற்றும் வலுவான ஓபியாய்டுகள் கூட, பெரும்பாலும் சிறிய அளவிலான பாதிப்பை மட்டுமே ஏற்படுத்துகின்றன.

அதனால்தான் நாம் வேறு வகையான மருந்துகளை பயன்படுத்துகிறோம். அவை நரம்பு மண்டலத்தின் மீது வேலை செய்கின்றன. அதிகப்படியான செயல்திறன் கொண்ட வலி சமிக்ஞைகள். (சிலர் வலிப்பு நோய்க்கு, சிலர் மனச்சோர்வுக்கு), தவறான நரம்பு சமிக்ஞைகளை அமைதிப்படுத்துவதில் மிகச் சிறப்பாக இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்டது. செய்கிறது **இல்லை** அதாவது உங்கள் வலி கற்பனையானது என்று நாங்கள் நினைக்கிறோம் அல்லது உங்களுக்கு மாரடைப்பு உள்ளது அல்லது மனச்சோர்வு; நாம் மருந்தை அது சிறப்பாக செய்யும் வேலையில் பயன்படுத்துகிறோம் என்று அர்த்தம்.

## கபாபென்டின் மற்றும் ப்ரீகாபலின் (Lyrica)

நரம்பு வலிக்கு சிகிச்சையளிப்பதில் இவை இரண்டும் பிரதானமானவை மற்றும் நெருக்கமாக தொடர்புடையவை. **ப்ரெகாபலின்** பிராண்ட் பெயரில் விற்கப்படுகிறது **லிரிகா**; **கபாபென்டின்** என்பதும் Neurontin என விற்பனை செய்யப்படுகிறது.

ஒரு எரிச்சலூட்டும் நரம்பு சிறிய வாயில்கள் வழியாக கால்சியம் பாய்ச்சுவதன் மூலம் தீப்பிடிக்கிறது **கால்சியம் சேனல்கள்**; gabapentin மற்றும் pregabalin இந்த சேனல்களை ஈரமாக்குகின்றன, எனவே நரம்புகள் குறைவாக சுடப்படுகின்றன, மேலும் குறைவான வலி

செய்திகள் செல்லும். அழற்சி எதிர்ப்பு மருந்துகள் மற்றும் அவை ஓபியாய்டுகள் அல்ல; அவை நரம்பை அமைதிப்படுத்துகின்றன மயக்கமளிக்கும் திசுவை விட.

யதார்த்தத்தின் ஒரு சொல்: இந்த மருந்துகள் நரம்பு வலிக்கு சிறந்த முறையில் உதவுகின்றன அது பின்னால் ஒரு குறைபாடுள்ள, over-firing நரம்பு. அவர்கள் இல்லை நிர்வகிக்க ஒரு நல்ல வழி ஒரு அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு ஏற்படும் சாதாரண வலிகள் அல்லது சாதாரண வலிகள், அறுவை சிகிச்சையைச் சுற்றி வழக்கமாக “ஒருவேளை” பரிந்துரைக்கப்படவில்லை; அந்த வகையான அதிக நிவாரணத்தை சேர்க்காமல் பக்க விளைவுகளை சேர்க்கும் வலி. அவர்கள் தங்கள் இடத்தை பெறுகிறார்கள் நரம்பு வலி உண்மையான பிரச்சனை போது.

## அமிட்ரிப்டைலின் மற்றும் துலொக்செடின் மாற்று மருந்துகள்

gabapentin அல்லது pregabalin உங்களுக்கு பொருந்தவில்லை என்றால், அல்லது வேலை செய்யவில்லை என்றால், இரண்டு மற்ற மருந்துகள் ஒரே பிரச்சனையில் வேறு கோணத்தில் செயல்படுகின்றன.

- **அமிட்ரிப்டைலின்** ஒரு பழைய மனச்சோர்வு மருந்து இங்கே பயன்படுத்தப்படுகிறது ஒரு மிக குறைந்த அளவிலான இந்த சிறிய அளவுகளில் இது உடலின் சொந்த முதுகெலும்பு மற்றும் மூளையில் வலியைக் குறைக்கும் பாதைகள். இரவில் மிகக் குறைந்த அளவு எடுத்துக்கொள்ளப்படுகிறது, ஏனெனில் இது தூக்கத்திற்கு உதவுகிறது, இது நரம்பு வலி உங்களை விழித்திருக்கும்போது உதவியாக இருக்கும்.
- **துலொக்செடின்** ஒரு SNRI (ஒரு புதிய வகை மன அழுத்த மருந்து) மீண்டும், நரம்பு மண்டலத்தில் இயங்கும் இயற்கையான வலி கட்டுப்பாட்டு சமிக்கைகளை வலுப்படுத்துகிறது நீரிழிவு நோய் தொடர்பான நரம்பு வலிக்கு இது ஒரு பொதுவான தேர்வு.

gabapentin மற்றும் pregabalin போன்றவை, இவற்றில் ஒன்றை வழங்குவது வலி பாதை, உங்கள் மனநிலை இல்லை.

## இந்த மருந்துகளை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது?

இந்த மருந்துகள் அனைத்திற்கும் சில நடைமுறை புள்ளிகள் பொருந்தும். முன்னேற்றம் அனுபவத்தை மிகவும் மென்மையாக்குகிறது.

**அவை தாழ்வாக ஆரம்பித்து மெதுவாக கட்டமைக்கப்படுகின்றன.** நீங்கள் வழக்கமாக ஒரு சிறிய தொடங்கும் இந்த எச்சரிக்கை நோயாளிகளுக்கு பொருந்தாது. மெதுவாகச் செல்வது உங்கள் உடல் மருந்துக்கு பழகுவதற்கு உதவுகிறது ஆரம்பகால பக்கவிளைவுகள் குறையும், எனவே நீங்கள் ஒரு பயனுள்ள அளவை நீங்கள் அதை தொடங்கியிருந்தால் தரையில் நீங்கள் வேண்டும்.

**அவை வேலை செய்ய நேரம் எடுக்கும்: அவை உடனடி அல்ல.** பாராசெட்டமால் போலல்லாமல், நீங்கள் ஒரு மாத்திரையை எடுத்து அரை மணி நேரத்திற்குள் நிவாரணம் உணர மாட்டீர்கள். அமிட்ரிப்டைலின் மற்றும் துலொக்ஸெடின் நீங்கள் அவர்களை நியாயமான தீர்ப்பு முன் ஒரு நியாயமான டோஸ் பல வாரங்கள் தேவை. ஒரு மருந்தை மக்கள் தவறவிடுவதற்கான ஒரே பொதுவான காரணம் அது இன்னும் வேலை செய்யவில்லை என்றால், அது பெரும்பாலும் அர்த்தம் அதிக நேரம் அல்லது அதிக அளவு தேவைப்படுகிறது, அது தோல்வியுற்றது அல்ல.

**[அடிக்குறிப்புகள்]** அது பெரும்பாலான மக்களுக்கு ஒரு நல்ல முடிவு என்னவென்று தெரிந்துகொள்ள உதவுகிறது. வலி மெதுவாகவும் நிர்வகிக்கக்கூடியதாகவும் மாறுகிறது (எ. கா. கடுமையான வலியில் இருந்து லேசான வலியாக மாறுகிறது, அல்லது தூங்க விடாமல்) முற்றிலுமாக மறைந்துவிடுவதை விட. சிலருக்கு சிறிது நிவாரணம், சிலருக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட மருந்து உதவுகிறது எதுவும் அவர்களுக்கு, இது ஏன் அது பெரும்பாலும் ஒரு முயற்சி வழக்கு மற்றும், தேவைப்பட்டால், உங்கள் மீதமுள்ள சிகிச்சையுடன் மருந்தை இணைத்தல் (கையை நகர்த்துவது, கை சிகிச்சை, நாம் எந்தவொரு மாத்திரையையும் தனியாக உட்கொள்வதை விட இது பொதுவாக அதிக செயல்திறனைக் கொண்டுள்ளது.

**பொதுவான பக்க விளைவுகள்.** வழக்கமானவை தூக்கமின்மை, தலைச்சுற்றல் மற்றும் ஒரு உலர் வாய்\*\*; சிலருக்கு எடை அதிகரிப்பு அல்லது கணுக்கால் சற்று வீக்கம் ஏற்படும். இவை பொதுவாக ஆரம்பத்தில் மோசமானவை மற்றும் உங்கள் உடல் சரிசெய்யப்படுவதால் பெரும்பாலும் எளிதாக இருக்கும், இது சரியாக ஏன் நாம் மெதுவாக டோஸ் வரை உருவாக்க. அவர்கள் தொந்தரவாக இருந்தால் எங்களுக்கு சொல்ல; மெதுவாக அதிகரிப்புகளை குறைப்பது, அல்லது அளவை சரிசெய்தல், பொதுவாக அதை சரிசெய்கிறது.

**நீங்கள் அமைக்க போது ஓட்டுநர் மற்றும் ஆல்கஹால்.** ஏனென்றால் இவை உங்களைத் தூக்கமடையச் செய்யும் அல்லது தலைவலி ஏற்படும் வரை, வாகனம் ஓட்டுவதில் அல்லது இயந்திரங்களை இயக்குவதில் கவனமாக இருக்கவும் மருந்து உங்களை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதை தெரிந்து கொள்ளுங்கள், குறிப்பாக முதல் நாட்களில் ஆல்கஹால் குடிப்பதில் கவனமாக இருங்கள், ஏனெனில் அது தூக்கத்தை அதிகரிக்கிறது.

**திடீரென்று அவர்களை நிறுத்த வேண்டாம்.** நேரம் வரும் போது இவற்றில் ஒன்று மருந்துகளை உட்கொண்டால், **படிப்படியாகக் குறைக்கப்படும் (குறுகிய)** விட திடீரென நிறுத்துவது விரும்பத்தகாத நிறுத்த விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். எப்போதும் வழிகாட்டுதலுடன் அவர்களிடமிருந்து வெளியே வாருங்கள், உங்கள் சொந்தமாக அல்ல.

## கட்டுப்படுத்தப்பட்ட மருந்துகளாக gabapentin மற்றும் pregabalin பற்றிய குறிப்பு

கபாபென்டின் மற்றும் ப்ரெகாபலின் ஆகியவை இப்போது **கட்டுப்படுத்தப்பட்ட மருந்துகள்** அங்கே . இரண்டு காரணங்கள் உள்ளன. முதலாவதாக, அவை தவறான பயன்பாடு மற்றும் சில நாடுகளில் சார்பு ஆகியவற்றின் அபாயத்தை கொண்டுள்ளன. இரண்டாவதாக, மற்றும் மிக முக்கியமாக பாதுகாப்பிற்காக, அவை \*\* ஆபத்தானதாக

இருக்கும்போது ஓபியாய்டுகள் அல்லது பிற மயக்க மருந்துகள்\*\* (வலுவான தூக்க மாத்திரைகள் உட்பட) இவை இரண்டும் சேர்ந்து உங்கள் சுவாசத்தை மெதுவாக்கும்.

நடைமுறையில் இது குறிக்கிறது: அவர்களை எடுத்து **பரிந்துரைக்கப்பட்டபடி சரியாக**, பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம், கூடுதல் மருந்துகளை உட்கொள்ள வேண்டாம், உங்களை சிகிச்சையளிக்கும் ஒவ்வொரு மருத்துவரும் நீங்கள் ஒன்று, குறிப்பாக யாராவது உங்களுக்கு ஓபியாய்டு வலி நிவாரணி மருந்துகளை பரிந்துரைக்க நினைத்தால் அல்லது மயக்க மருந்துகள். **அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின் வலியை நிர்வகித்தல்** மற்றும் **வலிக்கு கஞ்சா மற்றும் CBD** அவை இருந்தால் உங்களுக்கு பொருத்தமானவை.

இவற்றில் எதுவுமே உங்களை ஏமாற்றக் கூடாது. பாதுகாப்பான, பயனுள்ள மற்றும் உண்மையிலேயே பயனுள்ள **ஓபியோயிட் அல்லாத** நரம்பு வலியைக் கொண்டுவரும் வழி கட்டுப்படுத்தப்பட்ட மருந்துகளின் அந்தஸ்து வெறுமனே அவற்றைப் பயன்படுத்துவதற்கான ஒரு காரணமாகும் சிந்தனையுடன் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்டபடி மட்டுமே.

## உதவி தேடுங்கள்

நீங்கள் பின்வருவனவற்றைக் கவனித்தால், எங்களை, உங்கள் குடும்ப மருத்துவரை தொடர்பு கொள்ளவும் அல்லது அவசர சிகிச்சை பெறவும்ஃ

- **கடுமையான மயக்கம் அல்லது குழப்பம்**, அல்லது நீங்கள் எளிதாக எழுப்ப முடியாது
- **மனநிலை மாற்றங்கள், அல்லது உங்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் எண்ணங்கள்**: நேர்மையாகப் பேசுங்கள் விலகல்
- **மூச்சுத் திணறல்** அல்லது அசாதாரணமாக மெதுவாக அல்லது ஆழமற்ற சுவாசம், குறிப்பாக நீங்கள் ஓபியாய்டு அல்லது மயக்க மருந்தையும் எடுத்துக்கொள்கிறீர்கள் (அவசரகால சேவைகளை அழைக்கவும்)
- அறிகுறிகள் **ஓவ்வாமை எதிர்வினை**: முகப்பரு, உதடுகள் அல்லது நாக்கு, அல்லது சுவாசிப்பதில் சிரமம் (இது அவசரநிலை)

மற்றும் மருந்து வெறுமனே ஒரு நியாயமான சோதனை பிறகு உதவவில்லை என்றால் தொடர்பு கொள்ள, அல்லது பக்க விளைவுகளுடன் வாழ்வது கடினம்; பல விருப்பங்கள் உள்ளன, அது பொதுவாக உங்களுக்கு பொருத்தமான ஒன்றைக் கண்டுபிடிப்பது ஒரு விஷயம்.