

****

**اورل** **PUVA** **علاج**

مریض کی سوالات و جوابات کی شیٹ\*

اس معلوماتی شیٹ کا مقصد اورل *PUVA* کے بارے میں عمومی ترین پوچھے جانے والے سوالات کے جوابات دینا ہے، لیکن براہِ کرم اگر آپ کسی حوالے سے عدم یقینی کا شکار ہوں تو اپنے نرس یا ڈاکٹر سے بلا جھجھک پوچھ لیں۔

**اورل** **PUVA** **کیا ہے؟**

PUVA تھراپی ایک ایسا علاج ہے جس میں psoralen (P) نامی ایک دوا الٹراوائلٹ A روشنی کی لہروں میں جانے سے 2 گھنٹے پہلے جِلد کو بچانے کے لیے نگلی جاتی ہے۔ گولیوں کی تعداد کا انحصار آپ کے قد اور وزن پر ہے اور آپ کو یہ دوا اسپتال کی فارمیسی سے دی جائے گی۔

psoralen جِلد میں UVA کے ساتھ ردعمل کرکے ایسے اثرات پیدا کرتی ہے جو جِلد کے مختلف عوارض کی بہتری یا خاتمے میں مدد دیتے ہیں۔ یہ علاج کے دوران آپ کو سورج کی روشنی UVA (وہ شعاعیں جو بادل اور کھڑکی کے شیشوں سے گزر جاتی ہیں) سے زیادہ حساس بھی بنا دیتی ہیں۔

اس دوا کو کسی بھی علامت کے لیے برطانوی ممالک میں مارکیٹنگ کی اجازت حاصل نہیں ہے۔ یعنی یہ ’غیر لائسنس یافتہ‘ ہے۔ یعنی کسی بھی تجارتی کمپنی نے اسے لائسنس یافتہ بنانے کے عمل سے گزرنا مفید نہیں سمجھا ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں کہ یہ غیر محفوظ ہے، بلکہ درحقیقت یہ بہت محفوظ دوا ہے۔ یہ غالباً جزوی ہے کیونکہ بنی نوع انسان نے psoralens کی دریافت کے ساتھ ساتھ اس کا ’استعمال‘ سیکھا ہے، جوکہ PUVA کے مقابلے میں مختلف سبزیوں میں عموماً کم تر مقدار میں موجود ہوتا ہے۔

**مجھے اورل** **PUVA** **کیوں دی جا رہی ہے؟**

اورل PUVA تھراپی جِلد کے بہت سے عوارض بشمول سورائسس اور وبائی مرحلے کے مائیکوسس فنگوئیڈیز کے علاج میں خصوصاً مفید ثابت ہوئی ہے۔ اگر UVB علاج ناکام ہو جائے تو یہ بعض اوقات دیگر عوارض مثلاً ایگزیما یا وٹیلیگو میں بھی استعمال ہوتی ہے۔ اورل PUVA کو ایک ادویائی علاج سمجھا جاتا ہے، جس میں دوا ’’روشنی کے علاج‘‘ کے بجائے UVA کے ذریعے فعال ہوتی ہے۔ کیونکہ یہ صرف UVB کے ساتھ کیے گئے علاج کے مقابلے میں کافی مختلف طریقے سے کام کرتی ہے، یہ اکثر تب کام کرسکتی ہے جب UBV غیر موزوں ہو۔

**میرے فوٹوتھراپی کلینک پہنچنے کے بعد کیا ہوتا ہے؟**

آپ کے پہلے وزٹ پر فوٹوتھراپی نرسنگ اسٹاف کا کوئی فرد استعمال کردہ نرسنگ کی دستاویزات کا جائزہ لے گا۔ وہ آپ کو یونٹ کا دورہ کروائے گا اور علاج اور تمام تر لوازمات کی وضاحت آپ کو کرے گا۔

آپ کا روشنی کا علاج شروع ہونے سے پہلے، آپ کو عموماً چھوٹے ٹیسٹس کے ایک سلسلے کے لیے دوبارہ آنا ہوگا، جسے MPD (معمولی فوٹوٹاکسک ڈوز) ٹیسٹنگ کہتے ہیں۔ آپ کی جانب سے psoralen گولی کی ایک معیاری خوراک لینے کے 2 گھنٹے بعد الٹراوائلٹ A کی کچھ ڈوزز چھوٹے خانوں کی شکل میں آپ کی کمر پر ڈالی جائیں گی۔ اس میں تقریباً 30 منٹ لگتے ہیں اور نتیجہ 4 دن میں آتا ہے۔ یہ نتیجہ فیصلہ کرنے میں مدد دے گا کہ UVA کی کتنی ڈوزز سے PUVA علاج شروع کیا جائے۔ اس سے یہ بھی یقینی بنتا ہے کہ دی گئی psoralen کی ڈوز آپ کے لیے اتنی درست ہو کہ یہ ردعمل پیدا کرنے کے لیے آپ کی جِلد میں مناسب مقدار میں psoralen شامل کرے۔

**psoralens** **کیا ہیں؟**

psoralen کی دو قسم کی گولیاں ہیں جو PUVA کے لیے استعمال ہو سکتی ہیں۔ ان میں سے ایک کو 8-Methoxypsoralen (8-MOP) اور دوسری کو 5-Methoxypsoralen (5-MOP) کہتے ہیں۔ یہ نام مختلف کیمیائی بناوٹ کی نمائندگی کرتے ہیں: 5-MOP کے مقابلے میں 8-MOP زیادہ طاقتور **نہیں** ہوتی۔ زیادہ تر عوارض میں عموماً 8-MOP استعمال کی جاتی ہے کیونکہ ہمیں اس کے حوالے سے زیادہ تجربہ ہے۔ بعض لوگوں کو 5-MOP پر منتقل کرنے کی عمومی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اُن لوگوں میں 8-MOP پریشان کن متلی (بیماری کی کیفیت) پیدا کرتی ہے۔

**psoralens** **کے مضر اثرات کونسے ہیں؟**

psoralen کے بنیادی اثرات جنہیں ہم صرف اُنہی مقامات پر واقع ہونا دیکھنا چاہتے ہیں جہاں psoralen UVA روشنی کے ساتھ ردعمل کرتی ہے۔ Psoralens مختلف سبزیوں میں پائے جاتے ہیں لہٰذا انسانی جسم ان کے استعمال کا عادی ہوتا ہے۔ واحد عمومی مضر اثر متلی ہے۔ یہ تقریباً ہمیشہ ہی 8-MOP کا مضر اثر ہوتا ہے 5-MOP کا نہیں۔

**کتنے عرصے تک میرا** **PUVA** **علاج کیا جاتا رہے گا؟**

یہ دورانیہ ہر فرد کے لحاظ سے مختلف ہوتا ہے، لیکن ایک اوسط کورس 12 ہفتے جاری رہتا ہے اور ہر انفرادی علاج چند منٹ کا ہوتا ہے اور پورے وزٹ میں آدھا گھنٹہ لگتا ہے۔ نرسنگ اسٹاف ہر وزٹ پر آپ کا تجزیہ کرے گا؛ اگر آپ کو ڈاکٹر سے معائنہ کروانے کی ضرورت ہوئی تو ہم اس کا انتظام کر دیں گے۔

**میری کریموں کا کیا ہوگا؟**

براہِ کرم اپنے علاج کے دوران ریگولر موئسچرائزرز کا استعمال جاری رکھیں۔ اگر آپ علاج کی کوئی اور کریمیں استعمال کر رہے ہوں تو نرسنگ اسٹاف آپ کو بتا دے گا کہ آپ کو اس کا استعمال جاری رکھنا چاہیے یا نہیں۔ اگر آپ کو ایگزیما ہو تو علاج سے پہلے اور بعد میں موئسچرائزرز لگاتے رہنا اہم ہے۔ براہِ کرم چیک کرلیں کہ آپ موزوں موئسچرائزرز استعمال کر رہے ہوں اور موئسچرائزر لگانے اور PUVA علاج موصول کرنے کے درمیان اندازاً (+/- 1 گھنٹہ) کا ایک جیسا وقت برقرار رکھیں۔

**میری دوائیوں کا کیا ہوگا؟**

آپ کا PUVA علاج شروع ہونے سے پہلے، ڈاکٹر آپ کی لی جانے والی ادویہ اور قدرتی سپلیمنٹس کو چیک کرے گا۔

اگر آپ کی لی جانے والی کوئی دوا (بشمول جو آپ اپنی مرضی سے خود خرید کر استعمال کر رہے ہوں) PUVA علاج کے دوران بدل گئی ہو، تو براہِ کرم نرسنگ اسٹاف کی جانب سے آپ کا اگلا علاج شروع کیے جانے سے پہلے انہیں بتا دیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کچھ گولیاں اورل psoralens کے ساتھ تعامل کرسکتی ہیں اور علاج کو متاثر کرسکتی ہیں۔

**آپ کو ان کاموں سے گریز کرنا ہوگا**

* علاج کے دن براہِ کرم پرفیوم کی حامل مصنوعات استعمال نہ کریں جیسے کہ کاسمیٹکس، پرفیومز یا شیو کے بعد استعمال ہونے والی کریمیں، کیونکہ اس سے آپ کی جلد روشنی سے زیادہ حساسیت کا شکار ہو سکتی ہے۔
* آپ کو علاج سے پہلے ایسے کوئی سالیسیلک ایسڈ مرکبات یا موئسچرائزرز استعمال نہیں کرنے چاہئیں جن میں زرد نرم پیرافن ہو کیونکہ یہ سن اسکرین کے طور پر کام کرسکتا ہے اور یوں علاج بے فائدہ ہو جائے گا۔
* آپ کو اپنے PUVA علاج کے دوران حمل کا ارادہ نہیں کرنا چاہیے۔ اگرچہ کوئی مسائل سامنے نہیں آئے ہیں، لیکن حمل کے دوران PUVA سے گریز کرنا آپ کے لیے زیادہ بہتر ہے۔ اگر حمل ٹھہر جائے، تو آپ کو لازماً اپنے نگران ڈاکٹر کو بتانا ہوگا۔
* اپنے PUVA کورس کے دوران، آپ کو سن باتھ، سن بیڈز اور سن لیس ٹیننگ (’’مصنوعی سانولا رنگ‘‘) مصنوعات سے گریز کرنا چاہیے۔
* آپ کو اپنے پورے علاج کے دوران بہت چھوٹے بال کٹوانے سے گریز کرنا چاہیے۔ اگر ضروری ہو، تو آپ علاج شروع ہونے سے پہلے یا ابتدائی دو ہفتوں کے اندر بال کٹوا لیں۔
* آپ کو فوٹوتھراپی علاج کے مقام پر اسپرے ڈیوڈرینٹس ہرگز استعمال نہیں کرنے چاہئیں۔
* اگر آپ علاج کے دوران لباس پہنیں تو یہ اہم ہے کہ آپ کورس کے ہر علاج کے لیے وہی یا بالکل اُسی اسٹائل کے کپڑے پہنیں۔
* آپ کو اپنا علاج شروع ہونے سے پہلے اسٹاف کو جِلد پر لگی کسی بھی عارضی شے (مثلاً درد رفع کرنے والی پٹی، مانع حمل پٹی) کے حوالے سے آگاہ کر دینا چاہیے
* آپکو اپنے علاج سے پہلےالکوحل سے گریز کرنا چاہیے۔

**وہ اثرات جو آپ کے کورس کے دوران پیدا ہو سکتے ہیں:**

* یہ ممکن ہے کہ آپ کو اپنے کورس کے دوران ہلکے سن برن کے کم از کم ایک ردعمل کا سامنا کرنا پڑے۔
* آپ کو اپنے کورس کے دوران داغ دار، خارشی ریشز ہو سکتے ہیں (ہر 10 میں سے تقریباً ایک فرد کو ہوتے ہیں)۔
* آپ کی جِلد کے قدرتی رنگ کے لحاظ سے، اگر آپ کی جِلد دھوپ میں آسانی سے براؤن ہو جاتی ہے، تو آپ کا رنگ گہرا سانولا ہو سکتا ہے۔
* اگر آپ 8-methoxypsoralen (8-MOP) لے رہے ہوں، تو دوا نگلنے کے بعد آپ کو طبیعت ناساز محسوس ہوسکتی ہے۔ 5-methoxypsoralen (5-MOP) پر منتقل ہو کر اس سے بچا جا سکتا ہے۔
* جِلد میں ایک چبھتی ہوئی یا درد انگیز سنسی۔
* Psoralen گولیاں کوفی، چائے اور کولا مشروبات سے آپ کے خون میں کیفین کی سطح بڑھا سکتی ہیں۔ اگر آپ اپنے PUVA دنوں میں ’’گھبراہٹ‘‘ محسوس کرتے ہوں، تو کیفین کے حامل مشروبات کی مقدار کم کرنے کی کوشش کریں۔

اگر آپ میں ان میں سے کوئی مضر اثر یا کوئی دوسرا مسئلہ پیدا ہو جائے جو آپ کے خیال میں PUVA سے تعلق رکھتا ہو، تو براہِ کرم نرسنگ اسٹاف سے بات کریں۔

**کیا بہت سارے کورسز کرنے کے حوالے سے کوئی خطرات موجود ہیں؟**

* **جِلد کا کینسر**

وہ لوگ جو بہت زیادہ دھوپ میں رہتے ہیں، ان میں جِلد کے کینسر کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ یہ خطرہ دھوپ کے مقابلے میں PUVA سے زیادہ ہوتا ہے اور اس کا تعلق مجموعی طور پر آپ کے پورے جسم کے PUVA معالجات کی مقدار سے ہوتا ہے۔

تمام معالجات میں خطرات بھی ہوتے ہیں اور فائدے بھی۔ اس خطرے کا تقابل آپ کے علاج کردہ عارضے کے آپ پر پڑنے والے اثرات سے اور کسی بھی متبادل معالجات کے خطرات کے لحاظ سے کیا جانا چاہیے۔

**جائزہ:** اگر آپ کو 200 PUVA سے زیادہ معالجات دیے گئے ہوں تو آپ کو جِلد کے کینسر کے سالانہ مخصوص جائزے کے لیے آپ کے مقامی کلینک میں حاضر ہونے کا کہا جائے گا

* **فوٹو ایجنگ**

یہ بھی ممکن ہے کہ اگر آپ کو بہت سے معالجات کی ضرورت ہو، تو آپ کی جِلد پر جھریوں اور جِلد کا رنگ خراب کرنے کے ساتھ دھوپ سے ہونے والی ایسی تبدیلیاں پیدا ہو جائیں جو بڑھتی عمر یا سگریٹ نوشی کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہیں۔

**PUVA** **علاج کے لیے خصوصی لوازمات**

Psoralen گولیاں جِلد اور آنکھوں دونوں میں کچھ گھنٹوں کے لیے روشنی سے حساسیت پیدا کر دیتی ہیں۔ آپ کو موتیا (آنکھ کا عدسہ دھندلا جانا) کا خطرہ بڑھنے سے روکنے کے لیے اپنی گولیاں لینے کے بعد پورا دن گھر سے باہر اور دن ختم ہونے تک گھر کے اندر کی روشنی سے بچنے کے لیے حفاظتی عینک **لازمی** پہننی چاہیے۔ بعض صورتوں میں، جب موتیا کے ممکنہ خطرے کے حوالے سے تشویش میں اضافہ ہو جائے، تو آپ کو 24 گھنٹے عینک پہننے کی ہدایت کی جا سکتی ہے (سوائے سونے یا رات میں ڈرائیونگ کرنے کے)۔ آپکو علاج کے دوران فراہم کردہ حفاظتی عینک اور فیس شیلڈ بھی اُس وقت تک لازماً پہننی چاہیے جب تک کہ ڈاکٹر منع نہ کر دے۔

آپ کو PUVA علاج کے پورے کورس کے دوران جِلد کو روشنی سے بچانے کے لیے بھرپور خیال رکھنے کی ضرورت ہوگی۔ UVA روشنی شیشے میں سے گزر سکتی ہے لہٰذا گھر کے اندر بھی اور دن میں سورج کی روشنی میں باہر بھی خیال رکھنے کی ضرورت ہوگی۔

**آخری نکات**

* گولیوں کی تجویز کردہ تعداد علاج کے لیے آنے اور ٹیسٹ ڈوز سے **2 گھنٹے** پہلے لی جانی چاہیے۔ انہیں خالی پیٹ **نہیں** لینا چاہیے بلکہ تھوڑے سے کھانے کے ساتھ لینا چاہیے۔ تاہم، انہیں بھرے ہوئے پیٹ پر بھی نہ لیں کیونکہ اس سے ان کی اثرانگیزی ختم ہو سکتی ہے۔
* کیوبیکل میں ہونے کے دوران فراہم کردہ اچھی طرح فٹ ہونے والی عینک کو نہیں اتارنا چاہیے۔
* زیادہ تر مریضوں کا علاج کیبینٹ میں کپڑوں کے بغیر کیا جائے گا؛ تاہم مرد مریضوں کو علاج کے دوران اعضائے تولید کے حفاظی لباس پہننے چاہیے، مثلاً اسپورٹ سپورٹ یا موزہ۔
* آپ کو اپنے علاج سے پہلے الکوحل سے گریز کرنا چاہیے۔
* قیمتی اشیاء کی حفاظت کی ذمہ داری آپ کی ہے۔
* اگر آپ کو ماضی میں بار بار منہ کے دانے (کولڈ سورس) ہوئے ہوں، اور آپ کو علاج کے دوران فیس شیلڈ پہننے کی ہدایت نہ کی گئی ہو تو آپ کو ہر علاج سے پہلے متاثرہ مقام پر حسبِ ہدایت ’’سن بلاک‘‘ کریم لگانی چاہیے۔
* اگر آپ warfarin لے رہے ہیں تو آپ کے معالجاتی کورس کے دوران اس کی بھرپور نگرانی کی جانی چاہیے۔

**اگر آپ کو متبادل فارمیٹ درکار ہو،** تو براہِ کرم یہاں رابطہ کریں [nss.equalitydiversity@nhs.scot](file:///C%3A%5CUsers%5Cc.mclellan%5CDownloads%5C%D9%85%DB%8C%D9%84%D9%B9%D9%8F%D9%88%3Anss.equalitydiversity%40nhs.scot)**،** ٹیلی فون: 0131 275 6000

**برطانوی علامتی زبان**، براہِ کرم اسکاٹ لینڈ BSL سے رابطہ کریں: [www.contactscotland-bsl.org](http://www.contactscotland-bsl.org)