Government of Western Australia
Child and Adolescent Health Service

ADHD के उपचार के लिए उत्तेजक दवाएँ

सारांश

- उत्तेजक दवा ध्यान केंद्रित करने, आवेगी व्यवहार और अतिसक्रियता में सुधार लाने के लिए प्रभावशाली होती हैं।
- उत्तेजक दवाएँ बच्चों के लिए सुरक्षित मानी जाती हैं। इन दवाओं के दुष्प्रभाव आमतौर पर हल्के स्तर के होते हैं।

ADHD के लक्षणों को कम करने के लिए उत्तेजक दवा सबसे अधिक प्रभावशाली उपचार है। चिकित्सीय उपचार के लिए इसे आमतौर पर प्राथमिकता प्रदान की जाती है, जब तक कि किसी अन्य चिकित्सीय कारण के चलते इस उपचार को उपयुक्त न माना गया हो। ADHD से ग्रस्त अधिकांश बच्चों के लिए उत्तेजक दवाएँ प्रभावशाली होती हैं।

उत्तेजक दवाएँ कैसे काम करती हैं?

उत्तेजक दवाएँ मस्तिष्क में कुछ रसायनों, विशेषकर डोपामाइन और नॉरएड्रेनालाईन की मात्रा को बढ़ाकर अपना काम करती हैं।

- ये रसायन मस्तिष्क कोशिकाओं के मध्य संचार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।
- वे मस्तिष्क के विभिन्न भागों को जोड़ने वाले सर्किट की मदद करते हैं। इन सर्किटों में निम्नलिखित शामिल होता हैं:
  - ध्यान देने की क्षमता
  - योजना क्षमता
  - निर्णय लेने की क्षमता
  - भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ
  - पुरस्कार प्राप्त करने पर प्रतिक्रिया देना।
- वे उपयोगी संकेतों को सशक्त बनाने और अनावश्यक संकेतों को कम करने में मदद करते हैं।

उत्तेजक दवा के विभिन्न रूप

उत्तेजक दवा विभिन्न रूपों में उपलब्ध हो सकती है, जिनमें तेज-गति से शरीर में रिलीज़ होने वाले (कम-समय के लिए प्रभावी) और धीमी-गति से शरीर में रिलीज़ होने वाले रूप शामिल हैं।

- कम-समय के लिए प्रभावी दवाएँ (शॉर्ट-एक्टिंग दवाएँ) अपना असर जल्दी दिखाती हैं, लेकिन कभी-कभार दिन के समय इसकी एक और खुराक की ज़रूरत होती है।
- धीमी-गति से शरीर में रिलीज़ होने वाली दवाएँ लंबे समय तक काम करती हैं।

सामान्य उत्तेजक दवाओं में निम्नलिखित शामिल हैं:

- मेथिलफेनिडेट (तेज-गति से शरीर में रिलीज़ होने वाला रूप): रिटालिन®, आर्टिज®
- मेथिलफेनिडेट (धीमी-गति से शरीर में रिलीज़ होने वाला रूप): कॉन्सर्टा®, रिटालिन LA®, मेथिलफेनिडेट XR ARX®
- डेक्साम्फेटामाइन (तेज-गति से शरीर में रिलीज़)
- लिस्डेक्साम्फेटामाइन: वाइवेन्स® (धीमी-गति से शरीर में रिलीज़)

मेथिलफेनिडेट, डेक्साम्फेटामाइन और लिसडेक्साम्फेटामाइन समान रूप से अच्छी तरह से असर दिखाती हैं, और इनके दुष्प्रभाव भी समान होते हैं।

- कुछ बच्चों को ऐसा प्रतीत हो सकता है कि उनके लिए एक दवा अन्य दवाओं की तुलना में अधिक प्रभावशाली है।
- ADHD के उपचार के लिए उत्तेजक दवाएँ को प्राथमिकता प्रदान की जाती है, क्योंकि शोध से यह ज्ञात हुआ है कि वे अधिकतर बच्चों में गैर-उत्तेजक दवाओं की तुलना में अधिक प्रभावशाली होती हैं।
- आपके डॉक्टर द्वारा आमतौर पर किसी भी गैर-उत्तेजक दवा के उपयोग के बारे में बताने से पहले उत्तेजक दवाएँ दी जाएँगी।

कम-समय के लिए प्रभावी (शॉर्ट-एक्टिंग) उत्तेजक दवाएँ:

- दिन में 2 या 3 बार ली जाती हैं (सुबह, दोपहर और कभी-कभार दोपहर के समय)
- प्रति खुराक 3 से 5 घंटे अपना असर दिखाती हैं।

लंबे-समय के लिए प्रभावी (लॉन्ग-एक्टिंग) उत्तेजक दवाएँ:

- दिन में एक बार (सुबह के समय) ली जाती हैं
- प्रति खुराक 8 से 12 घंटे तक अपना असर दिखाती हैं।

उत्तेजक दवाओं को लेना शुरू करना

- आपके बच्चे के डॉक्टर द्वारा कम खुराक से शुरुआत करने और धीरे-धीरे इसे बढ़ाने की सलाह दी जाएगी। इससे यह जानने का समय मिलता है कि यदि दवा से आपके बच्चे को लाभ हो रहा है या नहीं।
- आपके बच्चे के डॉक्टर द्वारा निर्धारित दवा की खुराक अन्य बच्चों की खुराक की तुलना से भिन्न हो सकती है और यह उनकी उम्र या शारीरिक वज़न के आधार पर निर्धारित नहीं की जाती है।
- अधिकतर बच्चों द्वारा पहले कम-समय के लिए प्रभावी उत्तेजक दवा से शुरुआत की जाती है और फिर लंबे समय के लिए प्रभावी उत्तेजक दवा लेना शुरू किया जाता है। बड़े बच्चों को लिस्डेक्सामफेटामाइन (वाइवेन्स®) देने से शुरुआत की जा सकती है।

दुष्प्रभाव

आपके बच्चे के डॉक्टर द्वारा आपको और आपके बच्चे को संभावित दुष्प्रभावों के बारे में विस्तारपूर्वक बताया जाएगा। दुष्प्रभाव से तात्पर्य किसी दवा के कारण होने वाली अनपेक्षित या अवांछित प्रतिक्रिया है।

ADHD की दवाओं के कारण होने वाले अधिकतर दुष्प्रभावों का प्रबंधन किया जा सकता है और वे लंबे समय तक नहीं रहते हैं। दवा के किसी भी दुष्प्रभाव को कम करने के लिए, आपके डॉक्टर द्वारा आपकी दवा की खुराक या दवा लेने का समय बदलकर आपकी मदद की जाएगी। ऐसा हो सकता है कि आपकी दवा बदलने की आवश्यकता हो।

आम दुष्प्रभावों में निम्नलिखित शामिल हैं:

- सिरदर्द*
- पेट खराब होना*
- घबराहट महसूस होना*
- नींद आने में मुश्किल का सामना करना
- भूख कम लगना
- हल्के स्तर पर भावनात्मक परिवर्तन महसूस करना
- दोपहर के समय अतिसक्रियता या भावनात्मक परिवर्तन का बढ़ना।

* ये दुष्प्रभाव आमतौर पर हल्के स्तर के होते हैं और आपके बच्चे द्वारा दवा शुरूआत करने के लगभग 2 सप्ताह बाद तक रह सकते हैं।

दुर्लभ दुष्प्रभावों में निम्नलिखित शामिल हैं:

- उचित रूप से विकास न होना
- मूड में अधिक या बड़े बदलाव महसूस करना
- टिक्स (अनैच्छिक, पुनरावर्ती हरकत या ध्वनि)
- रक्तचाप में चिंतायोग्य बदलाव।

यह महत्वपूर्ण है कि किसी भी दुष्प्रभाव के बारे में अपने बच्चे के डॉक्टर से बात की जाए। उत्तेजक दवाओं के सेवन को बंद करने के लिए कुछ अन्य दवाओं की तरह 'छुड़ाने' की अवधि की आवश्यकता नहीं होती है और इन्हें किसी भी समय बंद किया जा सकता है।

यदि आपके बच्चे द्वारा दवा ली जा रही है और उसके व्यवहार में गंभीर रूप से बदलाव या क्रोध आता है, तो दवा बंद कर दें और अपने बच्चे के डॉक्टर से इस संबंध में बात करें।

संसाधन:

- ADHD: बच्चों और पूर्व-किशोरों के लिए सहायता | रेजिंग चिल्ड्रन नेटवर्क (Raising Children Network)
- ADHD के लिए ऑस्ट्रेलियाई साक्ष्य-आधारित क्लीनिकल अभ्यास दिशानिर्देश - उपभोक्ता सहायता गाइड | AADPA
- विशिष्ट दवाओं की जानकारी: चॉइस एंड मेडिसन (Choice and Medicine) | WA Health

इस प्रकाशन का उद्देश्य सामान्य शिक्षा एवं जानकारी प्रदान करना है। किसी भी प्रकार की आवश्यक चिकित्सीय सलाह के लिए योग्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से संपर्क करें।
©State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service, June 2025
CAH-001854_2