



Ti Liv #6: OPRESYON AK ESTEWOYID SOU FÒM GRENN

Entwodiksyon (diskite tou nan [Opresyon ak Estewoyid pou Aspire](#), ki prepare pa Sant Opresyon (Asthma Center) Mass General Brigham).

"Estewoyid" se yon fanmi pwodwi chimik ki nòmalman fèt nan kò a. Yo sèvi kòm òmòn - siyal chimik ki ede kontwole kwasans ak fonksyon kò a. Gen kèk òmòn esteroyid, tankou testostewòn, ki ankouraje fòmasyon pwoteyin ak kwasans misk. Atlèt konpetitif yo te konnen yo pran dérivés ilegal estewoyid "miskilasyon" sa yo nan gwo kantite pou amelyore pèfòmans atletik yo. Yon gwoup trè diferan òmòn esteroyid yo se kòtiko-estewoyid yo, òmòn esteroyid ki fèt nan kòtèks (kidonk, "kòtiko-") glann sirenal yo, ki chita tout kole ak ren yo. Òmòn kòtiko-estewoyid yo gen anpil efè diferan sou fonksyon kò nou, tankou enfliyans sou fason nou itilize depo enèji nou yo (grès, pwoteyin, ak sik) ak fason nou ajiste kontni sèl ak dlo nan kò nou an.

Byen bonè nan syèk sa a li te dekouvri ke òmòn kòtiko-estewoyid, si yo pirifye ak pran nan gwo kantite kòm yon medikaman, gen efè anti-enflamatwa pwisan. Depi dekouvèt sa a, kòtiko-estewoyid yo te itilize kòtiko-estewoyid yo pou trete yon gwo varyete maladi kote enflamasyon (pa enfeksyon epi pa kansè) se gwo pwoblèm nan - soti nan atrit rive nan soriasi ak opresyon. Lè oumenm ak doktè w ap pale de estewoyid pou trete opresyon w, se de kòtiko-estewoyid anti-enflamatwa sa yo w ap pale.

Estewoyid Vale oswa Estewoyid Rale

Pou trete enflamasyon opresyon an nan tib bwonch yo, yo ka pran estewoyid nan fòm tablèt oswa likid oswa pa (vapè pou) rale. Okazyonèlman, yo bay estewoyid pa piki oswa —nan moun ki entène lopital—dirèkteman nan venn yo (sewòm nan venn). Lè moun pran li non fòm tablèt, likid, piki, oswa sewòm nan venn, medikaman an esteroyid pase nan san an epi yo sikile nan tout kò a, menm tib bwonch yo. Lè li itilize nan fason sa a, estewoyid gen efè ki pi pwisan - tou de swa pou bon (soulaje sentòm opresyon) ak pou move (efè segondè endezirab). Mèzalò, medikaman esteroyid ki rale sou tib bwonch yo aji dirèkteman sou tib sa yo; pa gen anpil medikaman ki pase nan san. Byenke efè imedyà yo pa twò fò, estewoyid pa rale pi byen adapte pou itilize alontèm nan tretman anflamasyon tib bwonch paske yo pa gen gwo efè segondè endezirab.

Egzanp estewoyid nan fòm konprime se prednisòn (Non mak: *Deltasone*®) ak prednisolòn (Non mak: *Medrol*®). Egzanp estewoyid pa rale sebeclo methasone (*Qvar*®); budesonide (*Pulmicort*®); ciclesonide (*Alvesco*®); fluticasone furoate (*Arnuity*®); fluticasone propionate (*Armonair*®, *Flovent*®); ak mometasone (*Asmanex*®).

Opresyon ak Estewoyid nan Fòm

Gen plis enfòmasyon sou estewoyid pou aspire yo disponib nan yon bwochi ki prepare Sant Opresyon (Asthma Center) Mass General Brigham, ki rele [Asthma and Inhaled Steroids](#). Rè s ti liv sa a konsantre sou itilizasyon estewoyid nan fòm konprime oswa likid.

Yon Trètman Kout ak Estewoyid

Estewoyid yo pran nan fòm konprime oswa likid ("estewoyid nan bouch") yo anjeneral preskri pou opresyon ki vin difisil pou kontwole pa nenpòt lòt mwayen. Yo se trètman ki pi efikas ki disponib pou yon "atak" opresyon grav. Pi souvan, yo preskri yo pou yon peryòd kout: trètman kout sa kapab 3-4 jou jiska 2-3 semèn. Yo sispann yo lè opresyon an amelyore ak lòt tretman sifi pou kenbe l anba kontwòl. Jeneralman yo evite peryòd tretman pi long ak tretman kontinyèl ak estewoyid moun pran nan bouch eksepte pou opresyon ki pi difisil pou kontwole akòz efè segondè endezirab ki devlope souvan ak tretman pwolonje avèk esteroyid moun pran nan bouch.

Dòz ak Orè Varyab

Dòz estewoyid moun pran nan bouch yo pral varye selon gravite opresyon an ak sansiblite yon moun ak medikaman an. Kòm yon gid ki pa egzakt, nou konsidere mwens pase 20 miligram (abreje "mg") prednisòn yon dòz ki ba, 20 a 30 mg yon dòz modere, epi 40 a 60 mg yon dòz wo estewoyid moun pran nan bouch. Lè yo bezwen soulajman rapid nan yon atak opresyon, yo pral souvan rekòmande yon gwo dòz okòmansman, epi swiv pa yon rediksyon gradyèl dòz la chak jou jiskaske estewoyid nan bouch la rete: yo rele sa yon "sevraj esteroyid." Sepandan, lè yo itilize estewoyid moun pran nan bouch pou yon trètman kout nan, li pa nesèsè sevre dòz la. Yon gwo dòz kapab rete sibitman san danje (pa egzant, 40 mg prednisòn pran chak jou pou 5 jou, apre sa sispann). Pa gen okenn orè inik dòz esteroyid moun pran nan bouch ki bon pou tout atak opresyon nan tout pasyan. Founisè w la ap eseye rekòmande pi bon orè pou ou nan moman patikilye sa a, epi li ka bezwen ajiste li pandan jou apre yo selon fason ou menm ak opresyon w ap reponn a li. Pi souvan, nou rekòmande pou pran tout konprime yo ansanm nan maten. Pafwa dòz esteroyid la divize pou pran pandan jounen e pafwa menm bay yon fwa pa jou nan aswè.

Efè yon Trètman Estewoyid Kout

Efè benefisyè estewoyid moun pran nan bouch yo anjeneral evidan nan yon jou konsa epi pafwa nan yon peryòd osi kout ke plizyè èdtan. Respirasyon vin pi fasil epi souf anlè, tous, pwodiksyon larim, ak sere nan pwatrin yo tout diminye piti piti. Lòt maladi alèjik, tankou ègzema (yo rele tou dèmatit alèjik oswa atopik) ak konjesyon nan nen ak larim ("rinit alèjik ak sinizit"), gen chans pou aksyon anti-enflamatwa estewoyid moun pran nan bouch yo ede yo tou. Menm jan an tou, doule nan jwenti yo ka amelyore dramatikman, akòz efè anti-enflamatwa estewoyid yo sou atrit ak anflamasyon zepòl, bra, pye oubyen koud. Anpil moun jwenn tou ke estewoyid moun pran nan bouch yo, san rapò ak efè yo sou respirasyon, bay yon gwo ogmantasyon enèji-pou yon ti tan.

Efè Segondè Endezirab yon Trètman Estewoyid Kout

An menm tan an, gen efè segondè endezirab nan estewoyid moun pran nan bouch ki komen, menm pandan yon trètman kout, byenke pa nesèsman tout moun ki gen eksperyans sa a ni chak fwa yo swiv trètman sa a. Yon moun ka santi okenn, kèk, oswa tout efè segondè sa yo, ki jeneralman disparèt byen vit lè yo sispann medikaman an. Efè segondè sa yo enkli: iritasyon nan vant ("endijesyon"); retansyon likid ki lakòz yon sansasyon gonfleman; grangou; pa ka dòmi; vizyon twoub; chimerik ak rechiya; ak difikilte pou konsantre. Fanm yo ka wè ke sik règ yo vin iregilye pou yon ti tan epi yo ka devlope yon enfeksyon chanpiyon nan vajen. Konplikasyon ra yo enkli pèt yon sans de reyalyte (sikoz), fè moun nan fè dyabèt, ak domaje zo nan yon jwenti (nekwoz avaskilè nan yon zo). Ou ka evite oswa minimize kèk nan efè segondè sa yo, nan fason sa a. Pou minimize doule nan vant, pran estewoyid moun pran nan bouch ou yo ak manje epi, si sa nesès, medikaman san preskripsyon ki netralize oswa bloke fòmasyon asid nan vant (tankou *Maalox*[®] oswa *Mylanta*[®]; famotidine (*Pepcid*[®]) oswa ranitidine (*Zantac*[®]); oswaesomeprazole (*Nexium*[®]) oswa omeprazole (*Prilosec*[®]). Pou minimize retansyon likid ak gonfleman, evite twòp konsomasyon sèl. Ak diminye risk pou nekwoz avaskilè nan zo a (ki ra), evite gwo konsomasyon alkòl. Si sa nesès, medikaman san preskripsyon disponib pou trete enfeksyon chanpiyon nan vajen, tankou miconazole (*Monistat*[®]) ak clotrimazole (*Gyne-Lotrimin*[®]).

Lè dòz esteroyid la ap sevre oswa sispann, yon moun ka fè eksperyans yon seri efè segondè diferan. Men sa yo enkli: yon redisman oswa doule nan jwenti yo kouwè grip; mank enèji ak apeti; ak tristès oswa dlo sòt nan je fason ki pa kòm sadwa nan sitiasyon yon moun. Pran pasyans; efè segondè sa yo gendwa pa dire.

Efè Segondè Endezirab nan Itilizasyon Pwolonje nan Estewoyid Moun Pran nan Bouch

Si moun pran yo pou lontan (kèlke mwa jiska dèzane), estewoyid oral chak jou, espesyalman nan dòz modere ak wo, ka lakòz anpil efè segondè danjere. Konplikasyon itilizasyon alontèm sa yo enkli: katarak ak presyon wo (glokòm) nan je yo; rebondaj zo yo (osteyopowoz); feblès nan misk yo (myopati); po frajil ak yon tandans fè ematom fasil; pèt cheve; kwasans cheve nan figi nan fanm; machwè gonfle; yon gonfleman gra nan baz do kou a; ak pran pwa. Itilizasyon esteroyid alontèm tou fè moun siseptib pou sèten kalite enfeksyon dwòl, pou devlopman tansyon wo ak dyabèt, ak ratresi glann yo ki nòmalman fè òmòn kòtiko-esteroïd nan kò a, glann sirenal yo. Dènye efè sa a fè li danjere pou sispann estewoyid moun pran nan bouch toudenkou si ou te pran yo regilyèman nan dòz modere ak wo pou plis pase apeprè 3 a 4 semèn. Lè sa a, ou ta ka vin malad poutè yon mank de kantite kòtiko-esteroïd nòmal nan san ou, yon kondisyon ki rele "ensifizans adrenal." Epitou, si w sibi gwo operasyon oswa soufri yon maladi medikal grav, glann sirenal ou yo ta ka pa kapab pwodwi kantite òmòn kòtiko-esteroïd anplis ki fèt anjeneral nan sikonstans sa yo. Pou anpeche sa rive, founisè medikal ou ta ba ou estewoyid siplemantè regilyèman swa pa grenn oswa pa sewòm nan venn nan moman estrès medikal grav sa a.

Èske Estewoyid Yo Twò Danjere? Èske Pito Evite Yo?

Yon atak opresyon grav ki pa apeze ak lòt tretman danjere. Yon tretman estewoyid moun pran nan bouch kout pou opresyon grav ka souvan anpeche w oblije kouri ale nan Depatman Ijans nan lopital pou tretman opresyon w la, ka anpeche bezwen entènè lopital, epi-nan yon ka ekstrèm-ka sove lavi ou. Anpil moun ki gen opresyon te di ke lè ou bezwen yo, estewoyid moun pran nan bouch "travay tankou yon mirak." Si sa nesesè pou trete opresyon grav, moun pa ta dwe evite estewoyid moun pran nan bouch; yo ta dwe pran san pèdi tan. Risk yo vini sèlman ak itilizasyon twòp oswa itilizasyon kontinyèl pwolonje; epi itilize esteroyid moun pran nan bouch alontèm pa nesesè pou vas majorite moun ki gen opresyon paske kounye a lòt estrateji tretman efikas disponib regilyèman.