Lithium

പേര് (Generic) : ലിഥിയം (Lithium)

Common Brand Names : Litholent, Lithosun, Intalith

General category: Mood stabilizer

ചരിത്രം :

1949 മുതൽ ലോകവ്യാപകമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. വിഷാദാവസ്ഥയും ഉന്മാദാവസ്ഥയും മാറിമാറി വരുന്ന രോഗങ്ങളിൽ ഈ മരുന്ന് ദീർഘകാലരോഗശാന്തി നൽകുന്നു. ഇക്കാര്യത്തിൽ മറ്റ് മരുന്നുകളെക്കാൾ മുന്നിലാണ് ലിഥിയം. ഈ മരുന്ന് ജെനെറിക് ആയി ലഭ്യമാണ്. നിരവധി കമ്പനികൾ ഇത് വ്യത്യസ്ത പേരുകളിൽ മാർക്കറ്റിൽ ലഭ്യമാക്കുന്നു.

പ്രധാന ഉപയോഗം എന്താണ് ?

വിഷാദവും ഉന്മാദവും മാറിമാറി വരുന്ന രോഗങ്ങളിൽ രോഗപ്രതിരോധത്തിനും രോഗചികിത്സക്കും, വിഷാദചികിത്സാ മരുന്നുകളുടെ ഫലപ്രാപ്തി കൂട്ടുന്നതിനും ഉന്മാദരോഗ ചികിത്സക്കും ഈ മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നു.

വിഷാദ ചിന്തകളും സ്ഥായിയായ സങ്കടഭാവവും കുറയ്ക്കുന്നു. കടുത്ത വികാരാവസ്ഥകൾ മാറിമാറി വരുന്നവരിൽ വികാരസ്ഥിരത നൽകുന്നു. പെരുമാറ്റവും പ്രവർത്തികളും സാധാരണ നിലയിലാക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.

എങ്ങനെയാണ് ഈ മരുന്ന് പ്രവർത്തിക്കുന്നത് ?

മരുന്ന് രക്തത്തിലൂടെ തലച്ചോറിൽ എത്തുന്നു. ചിന്തകളുടേയും വികാരങ്ങളുടേയും പ്രവർത്തികളുടേയും അടിസ്ഥാനമായ തലച്ചോറിലെ സർക്യൂട്ടുകളിൽ മരുന്ന് മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തുന്നു. ഈ മാറ്റങ്ങൾ മനസികാവസ്ഥയെ സാധാരണ നിലയിലാക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.

കഴിക്കും മുൻപ് നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ?

ഈ മരുന്നു കഴിച്ച് എന്തെങ്കിലും അലർജിയോ കഠിനമായ പാർശ്വഫലങ്ങളോ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അക്കാര്യം ഡോക്ടറോട് പറയണം. ഗർഭിണികളും പാലൂട്ടുന്ന അമ്മമാരും ഇക്കാര്യം ഡോക്ടറെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തണം. ഹൃദയ രോഗങ്ങൾ ഉള്ളവർ ഇക്കാര്യം ചർച്ച ചെയ്യണം. കുട്ടികളിലും പ്രായമായവരിൽ അളവ് കുറക്കേണ്ടി വരുമെന്ന് ഓർമിക്കണം . വൃക്ക രോഗങ്ങൾ തൈറോയ്ഡ് രോഗങ്ങളൾ എന്നിവ ഉള്ളവരിൽ ഈ മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കാനുള്ള സാദ്ധ്യത കുറവാണ്.

ഈ മരുന്ന് നിർദ്ദേശിക്കുന്നതിനു മുൻപേ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ എന്തൊക്കെ വിലയിരുത്തും ?

നിങ്ങളുടെ ശാരീരിക ആരോഗ്യം ഡോക്ടർ വിലയിരുത്തും. നിങ്ങൾ കഴിക്കുന്ന മറ്റു മരുന്നുകളും

© Institute for Mind and Brain (Inmind), Thrissur: 04884239000.

ഡോക്ടർ വിശകലനം ചെയ്യും. ഹൃദ്രോഗം ഉള്ളവരിലും, കരൾ, വൃക്ക എന്നിവയുടെ രോഗങ്ങൾ ഉള്ളവരിലും മരുന്നു തുടങ്ങുന്നതിനു മുൻപേ പ്രത്യേക പരിശോധനകൾ ആവശ്യമായി വരാം. രക്താണുക്കൾ (Complete blood count), രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാര (fasting blood sugar), രക്തത്തിലെ കൊഴുപ്പ് (fasting lipid profile),തൈറോയ്ഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ പ്രവർത്തനം (Thyroid function test), വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനം (Renal function tests), കരളിന്റെ പ്രവർത്തനം (Liver function tests), ECG എന്നിവ പരിശോധിക്കേണ്ടി വന്നേക്കാം.

ഈ മരുന്ന് കഴിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നത് ഒട്ടും അഭികാമ്യമല്ലാത്തതു എപ്പോൾ?

1. മരുന്നിനോട് പ്രത്യേക അലർജിയുണ്ടെങ്കിൽ..
2. വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനത്തിൽ കാര്യമായ തകരാർ ഉണ്ടെങ്കിൽ.
3. മുലയൂട്ടുന്നവരിൽ .
4. തൈറോയ്ഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ പ്രവർത്തനത്തിൽ തകരാർ ഉള്ളവരിൽ .
5. ഹൃദ്‌ രോഗം ഉള്ളവരിൽ .
6. ശരീരത്തിലെ സോഡിയം കുറയാൻ ഇടയുള്ള ചില രോഗങ്ങൾ ഉള്ളവരിൽ .

നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ ഇക്കാര്യങ്ങൾ എല്ലാം വിലയിരുത്തിയാണ് മരുന്ന് നിർദ്ദേശിക്കുക . ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ മേൽപറഞ്ഞ അവസ്ഥകൾ ഉള്ളവരിലും ഈ മരുന്ന് രോഗശമനത്തിന് അനിവാര്യമായിരിക്കാം.

മരുന്നിന്റെ ഡോസ് എങ്ങനെയാണ് ?

ഗുളിക, ദിവസേന 400mg - 450mg ഡോസിൽ ആണ് സാധാരണ തുടങ്ങാറുള്ളത്. മരുന്ന് തുടങ്ങി 4 ദിവസം കഴിയുമ്പോൾ (7 ദിവസത്തിനകം) രക്തത്തിലെ ലിഥിയത്തിന്റെ അളവ് (serum lithium) പരിശോധിക്കണം. മരുന്ന് കഴിച്ചു കൃത്യം 12 മണിക്കൂറിനു ശേഷം (അടുത്ത ഡോസ് കഴിക്കുന്നതിനു മുൻപ്) വേണം പരിശോധിക്കാൻ. രക്തത്തിലെ ലിഥിയതിന്റെ അളവ് അനുസരിച്ച് ഡോക്ടർ ഡോസ് വ്യത്യാസപ്പെടുത്തും. അളവ് 1 ൽ കൂടുതലാണെങ്കിൽ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. ആവശ്യത്തിനു രക്തലെവൽ എത്തിയാൽ ആ ഡോസ് സ്ഥിരമായി ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം കഴിക്കേണ്ടി വരും. എല്ലായ്പ്പോഴും ഒരേ ബ്രാൻഡ് മരുന്ന് തന്നെ ഉപയോഗിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക . ബ്രാൻഡുകൾ മാറുന്നതനുസരിച്ച് രക്തത്തിലെ ലിഥിയത്തിന്റെ അളവിൽ വ്യതിയാനം സംഭവിക്കാം..

ഈ മരുന്ന് ഏതെല്ലാം രൂപത്തിൽ ലഭ്യമാണ് ?

ഗുളിക രൂപത്തിലാണ് ഈ മരുന്ന് സാധാരണ ലഭിക്കാറുള്ളത്. ദ്രാവക രൂപത്തിലും ലഭ്യമാണ് .

സാധാരണ കഴിക്കുന്ന രീതി എന്താണ് ?

ഒരു നേരമോ രണ്ടു നേരമോ ആയി കഴിക്കാം. ഭക്ഷണത്തിന്റെ കൂടെയോ അല്ലാതെയോ കഴിക്കാം.

സാധാരണ പാർശ്വഫലങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ?

പലപ്പോഴും യാതൊരു വിധ പ്രശ്നങ്ങളും ഉണ്ടാകാറില്ല. ക്ഷീണം, ദാഹം, വിറയൽ, വിശപ്പുകൂടൽ,

നെഞ്ച് എരിച്ചിൽ, ശരീരഭാരം വർദ്ധിക്കൽ എന്നിവ ഉണ്ടായേക്കാം. അപൂർവമായി തൈറോയ്ഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ പ്രവർത്തനത്തിൽ ചില അപാകതകൾ ഉണ്ടാക്കാം.

ഡോക്ടറെ ഉടൻ അറിയിക്കേണ്ട സന്ദർഭങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ?

വളരെ അപൂർവ്വമായി കാണുന്ന ചില പ്രയാസങ്ങൾ ആണിവ. അപൂർവ്വം എങ്കിലും അപകടകരമായതിനാൽ ഇവ എടുത്തു പറയുന്നു എന്ന് മാത്രം.

1. ചർദ്ദി, വയറിളക്കം, കൂടുതൽ മൂത്രമൊഴിക്കുക, കൈ വിറയൽ ,മസ്സിൽ തളർച്ച എന്നിവ ലിഥിയംലെവൽ നേരിയ തോതിൽ കൂടിയതിനാലായിരിക്കാം.
2. മസ്സിൽ തുടിപ്പ്, ശക്തമായ വിറയൽ , ആശയക്കുഴപ്പം, സ്ഥലകാലബോധം നഷ്ടപ്പെടൽ , അപസ്മാരം, അറിയാതെ മൂത്രം പോകൽ എന്നിവ ഉണ്ടാകുന്നത് ലിഥിയംലെവൽ ക്രമാതീതമായി കൂടിയതിനാലായിരിക്കാം.
3. മരുന്ന് തുടങ്ങി അധികം കഴിയാതെ കടുത്ത ചൊറിച്ചിൽ, വായക്ക് അകവും പുറവും തൊലി ചുവന്നുവരിക, തൊലി പൊട്ടുക തുടങ്ങിയവ കണ്ടാൽ ഉടൻ ഡോക്ടറെ കാണുക. ഇത് മരുന്നിനോടുള്ള അലർജി ആവാം.

ഇത്തരം പ്രയാസങ്ങൾ കണ്ടാൽ മരുന്ന് നിർത്തി ഉടനെ തന്നെ ഡോക്ടറുമായി ബന്ധപ്പെടണം.

സാധാരണ പാർശ്വഫലങ്ങൾ കണ്ടാൽ എന്ത് ചെയ്യണം ?

സാധാരണയായി കാണുന്നവ (ക്ഷീണം, ദാഹം, വിറയൽ, വിശപ്പുകൂടൽ, നെഞ്ച് എരിച്ചിൽ, ശരീരഭാരം വർദ്ധിക്കൽ) എന്നിവ കുറച്ച് ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ കുറയുകയും അപ്രത്യക്ഷമാവുകയും ചെയ്യും. ശരീരം മരുന്നിനോട് പൊരുത്തപ്പെടുവാൻ ചിലപ്പോൾ കുറച്ച് ദിവസങ്ങൾ എടുത്തേക്കാം. അങ്ങനെ കുറയുന്നില്ല എങ്കിൽ ചിലപ്പോൾ ഡോസ് കുറക്കേണ്ടി വരും. ചിലപ്പോൾ അനുഭവപെടുന്ന പ്രയാസങ്ങൾ മാനസിക പ്രശ്നത്തിന്റെ തന്നെ ഭാഗമാണോ എന്നും നോക്കണം .

മറ്റ് മരുന്നുകൾ കഴിക്കുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് എന്തെല്ലാം ?

പൊതുവിൽ ഈ മരുന്ന് മറ്റ് മരുന്നുകളോടൊപ്പം സുരക്ഷിതമായി കഴിക്കാം. എങ്കിലും ചില മരുന്നുകൾ രക്തത്തിലെ ലിഥിയത്തിന്റെ അളവ് കൂട്ടുകയും വലിയ പ്രയാസങ്ങൾ ഉണ്ടാകുവാൻ കാരണമാവുകയും ചെയ്യുന്നു. താഴെ പറയുന്ന മരുന്നുകൾ കഴിക്കേണ്ടി വരുകയാണെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടറെ അറിയിക്കണം..

1. മൂത്രം കൂടുതൽ പോകാനുള്ള ചില മരുന്നുകൾ (Chlorthiazide, Hydrochlorthiazide etc.)
2. ചില വേദനസംഹാരികൾ . (Diclofenac, Aceclofenac, Paracetamol, Mefenemic Acid etc.)
3. ബ്ലഡ് പ്രഷർ കുറക്കാനുള്ള ചില മരുന്നുകൾ. (Enalapril, Losartan,Telmisartan etc.)
4. Metronidazole, Steroids, Tetracyclines എന്നീ മരുന്നുകൾ.

ഗർഭിണികൾക്ക് കഴിക്കാമോ ?

ഈ മരുന്ന് ഗർഭകാലത്ത് പ്രത്യേകിച്ച് ആദ്യ മൂന്നുമാസം കഴിക്കാൻ പാടില്ല. ഗർഭസ്ഥ

© Institute for Mind and Brain (Inmind), Thrissur: 04884239000.

ശിശുവിന്റെ അവയവങ്ങൾ രൂപപ്പെടുന്നതിൽ പ്രയാസങ്ങൾ ഉണ്ടായേക്കാം എന്നുള്ളതുകൊണ്ടാണിത്. മരുന്ന് കഴിച്ചാലുള്ള ഗുണങ്ങളും ദോഷങ്ങളും ഡോക്ടറുമായി സംസാരിച്ചു തീരുമാനം എടുക്കുക. മറ്റു മരുന്നുകൾ ഒട്ടും പറ്റാത്ത അവസ്ഥയിൽ, വ്യക്തമായ ഗുണങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ അളവിൽ കഴിക്കുക. ഗർഭകാലത്ത് കഴിക്കുന്നവരിൽ പ്രസവത്തിനു തൊട്ടുമുൻപായി നിർത്തുകയും പ്രസവശേഷം ഏതാനും ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞു പുനരാരംഭിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് നല്ലത്.

പാലൂട്ടുന്ന അമ്മമാർക്ക് കഴിക്കാമോ?

പാലിൽ ഈ മരുന്ന് വന്നേക്കാം . മുലയൂട്ടുന്നത് ഒഴിവാക്കുകയാണ് നല്ലത്.

കഴിക്കുമ്പോൾ പാലിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ?

ഭക്ഷണം മരുന്നിനെ ബാധിക്കില്ല . മദ്യപാനവും പുകവലിയും ഒഴിവാക്കണം. നിർദ്ദേശിച്ച അളവിൽ മാത്രം മരുന്ന് കഴിക്കുക. പ്രമേഹം ഉള്ളവരിൽ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കണം. മരുന്ന് കഴിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കെ ശരീരത്തിലെ ജലാംശം കുറയുന്ന അവസ്ഥ (ഛർദ്ദി, വയറിളക്കം, കഠിനമായ വിയർപ്പ്) എന്തെങ്കിലും ഉണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ ശ്രദ്ധിക്കണം.ഈ മരുന്ന് കഴിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ മറ്റെന്തെങ്കിലും ചികിത്സ കൂടുതലായി എടുക്കുകയാണെങ്കിൽ ലിഥിയം കഴിക്കുന്ന കാര്യം ചർച്ച ചെയ്യണം. നിങ്ങളുടെ സൈക്യാട്രിസ്റ്റിനെയും അത് അറിയിക്കണം.. തൈറോയ്ഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെയും വൃക്കകളുടെയും പ്രവർത്തനം വർഷത്തിൽ ഒരിക്കൽ പരിശോധിക്കണം.

മരുന്ന് സൂക്ഷിക്കേണ്ട വിധം

2 5 ഡിഗ്രിക്ക് താഴെയുള്ള താപനിലയിൽ സൂക്ഷിക്കുക.

എത്ര കാലം മരുന്ന് കഴിക്കണം ?

ഡോക്ടർ പറയാതെ നിർത്തരുത് . ഇത് രോഗം വീണ്ടും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുവാൻ ഇടയാക്കിയേക്കാം. ചിലപ്പോൾ കൂടുതൽ കാലം കഴിക്കേണ്ടി വന്നേക്കാം. മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ വീണ്ടും വരാതിരിക്കാൻ നീണ്ട കാലം കഴിക്കുന്നവരുണ്ട്. . ഈ മരുന്ന് കൊണ്ട് പ്രതീക്ഷിച്ച ഗുണം കിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ അക്കാര്യം ഡോക്ടറുമായി ചർച്ച ചെയ്യുക.

ഈ മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ഇതിനു ' അഡിക്റ്റ്ഡ് ' ആകുമോ ?

ഇത് വളരെ സാധാരണമായ സംശയം തന്നെയാണ് . ഈ മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നത് വഴി ഇതിനു 'അഡിക്റ്റ്ഡ്' ആകുവാൻ സാദ്ധ്യതയില്ല എന്നത് ഇവിടെ എടുത്തു പറയേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. എങ്കിലും ഈ മരുന്ന് നിർത്തുന്നത് ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശ പ്രകാരം ഡോസ് ക്രമേണ കുറച്ചു തന്നെയായിരിക്കണം .

ഈ മരുന്ന് എനിക്ക് സ്വയം ഉപയോഗിക്കാമോ ?

വൈദ്യോപദേശ പ്രകാരം മാത്രം ഉപയോഗിക്കപ്പെടേണ്ട ഒരു ' prescription only ' മരുന്നാണ് ഇത്. ഈ മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ ഔചിത്യം, യുക്തി, ശാരീരികമാനസിക ഫലങ്ങൾ പാർശ്വഫലങ്ങൾ എന്നിവ വിശദമായി വിലയിരുത്തി മാത്രമായിരിക്കും ഡോക്ടർ ഇത് നിർദ്ദേശിക്കുന്നത് .

© Institute for Mind and Brain (Inmind), Thrissur: 04884239000.