उर्टिकारिया

INDIAN ASSOCIATION OF DERMATOLOGISTS VENEREOLOGISTS & LEPROLOGISTS
IADVL
1973

इंडियन असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स, वेनरोलॉजिस्ट्स एंड लेप्रोलॉजिस्ट्स

- उर्टिकारिया क्या है?
- उर्टिकारिया कैसे होता है?
- ऊर्टिकारिया के कौन से प्रकार हैं?
- उर्टिकारिया कैसा दिखता है? क्या उर्टिकारिया शरीर के अन्य भागों में फैल सकता है?
- यदि किसी को छाले पड़ जाते हैं तो उसे क्या करना चाहिए?
- क्या उर्टिकारिया की पुष्टि करने के लिए कोई परीक्षण हैं?
- उर्टिकारिया का उपचार कैसे किया जा सकता है?
- उर्टिकारिया का उपचार करने के लिए सबसे अच्छा एंटीहिस्टेमिनिक क्या है और कब कि किया जाना चाहिए?
- उर्टिकारिया का क्या कोर्स है? क्या ये फिर से उभर सकता है?
- उर्टिकारिया के बारे में जानने के लिए महत्वपूर्ण पहलू क्या हैं?

1. उर्टिकारिया क्या है?

- उर्टिकारिया या ''चकत्ते'' त्वचा पर कम समय के लिए होने वाले उभार हैं जिनमें तेज खुजली होती है और ये लाल रंग के होते हैं.
- यह बहुत ही सामान्य स्थिति है और करीब 20 प्रतिशत लोगों को अपने जीवन में कभी न भी चकत्ते उभरते हैं.

2. व्यक्ति को उर्टिकारिया कैसे हो सकता है?

- उर्टिकारिया हिस्टेमाइन नामक रसायन के मुक्त होने के कारण होता है जिसके चलते त्वचा में खुजली, लालिमा और सूजन होती है. अधिकांश मामलों में, कुछ घंटों में ही अचानक घाव उभरते हैं और गायब हो जाते हैं.
- यदि ये रोग 6 सप्ताह से कम समय तक रहता है तो इसे एक्यूट उर्टिकारिया कहते हैं, और संक्रमण (सामान्य रूप से ऊपरी श्वसन मार्ग का संक्रमण), खाद्य पदार्थ की एलर्जी और दवा की एलर्जी जैसे कारण इसके लिए जिम्मेदार होते हैं.
- यदि रोग 6 सप्ताह से अधिक समय तक रहता है तो इसे क्रॉनिक उर्टिकारिया कहा जाता है. उर्टिकारिया की यह किस्म एक्यूट उर्टिकारिया के लिए वर्णित कारणों के अलावा होती है (ये भौतिक या तात्कालिक हो सकता है).
- कई बार, उर्टिकारिया का कारण विस्तृत परीक्षणों के बाद भी पहचाना नहीं जा सकता.

3. उर्टिकारिया के कौन से प्रकार हैं?

- उर्टिकारिया एक्यूट या क्रॉनिक (भौतिक या तात्कालिक) हो सकता है. लेकिन जब आपको सबसे पहले उर्टिकारिया होता है तब आप नहीं बता सकते हैं कि यह कितने समय तक रहेगा, और इसीलिए आप ये नहीं कह सकते कि आपको एक्यूट उर्टिकारिया हुआ है या क्रॉनिक.
- वैसे तो सभी प्रकार के उर्टिकारियल घाव एक समान दिखते हैं, लेकिन उनके उत्प्रेरक अक्सर अलग अलग होते हैं. कौन सी बात आपके उर्टिकारिया को उत्प्रेरित करती है, यह पहचानने से आपको उत्प्रेरक को टालने में मदद मिल सकती है.

एक्यूट उर्टिकारिया:

- चकत्ते अधिकतम 6 सप्ताह से ज्यादा समय तक नहीं रहेंगे. अलग अलग घाव 24 घंटों के अंदर सामान्य रूप से गायब हो जते हैं जब कि नए उभरते रहते हैं.
- एक्यूट हाइव्स (छालों) के उत्प्रेरकों में शामिल हैं संक्रमण, दवाएँ, कीटों के डंक (मधुमक्खियाँ, हड्डा, चींटियाँ), खाद्य पदार्थ की एलर्जी और कुछ तत्वों के साथ शारीरिक संपर्क.
- भोजन से संबंधित उर्टिकारिया भोजन करने के 30 मिनट के अंदर उभरता है और इसका कारण बननेवाले सबसे संभावित आहारों में शामिल है दूध, अंडे, मूंगफली, अन्य नट्स, सोय, गेहूँ, मछली और शेलफिश. पौधों, कच्चे फलों, सब्जियों, और लैटेक्स के शरीर पर लगने के कारण कुछ व्यक्तियों में उर्टिकारिया हो सकता है.
- इस सूची में सभी कुछ शामिल नहीं हैं.

क्रॉनिक उर्टिकारिया:

- चकत्ते तकरीबन हर दिन उभरते हैं और छह सप्ताह तक रहते हैं, कभी कभी वर्षों तक रहते हैं. क्रॉनिक उर्टिकारिया में भी अलग अलग घाव सामान्य रूप से 24 घंटे के अंदर गायब हो जाते हैं जब कि नए घाव उभरते रहते हैं.
- ये चकत्ते उभरते हैं और चले जाते हैं और ये नींद, काम या स्कूल की पढ़ाई में बाधा डाल सकते हैं.
- क्रॉनिक हाइव्स के अधिकांश मामलों में कारण अज्ञात होता है. रोग प्रतिकारक प्रणालि में समस्याएँ इसमें भूमिका निभा सकती हैं. ये मेडिकल या ऑटोइम्यून स्थितियों का संकेत हो सकता है जिसमें शामिल हैं थायरॉयड या लीवर के रोग, दीर्घ कालिक संक्रमण, एलर्जिक स्थितियाँ जैसे कि एलर्जिक रायनायटिस, दमा या ल्यूपस.
- कारणों की यह सूची सभी पहलुओं को शामिल नहीं करती है. अक्सर किसी कारण को पहचाना नहीं जा सकता है.
- कलरेंट्स, प्रिज़र्वेटिव्स और एसेंस जैसे फूड एडिटिव्स तथा एनएसएआईडी एक्यूट और क्रॉनिक उर्टिकारिया दोनों के महत्वपूर्ण उत्प्रेरक हैं.

फिज़िकल (भौतिक) या इंडक्टिबल उर्टिकारिया:

- यह क्रॉनिक उर्टिकारिया का एक खास उपप्रकार है जहाँ पर चकत्ते भौतिक कारकों से उत्प्रेरित हो सकते हैं जैसे कि ठंडी के संपर्क में आना, तापमान में बदलाव या पसीना, कंपन, दबाव, व्यायाम, सूर्यप्रकाश या पानी इत्यादि.
- डेमोग्राफिज़्म एक प्रकार का भौतिक, इंडक्टिबल उर्टिकारिया का प्रकार है जिसमें लाल, उभरी हुई रेखाएँ उभरती हैं मानो त्वचा पर कसकर घाव लगाया गया हो या खरोंच लगी हो. चकत्तों के भौतिक स्वरूप दीर्घकालिक होते हैं.

4. उर्टिकारिया कैसा दिखता है? क्या उर्टिकारिया शरीर के एक से अन्य भागों में फैल सकता है?

- उर्टिकारिया उभरे हुए लाल क्षेत्र होते हैं जिनमें तेज खुजली होती है. ये उभरी हुई जगहें एक साथ बढ़ती और मिलती हैं.
- खुजली सबसे तकलीफदायक लक्षण होता है. दुर्लभ रूप से दर्द, बैंगनी धब्बे, उभरे हुए घाव बुखार और जोड़ों के दर्द के साथ उभर सकते हैं.
- उर्टिकारिया शरीर के किसी भी क्षेत्र को, खासकर धड़, जाँघों, ऊपरी भुजाएँ और चेहरा प्रभावित कर सकता है.
- अधिकांश इक्का दुक्का घाव जल्दी से फीके पड़ जाते हैं, लेकिन यदि व्यक्ति चकत्तों को उत्प्रेरित करनेवाले वातावरण या पदार्थ के संपर्क में आना जारी रहता है तो नए चकत्ते हर 24 से 72 घंटे में उभर सकते हैं.
- उर्टिकारिया से ग्रस्त आधे लागों में एंजियोएडेमा नामक स्थिति भी उभर सकती है. एंजियोएडेमा के कारण चेहरे, होठों, जीभ, पलकों, कानों, हाथों, पैरों और गुप्तांग में सूजन हो जाती है. इसके साथ दर्द हो सकता है.
- चकत्ते गंभीर एलर्जिक प्रतिक्रिया के हिस्से के रूप में भी उभर सकते हैं. इसके साथ साँस फूलना, गले में जकड़न, उबकाई, उल्टी, पेट में ऐंठन भरा दर्द और चकराना जुड़ा हो सकता है. यदि ये लक्षण उभरते हैं तो तुरंत मेडिकल उपचार लें. आपको एक जानलेवा स्थिति एनाफिलैक्सिस उभर सकती है.

5. यदि किसी को चकत्ते उभरते हैं तो उसे क्या करना चाहिए?

- उत्प्रेरक को पहचानना और यदि पहचान लिया जाता है तो उसे टालना सबसे महत्वपूर्ण कदम है.
- सौम्य मामलों में, डॉक्टर से सलाह लें; एंटीहिस्टेमाइन टैब्लेट से राहत मिलेगी.
- बार बार उभरनेवाले मामलों या क्रॉनिक मामलों में डर्मेटोलॉजिस्ट से सलाह लें.
- यदि व्यक्ति को ऊपर किए गए वर्णन के अनुसार एंजियोएडेमा या साँस फूलने, गले में जकड़न, उबकाई, उल्टी, पेट में ऐंठन युक्त दर्द और चकराने का अनुभव होता है तो तुरंत डॉक्टर से सलाह लें या अस्पताल जाएँ.

6. क्या उर्टिकारिया की पुष्टि करने के लिए कोई परीक्षण हैं?

- उर्टिकारिया से ग्रस्त अधिकांश लोगों को किसी परीक्षण की जरूरत नहीं होती. निदान सामान्य रूप से इतिहास और त्वचा पर घाव उभरने के आधार पर किया जाता है.
- फिर भी, यदि घाव छह सप्ताह के अंदर ठीक नहीं होते हैं तो जाँच करने की सलाह दी जा सकती है.
- एक्यूट उर्टिकारिया से ग्रस्त लोगों के लिए खाद्य पदार्थ और दवा के प्रति संवेदनशीलता हेतु त्वचा परीक्षण किया जा सकता है लेकिन इससे शायद संतोषजनक परिणाम न आएं, क्योंकि सभी खाद्य पदार्थ संबंधी एलर्जन्स की जाँच करना असंभव है और उन्हें टालना भी असंभव है. फिर भी एनाफिलैक्सिस का अनुभव कर चुके लोगों में दोषी खाद्य पदार्थों को टालना अत्यंत महत्वपूर्ण है.
- यदि उर्टिकारिया ६ सप्ताह से अधिक समय तक जारी रहता है तो रक्त परीक्षण किया जा सकता है ताकि अंतर्निहित रोगों की जाँच की जा सके जैसे कि लीवर या थायरॉयड की समस्याएँ या ऑटोइम्यून रोग.
- त्वचा की बायोप्सी उर्टिकारिया के असामान्य कारणों को पहचानने में मदद कर सकती है (लगातार बुखार, दर्दनाक चकत्ते, एकल चकत्ते जो एक साथ कई दिनों तक रहते हैं, त्वचा में खरोंच से जुड़े चकत्ते या असामान्य रक्त जाँच).

7. उर्टिकारिया का उपचार कैसे किया जा सकता है?

- उर्टिकारिया का उपचार ऐसी चीजों को टालकर जो चकत्ते पैदा करती हैं या बिगाडती हैं और कुछ दवाइयाँ लेकर किया जा सकता है.
- एक्यूट उर्टिकारिया के लिए पहला उपचार यह पता लगाना है कि उसे कौन सा तत्व उत्प्रेरित कर रहा है और तत्पश्चात उस उत्प्रेरक को टालना. यदि आप उत्प्रेरक का पता नहीं लगा सकते हैं तब भी उर्टिकारिया सामान्य रूप से कुछ दिनों या सप्ताह में गायब हो जाता है.
- एंटीहिस्टेमाइन्स उर्टिकारिया के लिए मुख्य धारा की दवाएँ हैं जो खुजली से राहत दिला सकती हैं और अधिकांश लोग एंटीहिस्टेमाइन्स पर प्रतिक्रिया करते हैं. लक्षणों को नियंत्रित करने के लिए तुलना में अधिक खुराक या एक से अधिक प्रकार की एंटीहिस्टेमाइन की जरूरत पड़ सकती है.

8. उर्टिकारिया का उपचार करने के लिए सबसे अच्छा एंटीहिस्टेमिनिक क्या है और कब कि किया जाना चाहिए?

- एंटीहिस्टेमाइन्स दो प्रकार के होते हैं. दुष्प्रभाव, लागत, खुराक और दवा की अवधि की दृष्टि से वे अलग होते हैं और उनके लिए प्रिस्क्रिप्शन की जरूरत होती है.
- पुरानी एंटीहिस्टेमाइन्स जल्दी से काम करती हैं और लक्षणों से राहत दिलाने के लिए ÷छा काम करती हैं. इनमें शामिल हैं डायफेनहायड्रेमाइन, क्लोरफेनिरेमाइन, हायड्रॉक्सीजाइन और सायप्रोहेप्टेडाइन.
- पुरानी एंटीहिस्टेमाइन्स से समस्या ये है कि प्रति दिन 3-4 खुराकों की जरूरत पडती है. चिंताजनक दुष्प्रभाव जैसे कि उनींदापन, मुंह सूखना, दोहरी या धुंधली दृष्टि, या पेशाब करने में कठिनाई उभर सकते हैं. ये वाहन चलाने और तत्काल प्रतिक्रिया की आवश्यकता वाले कामों में बाधा डाल सकती है. इसीलिए ये दवाएँ उन्हें नहीं सुझाई जाती हैं जो वाहन, वायुयान या बोट्स चलाने जा रहे हैं या भारी मशीनरी चलाने वाले हैं, या ऐसे लोगों के लिए जिनकी काम पर कार्यक्षमता प्रभावित हो सकती है. यदि आप कुछ दिनों से लेकर कई सप्ताह की अवधि में दवा नियमित रूप से लेते हैं तो सामान्य रूप से दुष्प्रभाव बेहतर हो जाते हैं.
- नई एंटीहिस्टेमाइन्स के दुष्प्रभाव पुरानी एंटीहिस्टेमाइन्स की तुलना में कम हैं और उन्हें प्रति दिन एक या दो बार लेने की जरूरत पडती है. इनमें शामिल हैं लोराटिडाइन, सेटिरिजाइन, फेक्सोफेनेडाइन, डिस्लोरेटिडाइन, लेवोसेटिरिजाइन, बेपोटेस्टाइन, बिलास्टाइन इत्यादि. अन्य उपचारों को आजमाने से पहले सामान्य रूप से एंटीहिस्टेमाइन्स की ऊँची खुराक का सुझाव दिया जाता है.
- हमेशा ये सलाह दी जाती है कि उर्टिकारिया ग्रस्त मरीज़ों को हमेशा अपने साथ एंटीहिस्टेमाइन्स रखनी चाहिए ताकि वे उर्टिकारिया के घाव या खुजली के पहले संकेतों पर ही लिए जा सकें.
- अप्रतिक्रियाक्षम मामलों में, मौखिक स्टीरॉयड्स या अन्य उपचार जैसे कि मोंटेलुकास्ट, सायक्लोस्पोरिन, मेथोट्रेक्सेट, ओमालिजुमैब इत्यादि का सुझाव डर्मेटोलॉजिस्ट द्वारा दिया जा सकता है.

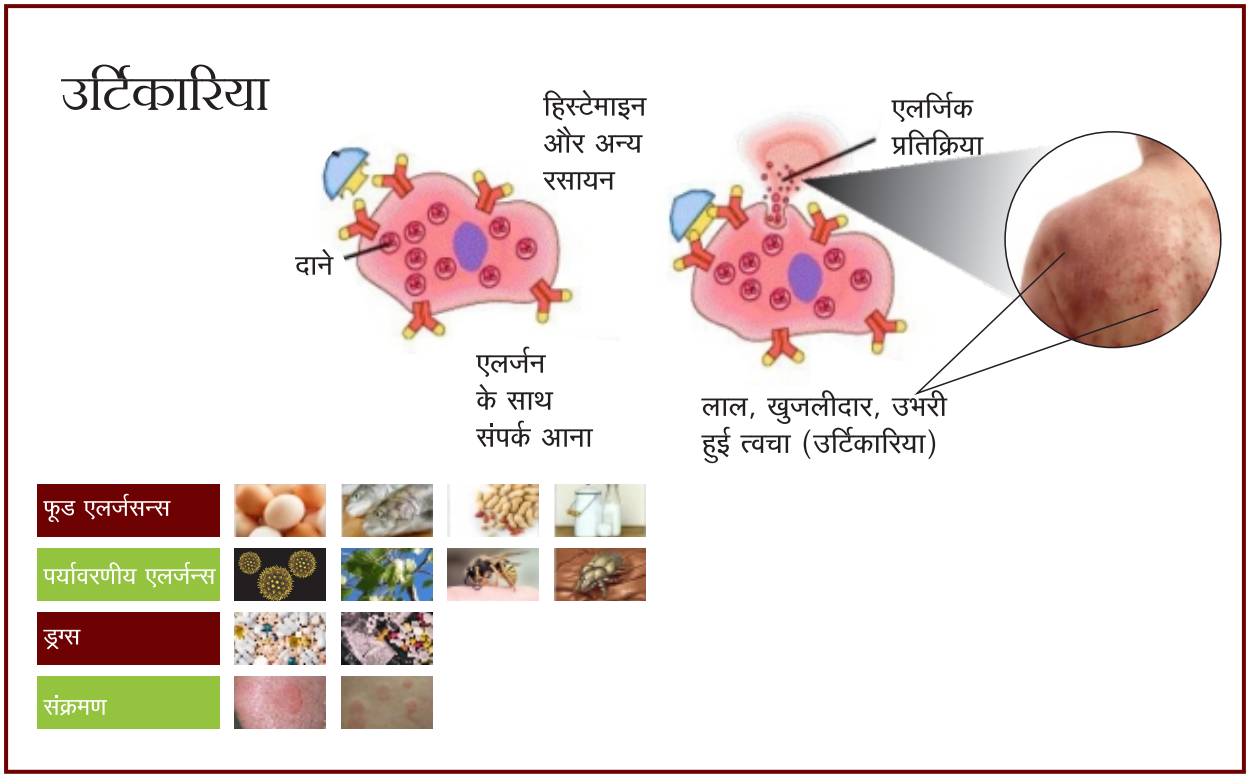
9. उर्टिकारिया का क्या कोर्स है? क्या ये फिर से उभर सकता है?

- चकत्ते सामान्य रूप से दवा के साथ उपचार किए जाने और उत्प्रेरक कारकों को टालने पर अच्छी तरह से प्रतिक्रिया देते हैं.
- उर्टिकारिया के सबसे सरल मामले जल्दी से फीके पड जाते हैं, और घंटों के अंदर ही प्रभावित त्वचा सामान्य स्थिति में वापस आ जाय.
- यदि आपको ऐसे मामले भी होते हैं जो अनेक सप्ताह तक बार बार उभरते हैं और जिनका कारण ज्ञात नहीं होता तो वे कुछ महीनों बाद अक्सर उभरना बंद हो जाते हैं.
- यदि चकत्ते कई दिनों तक कायम रहते हैं या यदि खुजली आपकी नींद लेने की क्षमता या सामान्य दैनिक गतिविधियों को संपन्न करने में बाधा डालती है तो अपने डॉक्टर से सलाह लें.
- मरीजों के उल्लेखनीय अनुपात में क्रॉनिक उर्टिकारिया मूलत: नॉन-एलर्जेनिक होता है. इसीलिए आहार को अनावश्यक रूप से टाला नहीं जाना चाहिए.
- एंटीहिस्टेमाइन्स की दूसरी पीढी जैसे कि फेक्सोफेनाडाइन, लोराटिडाइन, सेटिरिजाइन और लेवोसेटिरिजाइन कई महीनों से लेकर अनेक वर्षों तक लगातार उपयुक्त निगरानी के साथ लंबे समय तक उपयोग करने पर भी बहुत ही सुरक्षित हैं.

10. उर्टिकारिया के बारे में जानने याग्य महत्वपूर्ण पहलू क्या हैं?

- उर्टिकारिया संक्रामक नहीं है.
- वे विरल मामलों में ही स्थायी होते हैं; तकरीबन ५० प्रतिशत लोग एक वर्ष में घावों से मुक्त हो जाते हैं.
- क्रॉनिक उर्टिकारिया एलर्जियों के कारण विरल रूप से ही होता है और ये जीवन के घातक नहीं है.
- अधिकांश लोगों में इसका उपचार किया जा सकता है और दीर्घकालिक एंटीहिस्टेमाइन्स थेरेपी की जरूरत कुछ महीनों से लेकर कुछ वर्षों तक पड़ सकती है. निगरानी में लिए जाने पर ये बहुत ही सुरक्षित हैं.

उदाहरणात्मक प्रस्तुति:



अस्वीकृति:
यह पत्रक सामान्य मरीज जानकारी के लिए है, न कि स्वयं से उपचार लेने के लिए है.
रोग का स्वयं उपचार करने के लिए इसके उपयोग के चलते मरीज को होने वाले किसी विपरीत परिणाम के लिए आईएडीवीएल की कोई विधिक देयता नहीं है. चित्र केवल स्थिति का वर्णन करने के लिए और इनका उपयोग किसी अन्य प्रयोजन के लिए नहीं किया जाना चाहिए.

मरीज जानकारी पत्रक की वेबलिंक:
www.ladvl.org / patient information leaflet

तकनीकी सहायता के लिए कृपया +91 97416 99926 पर संपर्क करें.

यह मरीज़ शिक्षा सामग्री इनके सहयोग से विकसित की गई है

LUPIN