Indian Academy of Pediatrics (IAP)
महाराष्ट्र राज्य बालरोग तज्ज्ञ संघटना (MAHAIAP)

प्रकरण ८३ :

दम्याचा तीव्र आवेग : काय करावे?

श्वासमार्गांच्या आजारामध्ये दम्याचा तीव्र आवेग ही सर्वसाधारणपणे दिसून येणारी घटना आहे. अशावेळी पालकांनी मुलासाठी घरात कोणते उपाय करावेत आणि त्याला उपचार केंद्रावर कधी घेऊन जावे याबद्दलची चर्चा आज आपण येथे करत आहोत.

अध्यक्ष २०२३ : डॉ. रमाकांत पाटील
सचिव २०२२-२३ : डॉ. अमोल पवार
अध्यक्ष २०२२ : डॉ. हेमंत गन्गोलीया
मार्गदर्शक : डॉ. जयंत उपाध्ये
समन्वयक : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
अनुवादक : डॉ. रश्मी गपचूप
पुनरावलोकन : डॉ. चंद्रशेखर दाभाडकर, अविनाश शिरगावकर

Convener: **NK Subramanya**
Members: **G Sudhakar, Ashwin Arora, Barnali Bhattacharya, Narayan P Modi**
Reviewer: **Swapan Kumar Ray**

दम्याचा तीव्र अटॅक (ॲक्यूट टॅक): काय करावे? नेहमी विचारले जाणारे १० प्रश्न

१. दमा म्हणजे काय?
२ दम्याचा अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्युट फ्लेयर अप) म्हणजे काय?
३ दम्याचा अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्युट फ्लेयर) कसा ओळखावा?
४ दम्याच्या अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्युट फ्लेयर)मूळे जीवाला धोका असू शकतो का?
५ दम्याच्या अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्युट फ्लेयर) येण्यामागे कोणते घटक कारणीभूत आहेत?
६ दम्याच्या तीव्र अटॅकवेळी कोणती औषधे दिली जातात?
७ औषधे देण्यासाठी कोणती उपकरणे (डिव्हाइसेस) वापरली जातात?
८ औषधाच्या प्रमाणात / इष्ट वितरणासाठी स्पेसरसह मीटर्ड डोस इन हेलर (MDI) वापरण्याचे योग्य तंत्र कोणते आहे?
९ आपण घरी दम्याचे अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्युट फ्लेयर अप) कशाप्रकारे नियंत्रित करू शकतो?
१० आपण आपल्या मुलांना अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्युट फ्लेयर अप) येण्यापासून कसे रोखू शकतो?

Under the Auspices of the IAP Action Plan 2021–2022

Piyush Gupta IAP President 2021
Remesh Kumar R IAP President-Elect 2021
Bakul Parekh IAP President 2020
GV Basavaraja IAP HSG 2020–2021
Deepak Ugra National Co-ordinator

Ch-083.indd 1 25-12-2021 11:47:41

© Indian Academy of Pediatrics

IAP Parent Guideline Committee

Chairpersons: Piyush Gupta, Bakul Parekh
IAP Co-ordinators: GV Basavaraja, Harish Kumar Pemde, Purna Kurkure

Core Group

National Co-ordinator: ***Deepak Ugra***
Member Secretaries: ***Upendra Kinjawadekar, Samir Dalwai***
Members: ***Apurba Ghosh, CP Bansal, Santosh Soans, Somashekhar Nimbalkar, S Sitaraman***

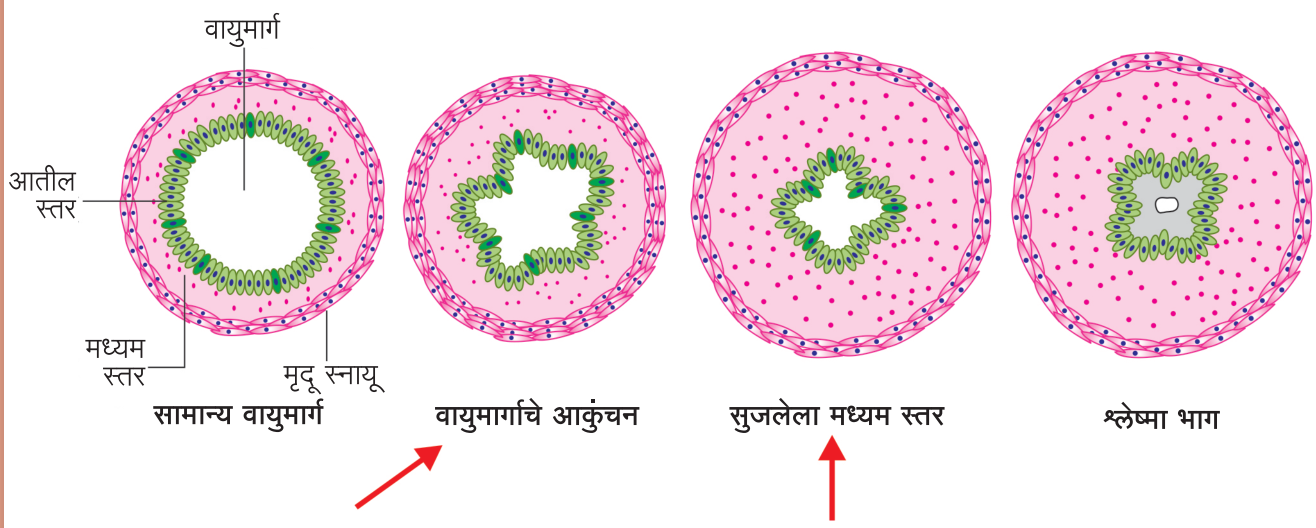
८३

दम्याचा तीव्र आवेग : काय करावे?

प्रश्न (१)

दमा म्हणजे काय?

दमा हा लहान मुलांसह विविध वयोगटांना प्रभावित करणारा एक सामान्य दीर्घकालीन आजार आहे. वायू वाहिन्यांचा होणारा दाह (लालसरपणा आणि सूज) हे याचे प्रमुख लक्षण आहे. ज्यामुळे नलिका आकाराने अरुंद (अडथळा) होतात. अरुंद वायुमार्गातून श्वास घेतल्याने खोकला, घरघर, श्वास लागणे आणि छातीत घट्टपणा यांसारखी विशिष्ट लक्षणे दिसतात. दम्याचे वैशिष्ट्य म्हणजे त्याची वारंवार लक्षणे दिसणे आणि श्वास नालिकेच्या आकुंचनात सुधारणा होणे आकृती क्र. १ मध्ये दर्शविल्याप्रमाणे लक्षणे वारंवार दिसून येत असली तरीही, वायुमार्गाचा दाह हा मात्र कायम आहे.

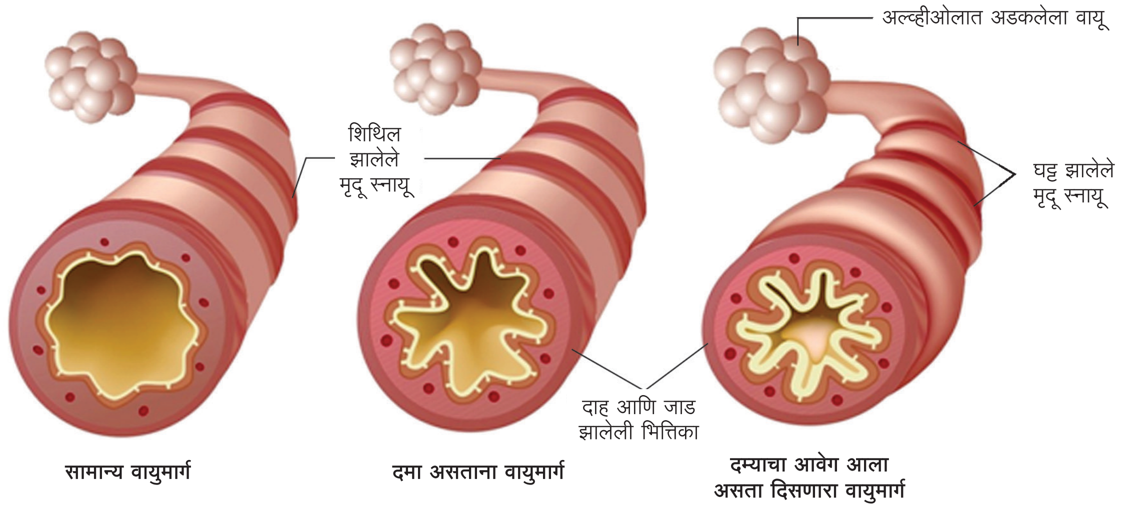


आकृती १ : श्वासनलिकेचा दाह आणि ब्रोन्कियल अस्थमा मध्ये श्वसननलिका अरुंद होणे.

प्रश्न (२)

दम्याचा अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) म्हणजे काय?

सततदाह असलेल्या रुग्णामध्ये, लक्षणे अचानक वाढू शकतात, ज्याला अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) म्हणतात. हा अटॅक काही विशिष्ट घटकांमुळे होऊ शकतो. हे घटक धूळ, दूषित वायू, धूर, परागकण, रसायन इत्यादींच्या संपर्कात आल्यावर, श्वासनलिका अरुंद होते ज्यामुळे दम्याची लक्षणे तीव्र होतात (खोकला, घरघर, श्वास लागणे आणि छातीत घट्टपणा). अस्थमा नियंत्रित नसलेल्या मुलांमध्ये, अचानक तीव्र अटॅक वारंवार येऊ शकतात. दम्याचे निदान झाले नसलेल्या मुलास पहिल्याच वेळेस अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) येऊ शकतो. **(आकृती २).**



आकृती २ : दम्याचा त्रास होत असताना श्वासनलिका अरुंद होणे

प्रश्न (३)

दम्याचा अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर) कसा ओळखावा?

दम्याचा तीव्र आवेग

- खोकला, घरघर (शिट्टी सारखा श्वासोच्छवास होणे), श्वास घेण्यास त्रास होणे आणि छातीत घट्टपणा वाढणे
- खोकल्याची वारंवार नव्याने उबळ येणे, विश्रांतीच्या वेळी किंवा व्यायामानंतर घरघर येणे

- बोलण्यात, खाण्यात अडचण
- लगेच थकवा येणे
- अस्वस्थतेची भावना
- घबराटीची भावना
- भरपूर घाम येणे, फिक्ट चेहरा, निळे ओठ आणि जीभ

पीक फ्लो मीटर रीडिंग कमी येणे (हे दमा नियंत्रणाच्या दैनंदिन होम मॉनिटरिंगसाठी वापरले जाते)

दम्याच्या औषधांचा वापर करूनही लक्षणे बिघडणे

Ch-083.indd 4 25-12-2021 11:47:42

प्रश्न (४)

दम्याच्या अचानक तीव्र आवेगा (ॲक्यूट फ्लेअर)मूळे जीवाला धोका असू शकतो का?

होय, दम्याच्या अचानक तीव्र आवेगा (ॲक्यूट फ्लेअर अप)मूळे जीवाला धोका असू शकतो. मुलांमध्ये खालीलपैकी कोणतीही लक्षणे दिसू शकतात:

- जोरात श्वास लागणे/श्वास घेण्यात अडचण येणे किंवा घरघर होणे, विशेषत: रात्री किंवा पहाटे, अगदी विश्रांतीच्या वेळीसुद्धा.
- श्वासोच्छवासाच्या तीव्र त्रासामुळे मुलाला सामान्यपणे बोलण्यास/चालण्यास/खाण्यास अडचण होणे.
- अत्यंत थकवा जाणवणे
- श्वास घेण्यासाठी छातीच्या स्नायूंवर ताण पडणे, श्वास घेताना नाकपुड्या फुगणे
- मूल शुद्धित नसणे/बदललेले संवेदनास्थान शुद्ध हरपणे (सेन्सॉरियम) /चिडचिड/ गोंधळ
- बालक रिलीव्हर पफला पंपाच्या औषधाला प्रतिसाद देत नाही
- श्वास घेण्यासाठी धडपड करणे
- ओठ/नखं/चेहरा निळे पडणे
- थकवा/बेशुद्ध होणे/कोसळणे

प्रश्न (५)

दम्याच्या अचानक तीव्र अटॅक (ॲक्यूट फ्लेअर अप) येण्यामागे कोणते घटक कारणीभूत आहेत?

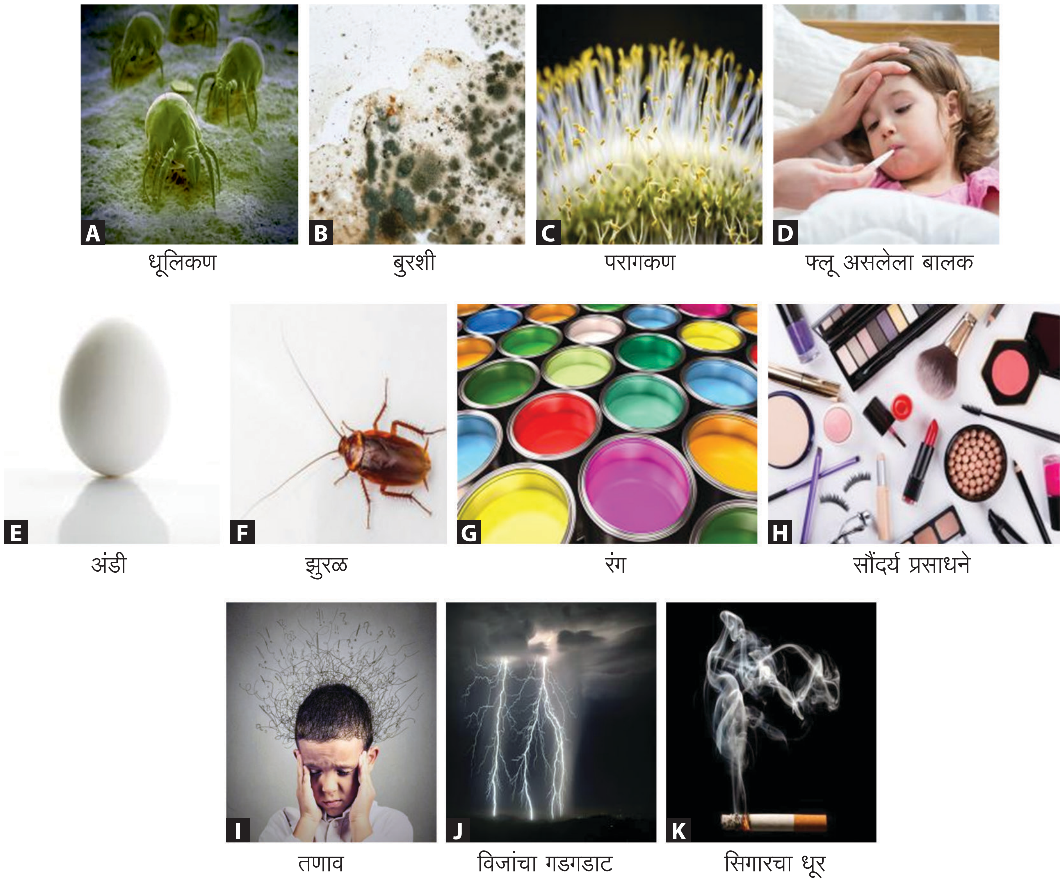
अस्थमाच्या अचानक तीव्र आवेगा (ॲक्यूट फ्लेअर अप)साठी जबाबदार घटकांना ट्रिगर्स किंवा प्रवर्तक असे म्हणतात.

खालीलपैकी कोणतेही एक किंवा अधिक घटक प्रवर्तक म्हणून कारणीभूत असू शकतात:

- श्वसनमार्गाचे सामान्य विषाणूजन्य संक्रमण
- विविध प्रकारच्या ॲलर्जीच्या पदार्थांचा वायुमार्गाशी संपर्क (तुमच्या बालरोगतज्ञांचा सल्ला घ्यावा) उदाहरणार्थ धुळीचे कण, बुरशीचे (मोल्ड), परागकण, प्राणी (पाळीव प्राणी) मलमूत्र, कीटक (झुरळ, उंदीर इ.) (आकृती ३अते के)
- सिगारेटचा धूर आणि पर्यावरणीय प्रदूषणाचा संपर्क
- व्यायाम
- संबंधित गॅस्ट्रोएसोफेजल (पोट आणि अन्ननलिकेचा) रिफ्लक्स किंवा नाकाची ॲलर्जी
- भावनिक उद्रेक (उन्माद, नैराश्य, धक्का, अपयश इ.)
- ताणतणाव

Ch-083.indd 5 25-12-2021 11:47:42

- हवामान बदल: ढगांचा गडगडाट, उच्च आर्द्रता इ.
- खाद्य पदार्थ / सुगंध / रंग, सौंदर्यप्रसाधने अलर्जी
- थंड/कोरड्या हवेचा प्रादुर्भाव
- अन्न (सामान्यत: दूध, अंडी, समुद्री खाद्यपदार्थ, सुकामेवा)
- ॲस्पिरिनसारखी औषधे आणि इतर नॉनस्टेरॉइडल आणि वेदनाशामक औषधे.



आकृती. ३अ ते के : ॲलर्जीकारक घटक

टीप : वरील घटकांव्यतिरिक्त, उपचारांच्या सल्लयांचे पालन न केल्याने आणि अयोग्य तंत्रामुळे देखील तीव्र दम्याचा त्रास होऊ शकतो.

Ch-083.indd 6 25-12-2021 11:47:42

प्रश्न (६)

अस्थमाच्या तीव्र आवेगाच्या वेळी कोणतीऔषधे दिली जातात?

- घरामध्ये, शाळेत, बाहेरगावी किंवा सुट्टीवर असताना अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) येऊ शकतो.
- दमाग्रस्त बालक असलेल्या कुटुंबात नेहमी सजगता असली पाहिजे.
- रिलीव्हर (पंप)इनहेलर (पफ), निळ्या किंवा हिरव्या रंगाचे औषध वापरणे इष्ट आहे.
- हे औषध आवेगादरम्यान अरुंद झालेल्या वायुमार्गांना आराम देते ज्यामुळे श्वास लागणे आणि इतर उद्भवलेल्या लक्षणांना ते नाहीसे करते.
- दुसरा इन्हेलर, गुलाबी, तपकिरी किंवा लाल हा नियंत्रक इन हेलर आहे. यामध्ये इनहेल्ड कॉर्टिकोस्टेरॉईड (औषध) असते. दम्याच्या उपचारात हे सर्वात महत्वाचे औषध आहे. तुमच्या बालरोगतज्ञांनी सांगितल्याप्रमाणे, या अचानक तीव्र आवेगा (क्यूट फ्लेअर अप)च्या काळातही हे चालू ठेवायचे आहे.

प्रश्न (७)

औषधे देण्यासाठी कोणती उपकरणे वापरली जातात?

- स्पेसरसह इनहेलर (पंप) हे सगळ्यात उपयोगी उपकरण असते. ४ वर्षांपेक्षा लहान असलेल्या मुलाला स्पेसरसह योग्यरित्या फिटिंग मास्कची आवश्यकता असू शकते.
- स्पेसरसह इनहेलर (पंप) प्रभावी, जलद, कमीत कमी दुष्परिणामासह आणि देखभाल करण्यास सोपे आहे.
- घरी नेब्युलायझर (मशीन) वापरू नका. नेब्युलायझर (मशीन) नेहमी ऑक्सिजनसह वापरावा. त्यांची देखभाल घरी करणे कठीण आहे, ते उपकरण विजेवर अवलंबून आहे, औषधे वितरीत करण्यासाठी बराच वेळ लागतो, अशी उपकरणे औषधांचा जास्त वापर करतात आणि एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी नेण्यासाठी उपयुक्त नसतात.

प्रश्न
(८)

औषधाच्या प्रमाणात योग्य वितरणासाठी स्पेसरसह मीटर्ड डोस इन हेलर (MDI) (पंप) वापरण्याचे योग्य तंत्र कोणते आहे?

- एका जागी बसलेल्या मुलाला द्या. लहान मुलाला मांडीवर बसलेल्या पालकांच्या छातीवर आधार दिला जाऊ शकतो किंवा हात वर केला जाऊ शकतो.
- इनहेलर चांगले हलवा.
- स्पेसरच्या स्लॉटमध्ये त्याला फिट करा.
- मुलाने कोणतीही फट न ठेवता स्पेसर चांगल्याप्रकारे नाकातोंडावर लावावा.
- प्रथम, मुलाने स्पेसरमध्ये श्वास सोडला पाहिजे.
- नंतर, पालकाने इन हेलरमधून औषध दाबून औषधाचा डोस फवारावा.
- मुलाला ६ ते १० श्वास घेण्यास सांगावे.
- एक मोठे बालक १० सेकंदांच्या कालावधीत एक दीर्घ श्वास घेऊ शकते.
- मास्क वापरणाऱ्या मुलामध्ये, नाक आणि तोंड झाकून एक चांगला सील बनवावा.
- त्यानंतर, शेक, फिक्सिंग आणि ॲक्च्युएशनच्या पायऱ्या समान आहेत. येथे, ते ३० सेकंद ते एका मिनिटापर्यंत धरले जाते.
- पफचा दुसरा डोस एका मिनिटाच्या अंतरानंतर दिला जातो.

टीप : शाळेत दम्याचे अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) येऊ शकतात म्हणून, वर्गशिक्षकांना मुलाच्या दम्याबद्दल माहिती दिली पाहिजे. स्पेसर आणि रिलीव्हर (पंप) इनहेलर त्याच्या शाळेच्या बॅगमध्ये असावे किंवा शिक्षकांना दिले पाहिजे. शिक्षकांना ही हे तंत्र पालकांनी शिकवले पाहिजे.

Ch-083.indd 8 25-12-2021 11:47:42

प्रश्न
(९)

आपण घरी दम्याचे अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) कशाप्रकारे नियंत्रित करू शकतो ?

पालकांनी मुलाला रिलीव्हर (पंप) औषधे देणे आवश्यक आहे. खालील मुद्दे लक्षात घेणे आवश्यक आहे:

- घाबरू नका, मुलाला धीर द्या, मुलाच्या शरीरात पाण्याचे प्रमाण कायम राहावे यासाठी पाण्याचे घोट द्या आणि हॉस्पिटलच्या आपत्कालीन विभागाशी संपर्क साधा.
- तुमच्या मुलाला पहिल्यांदा त्रास होत आहे का ?
  - अस्थमाच्या गंभीर आवेगाबाबतीत, जवळच्या रुग्णालयात ताबडतोब जा. हा दमा असू शकतो किंवा नसू शकतो, वैद्यकीय सल्ला घ्या.
  - तथापि, तात्काळ आराम मिळण्यासाठी कोणीतरी रिलीव्हर्स देणे गरजेचे आहे.
- तुमचे बालक हे दमेकरी आहे का ?
  - असल्यास, अस्थमाविषयी लेखी कृती योजना तयार करा आणि तुमच्या डॉक्टरांच्या सल्ल्याचे अनुसरण करा.
  - कोणतीही लेखी कृती योजना नसल्यास, वर्णन केल्याप्रमाणे रिलीव्हर (पंप) औषध द्या. कृपया पुढील पायऱ्यांचे अनुसरण करा:

  – उठून बसा
  – रिलीव्हर (पंप) इनहेलर, २–४ पफ (₹५ वर्षे), ६–१२ पफ मोठ्या मुलांमध्ये २० मिनिटांच्या अंतराने घ्या.
  – ३० सेकंद ते १ मिनिटापर्यंत एका वेळी एक पफ वापरा.
  – कृपया योग्य तंत्र वापरून स्पेसरसह इनहेलर वापरा.
  – मुलाच्या प्रतिसादाकडे बारीक लक्ष द्या; जर सुधारणा होत असेल तर रिलिव्हर औषधे सुरू ठेवा आणि वैद्यकीय सल्ला घ्या.
  – काही मुलांना रिलीव्हर (पंप) औषधांचा वारंवार वापर करावा लागतो, कारण अचानक तीव्र आवेगां (क्यूट फ्लेअर अप)मध्ये औषध वितरणाचे प्रमाण कमी असू शकते. जर सुधारणा होत नसेल तर प्राणवायू (ऑक्सिजन)साठी रुग्णालयात जा.

Ch-083.indd 9 25-12-2021 11:47:42

प्रश्न
(१०)

आपण आपल्या मुलांना अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) येण्यापासून कसे रोखू शकतो?

- वैद्यकीय सल्ला घ्या आणि दम्याविषयी माहिती घेऊन स्वतःला अद्ययावत ठेवा. डॉक्टरांसोबत चर्चा करुन तुमचे दम्याविषयीचे गैरसमज आणि शंका निरसन करा.
- आणीबाणीचा प्रसंग आल्यास लेखी योजना तयार ठेवा.
- तुमच्या डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार कंट्रोलर्स नियमितपणे वापरल्यास, अनेक अचानक तीव्र अटॅक (क्यूट फ्लेअर अप) टाळता येऊ शकतात.
- पालकांनी स्वतःहून औषधोपचार थांबवू नये.
- तुमचे औषध आणि उपकरणे नियमितपणे तपासा. इनहेलरचा योग्य डोस व उपयोग करा.
- जेथे शक्य असेल तेथे अस्थमाप्रेरक घटक टाळा.