

****

**ٹوپیکل** **PUVA** **علاج**

مریض کی سوالات و جوابات کی شیٹ\*

**اس معلوماتی شیٹ کا مقصد ٹوپیکل *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۔**

**ٹوپیکل** **PUVA** **کیا ہے؟**

PUVA تھراپی ایک ایسا علاج ہے جس میں psoralen (P) نامی ایک دوا الٹراوائلٹ A روشنی کی لہروں میں جانے سے پہلے جِلد پر لگائی جاتی ہے۔ بعض اوقات یہ دوا گولیوں کی شکل میں دی جاتی ہے۔ PUVA کا دوسرا طریقہ ٹوپیکل PUVA ہے۔ اس علاج میں psoralen کو الٹراوائلٹ A روشنی کی لہروں میں جانے سے پہلے جِلد پر لگایا جاتا ہے۔

psoralen کو مختلف طریقوں سے لگایا جا سکتا ہے:

* psoralen محلول کے بیسن میں جسم کے حصے، مثلاً ہاتھ یا پاؤں، کو تر کرکے۔
* psoralen محلول میں پورا نہا کر۔
* متاثرہ جگہوں پر psoralen مرکب کو براہِ راست لگا کر۔

آپ کا ڈاکٹر آپ کے لیے موزوں ترین طریقۂ علاج کے حوالے سے آپ سے بات کرے گا۔ psoralen جِلد میں UVA کے ساتھ ردعمل کرکے ایسے اثرات پیدا کرتی ہے 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 حصے میں 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 ٹوپیکل** **PUVA** **کیوں لگائی جا رہی ہے؟**

ٹوپیکل PUVA تھراپی جِلد کے بہت سے عوارض بشمول سورائسس، ایگزیما، مائیکوسس فنگوئیڈیز، وٹیلیگو اور دیگر بہت سے عوارض کے لیے ایک مفید علاج ہو سکتا ہے۔ اسے عموماً تب استعمال کیا جاتا ہے جب UVB جِلد کو عارضے کو موزوں طور پر بہتر کرنے میں ناکام ہو جائے۔ ٹوپیکل PUVA کو ایک ادویائی علاج سمجھا جاتا ہے، جس میں دوا جِلد پر لگائی جاتی ہے پھر ’’روشنی کے علاج‘‘ کے بجائے UVA کے ذریعے فعال ہوتی ہے۔ کیونکہ یہ صرف UVB کے ساتھ علاج کے مقابلے میں کافی مختلف طریقے سے کام کرتی ہے، یہ اکثر تب کام کرسکتی ہے جب UBV غیر موزوں ہو۔

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

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

آپ کا روشنی کا علاج شروع ہونے سے پہلے، آپ کو ایک چھوٹے ٹیسٹ کے لیے آنا ہوگا، جسے MPD (معمولی فوٹوٹاکسک ڈوز) ٹیسٹ کہتے ہیں۔ اگر آپ صرف اپنے ہاتھوں یا پیروں کا علاج کروا رہے ہوں تو یہ ٹیسٹ ہمیشہ ضروری نہیں ہوتا۔

پہلے آپ کو 15 منٹ تک psoralen کے محلول کے حامل باتھ میں خود کو تر کرنا ہوگا پھر آپ کی کمر پر چھوٹے خانوں میں الٹراوائلٹ A کی ڈوزز ڈالی جائیں گی۔ اس میں تقریباً 20 منٹ لگتے ہیں اور نتیجہ 4 دن میں آتا ہے۔ یہ نتیجہ فیصلہ کرنے میں مدد دے گا کہ کتنی ڈوزز کے ساتھ روشنی سے علاج شروع کیا جائے۔

ڈاکٹر فی الحال آپ کی لی جانے والی ادویہ چیک کرے گا، اگر آپ کی گولیاں (بشمول جو آپ نے اپنی مرضی سے خود خریدی ہوں) کسی بھی لحاظ سے تبدیل ہو جائیں، تو براہِ کرم اپنا اگلا علاج شروع ہونے سے پہلے نرسنگ اسٹاف کو آگاہ کریں۔ کیونکہ بعض گولیاں علاج کو متاثر کرسکتی ہیں۔

**psoralen کیا ہے؟**

اسکاٹ لینڈ میں ٹوپیکل PUVA کے لیے استعمال ہونے والی psoralen 8-Methoxypsoralen (8-MOP) ہے۔

**psoralens** **کے مضر اثرات کیا ہیں؟**

چونکہ آپ کے نظام میں جذب ہونے والی psoralen کی مقدار، حتیٰ کہ باتھ PUVA میں بھی، کم ہے لہٰذا عمومی مضر اثرات کا تقریباً کوئی خطرہ نہیں ہے۔ Psoralens مختلف سبزیوں میں پائے جاتے ہیں لہٰذا انسانی جسم ان کے استعمال کا عادی ہوتا ہے۔ ٹوپیکل PUVA لینے کی صورت میں جذب ہونے والی psoralen کی مقدار شاذ و نادر ہی اُس مقدار سے زیادہ ہوتی ہے جو لوگ اپنی غذا سے حاصل کرتے ہیں۔

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

یہ دورانیہ ہر فرد کے لحاظ سے مختلف ہوتا ہے۔ عموماً یہ ہفتے میں دو مرتبہ دیا جاتا ہے، اور ایک اوسط کورس میں 14 ہفتے لگتے ہیں۔ 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 تجویز کردہ 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۔

**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 اس 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 معالجاتی کورس کے دوران، آپ کو سن باتھ لینے اور سن بیڈز کے استعمال سے گریز کرنا چاہیے۔
* اگر آپ کے چہرے/گردن کا علاج ہو رہا ہو تو 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 اپنے معالجاتی کورس کے دوران علاج کردہ حصوں پر سن لیس ٹیننگ (’’مصنوعی سانولا رنگ‘‘) مصنوعات کے استعمال سے گریز کرنا چاہیے۔
* 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
* اگر جیل PUVA استعمال کر رہے ہوں تو یہ یقینی بنانا خاص طور پر ضروری ہے کہ جیل کو غلطی سے اُن حصوں پر نہ لگایا جائے جو دھوپ میں کھل سکتے ہوں۔

**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 میں ان میں سے کوئی مضر اثر یا کوئی اور تشویشناک تبدیلی پیدا ہو جائے، تو براہِ کرم نرسنگ اسٹاف سے بات کریں۔

**بہت سے کورسز کے بعد ممکنہ طور پر پیدا ہونے والے اثرات**

* **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 کا مرکب جِلد کو دھوپ سے زیادہ حساسیت کا حامل بناتا ہے، لہٰذا آپ کو پورے علاج کے دوران اپنی جِلد کو دھوپ سے بچانے کے لیے بھرپور احتیاط 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۔

آپ کو 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۔

**آخری نکات**

* پورے جسم کے علاج کے لیے آنے والے مریضوں کو 15 منٹ تک psoralen کے محلول کے حامل باتھ میں خود کو تر کرنا ہوگا پھر فوراً انہیں UVA علاج دیا جائے گا۔
* مخصوص مقامات پر ٹوپیکل PUVA کے لیے آنے والے مریضوں پر مرکب لگایا جائے گا، پھر UVA علاج سے پہلے 15 منٹ تک ڈپارٹمنٹ میں انتظار کرنا ہوگا۔
* ہاتھ اور/یا پیروں کے علاج کے لیے آنے والے مریض متاثرہ حصے کو 15 منٹ تک psoralen محلول کے بیسن میں تر کریں گے پھر UVA علاج سے پہلے مزید 30 منٹ تک ڈپارٹمنٹ میں انتظار کریں گے۔
* آپ کو کیوبیکل میں ہونے کے دوران فراہم کردہ اچھی طرح فٹ ہونے والی عینک کو نہیں اتارنا چاہیے۔
* ایسے زیادہ تر مریض جن کے پورے جسم کا علاج کیا جا رہا ہو، ان 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۔
* آپ کو معالجاتی کورس کے دوران دھوپ میں نکلنے 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 حسبِ ہدایت ’’سن بلاک‘‘ کریم لگانی چاہیے۔

**اگر آپ کو متبادل فارمیٹ درکار ہو،** تو براہِ کرم یہاں رابطہ کریں [nss.equalitydiversity@nhs.scot](میلٹُو:nss.equalitydiversity@nhs.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)