

Maharashtra State Pharmacy Council
**Registered Pharmacist
FAQ Manual**
for strengthening health systems
(English & Marathi)



Special Publication Published By
Drug Information Center, On The Occasion of
World Pharmacist Day
25th September 2023

— **THEME** —
**Pharmacy Strengthening
Health Systems**

Pharmacist's Oath

I swear by the code of Ethics of Pharmacy Council of India in relation to the community and shall act as an integral part of health care team.

I shall uphold the laws and standards governing my profession.

I shall strive to perfect and enlarge my knowledge to contribute to the advancement of pharmacy and the public health.

I shall follow the system which I consider best for pharmaceutical care and counseling of patients.

I shall Endeavour to discover and manufacture drugs of quality to alleviate sufferings of humanity.

I shall hold in confidence the knowledge gained about the patients in connection with my professional practice and never divulge unless compelled to do so by the law.

I shall associate with organizations having their objectives for betterment of the Profession of Pharmacy and make contribution to carry out the work of those organizations.

While I continue to keep this oath unviolated, may it be granted to me to enjoy life and the practice of pharmacy respected by all, at all times!

Should I trespass and violate this oath may the reverse be my lot!



MAHARASHTRA STATE PHARMACY COUNCIL

(Constituted under the Pharmacy Act, 1948)

R-Square, 4th Floor, Opp.E.S.I.S. Hospital, Lal Bahadur Shastri Marg,

Mulund (W), Mumbai – 400 080 Tel.No. 25684291/25684418

E-mail:- mspcindia@gmail.com Website: - www.mspcindia.org

PRESIDENT

Atul Ashokrao Ahire

VICE PRESIDENT

Dhananjay Trambakrao Joshi

EXECUTIVE COMMITTEE MEMBERS

Jagannath Sakharam Shinde

Vijay Pandurang Patil

Sonali Devidas Padole

MEMBERS

Nitin Navnitrai Maniar

Ganesh Chandrakant Bangale

Manohar Sopan Kore

Pravin Nivas Patil

Anil Popatrao Belkar

Deepak Ramesh Kothari

Member Elected By Maharashtra Medical Council

EX-OFFICIO MEMBERS

FDA Commissioner

The Director of Health Services,

The Assistant Director,

M.S., Mumbai

Drugs Control Lab Mumbai

REGISTRAR

Saili Swapnil Masal

Diabetes

Diabetes is a disease of the pancreas. the pancreas releases a substance called insulin into the blood. Insulin helps the body to use sugars and fats that are broken down from the foods we eat.

When a person has diabetes, the pancreas:

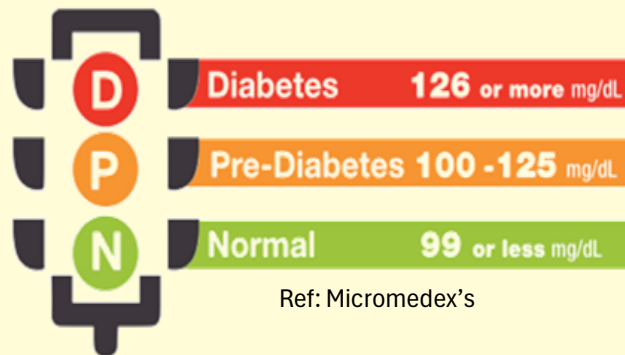
- Does not make insulin
- Makes only a little insulin or,
- Makes insulin, but the insulin does not work as it should.

Can Diabetes Be Cured?

No. A cure for diabetes has not yet been found. However, diabetes can be treated and controlled. Most people with diabetes manage their disease and lead normal lives.

What Is Pre-diabetes?

Prediabetes is a condition in which the blood glucose levels are higher than normal but not high enough for a diagnosis of diabetes.



What Is Insulin Resistance?

Condition in which the body's ability to respond to the effects of insulin is decreased. This results in high level of insulin in the blood, which is one of the signs of insulin resistance.

What Is Gestational Diabetes?

Gestational diabetes is a temporary type elevation of blood glucose during pregnancy (gestation). A woman with gestational diabetes in pregnancy has a higher risk of developing diabetes. Regular and timely screening for type 2 diabetes is essential for women who have had gestational diabetes.

How Do I Manage My Diabetes Every Day?

- Take your medicines
- Keep track of your blood glucose (blood sugar)
- Check your blood pressure
- Check your feet
- Stop smoking & Alcohol TOTALLY
- Eat well, smaller frequent meals
- Be active

मधुमेह

मधुमेह हा स्वादुपिंडाचा आजार आहे. स्वादुपिंड रक्तामध्ये इन्सुलिन नावाचा पदार्थ सोडतो. इन्सुलिन शरीराला आपण खात असलेल्या पदार्थांमधून शरीर उपयोगी साखर आणि फॅट बनवण्यास मदत करते. जेव्हा एखाद्या व्यक्तीला मधुमेह असतो तेव्हा स्वादुपिंडः

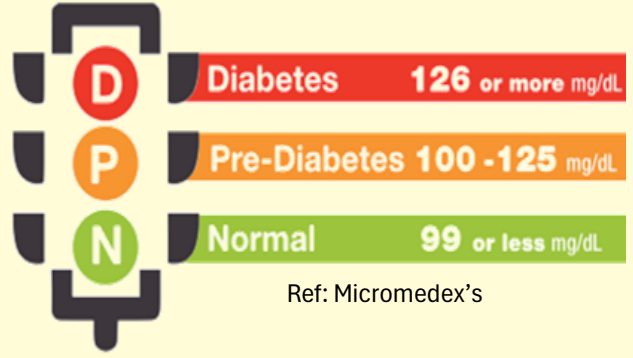
- इन्सुलिन बनवत नाही
- फक्त थोडेसे इन्सुलिन बनवते किंवा,
- इन्सुलिन बनवते, पण इन्सुलिन पाहिजे तसे काम करत नाही.

मधुमेह बरा होऊ शकतो का?

नाही. मधुमेहावर अजून इलाज सापडलेला नाही. तथापि, मधुमेहावर उपचार आणि नियंत्रण केले जाऊ शकते. मधुमेह असलेले बहुतेक लोक त्यांच्या आजाराचे व्यवस्थापन करतात आणि सामान्य जीवन जगतात.

प्री-डायबेटिस म्हणजे काय?

प्रीडायबेटिस ही अशी स्थिती आहे ज्यामध्ये रक्तातील ग्लुकोजची पातळी सामान्यपेक्षा जास्त असते परंतु मधुमेहाचे निदान करण्यासाठी ते पुरेसे नसते.



इन्सुलिन रेझिस्टन्स म्हणजे काय?

अशी स्थिती ज्यामध्ये इन्सुलिनच्या प्रभावांना प्रतिसाद देण्याची शरीराची क्षमता कमी होते. यामुळे रक्तातील इन्सुलिनची उच्च पातळी दिसून येते, जे इन्सुलिन रेझिस्टन्सचे लक्षण आहे.

गरोदरपणातील मधुमेह म्हणजे काय?

गरोदरपणातील मधुमेह हा गर्भधारणेदरम्यान रक्तातील ग्लुकोजची तात्पुरती वाढ असे होय. गरोदरपणात मधुमेह असलेल्या महिलेला पुढील आयुष्यात मधुमेह होण्याचा धोका जास्त असतो. टाईप 2 मधुमेहाची नियमित आणि वेळेवर तपासणी करणे गर्भावस्थेतील मधुमेह असलेल्या स्त्रियांसाठी आवश्यक आहे.

मी दररोज माझा मधुमेह कसा व्यवस्थापित करू?

- तुमची औषधे घ्या
- तुमच्या रक्तातील साखरेची नियमित तपासणी
- तुमचा रक्तदाब तपासा
- आपले पाय तपासा
- धूम्रपान आणि मद्यपान पूर्णपणे बंद करा
- पौष्टिक व संतुलित आहार घ्या व टप्प्याटप्प्याने जेवणाचे सेवन करा

- "मराठी स्वैर अनुवाद"

Hypertension

Hypertension is high blood pressure (BP). BP is the force of blood moving against the walls of arteries. Normal BP is less than 120/80. Prehypertension is between 120/80 and 139/89. Hypertension is 140/90 or higher.

How is diabetes linked to hypertension?

Diabetes and hypertension share common causes, risk factors and often occur together. In diabetes, blood with high glucose can damage blood vessels and kidneys resulting in high blood pressure.

How is high cholesterol linked to hypertension?

High cholesterol and hypertension are often present together and are driven by the same lifestyle issues. Both increase the risk of vascular disease.

Is hypertension genetic?

One of the risk factors of hypertension is family history. If you have parents or relatives with high blood pressure, there is a higher chance of you developing the condition.

What is hypertension in pregnancy? How do I reduce my blood pressure after pregnancy?

High blood pressure that develops during pregnancy is called gestational hypertension. It usually starts after 20 weeks of gestation or close to delivery. Your blood pressure will most likely return to normal after giving birth.



However, if you have chronic hypertension before your pregnancy, you are at risk of complications such as preeclampsia (kidney or liver damage) and eclampsia (seizures) during and after your pregnancy. Speak to your doctors about managing your hypertension during your pregnancy.

How do I bring down my high blood pressure quickly at home?

If you detect high blood pressure, lie down comfortably and take deep breaths to relax. Relaxing helps to slow your heart rate and reduce the pressure exerted by your blood in your blood vessels. Meditation may help too.

उच्च रक्तदाब

उच्च रक्तदाब म्हणजे उच्च रक्तदाब (BP) म्हणजे रक्तवाहिन्यांच्या भिंतींवर रक्ताचा प्रभाव. सामान्य रक्तदाब 120/80 पेक्षा कमी असतो. प्राथमिक उच्च रक्तदाब 120/80 आणि 139/89 दरम्यान आहे. उच्च रक्तदाब 140/90 किंवा त्याहून अधिक आहे.

मधुमेहाचा उच्चरक्तदाबाशी कसा संबंध आहे?

मधुमेह आणि उच्च रक्तदाब याची सर्वसाधारण कारणे व त्यामागचे धोक्याचे घटक यामध्ये साधर्म्य आहे. मधुमेहामध्ये साखरेचे प्रमाण अधिक. मधुमेहामध्ये असलेले रक्त रक्तवाहिन्या आणि मूत्रपिंडांना नुकसान पोहोचवू शकते परिणामी उच्च रक्तदाब होतो.

उच्च कोलेस्टेरॉलचा उच्च रक्तदाबाशी कसा संबंध आहे?

जीवनशैलीच्या समस्यांमुळे उच्च कोलेस्टेरॉल आणि उच्च रक्तदाब बहुतेकदा एकत्र होतात व दोन्ही रक्तवाहिन्यासंबंधी रोगाचा धोका वाढवतात.

उच्च रक्तदाब अनुवांशिक आहे का?

उच्च रक्तदाबाच्या जोखीम घटकांपैकी एक म्हणजे कौटुंबिक इतिहास. जर तुमचे पालक किंवा नातेवाईक उच्च रक्तदाबाने ग्रस्त असतील, तर तुम्हाला हा आजार होण्याची शक्यता जास्त असते.

गरोदरपणात उच्च रक्तदाब म्हणजे काय? गर्भधारणेनंतर मी माझा रक्तदाब कसा कमी करू शकते ?

गर्भधारणेदरम्यान विकसित होणाऱ्या उच्च रक्तदाबाला गर्भावस्थेतील उच्च रक्तदाब म्हणतात. हे सहसा गर्भधारणेच्या 20 आठवड्यांनंतर किंवा प्रसूतीच्या जवळ सुरू होते. जन्म दिल्यानंतर तुमचा रक्तदाब बहुधा सामान्य होतो



तथापि, जर तुम्हाला तुमच्या गर्भधारणेपूर्वी तीव्र उच्च रक्तदाब असेल, तर तुम्हाला गर्भधारणेदरम्यान आणि नंतर प्रीक्लॅम्पसिया (मूत्रपिंड किंवा यकृताचे नुकसान) आणि एक्लॅम्पसिया (जप्ती) यांसारख्या गुंतागुंत होण्याचा धोका असतो. तुमच्या गर्भधारणेदरम्यान तुमच्या उच्च रक्तदाबाच्या व्यवस्थापनाबद्दल तुमच्या डॉक्टरांशी बोला.

मी घरी माझा उच्च रक्तदाब लवकर कसा कमी करू शकतो?

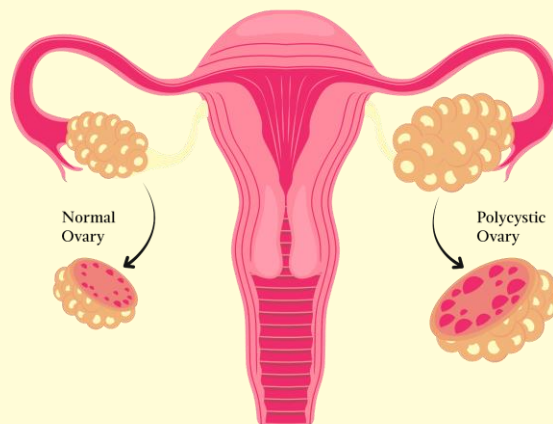
तुम्हाला उच्च रक्तदाब आढळल्यास, आरामात झोपा आणि आराम करण्यासाठी दीर्घ श्वास घ्या. आराम केल्याने तुमच्या हृदयाची गती कमी होण्यास मदत होते आणि तुमच्या रक्तवाहिन्यांमधील तुमच्या रक्ताचा दबाव कमी होतो. ध्यान धारणा देखील मदत करू शकते.

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS)

Polycystic ovarian syndrome (PCOS) is a hormone disorder that may cause cysts to form on ovaries. Cysts are bumps that are filled with fluid. The cysts can prevent ovaries from working correctly.

What causes PCOS?

Although the cause of PCOS is not known, PCOS may be related to many different factors working together. These factors include insulin resistance, increased levels of hormones called androgens, and an irregular menstrual cycle.



What can high levels of androgens lead to?

When higher than normal levels of androgens are produced, the ovaries may be prevented from releasing an egg each month (a process called ovulation). High androgen levels also cause the unwanted hair growth and acne seen in many women with PCOS.

What effect can weight loss have on women with PCOS?

For women who are overweight, weight loss alone may regulate the menstrual cycle. Even a small loss of weight may be helpful in making menstrual periods more regular. Weight loss also has been found to improve cholesterol and insulin levels and relieve symptoms such as excess hair growth and acne.

How can insulin-sensitizing drugs help treat women with PCOS?

Insulin-sensitizing drugs used to treat diabetes frequently are used in the treatment of PCOS. These drugs help the body respond to insulin. In women with PCOS, they can help decrease androgen levels and improve ovulation. Restoring ovulation may help make menstrual periods regular and more predictable.

Are treatments available for women with PCOS?

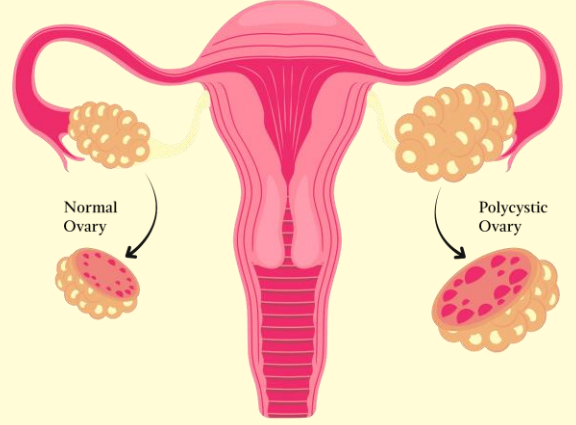
A variety of treatments are available to address the problems of PCOS. Treatment is tailored to each woman according to symptoms, other health problems, and whether she wants to get pregnant.

पॉलीसिस्टिक ओव्हेरियन सिंड्रोम (पीसीओएस)

पॉलीसिस्टिक ओव्हेरियन सिंड्रोम (पीसीओएस) हा एक संप्रेरक विकार आहे ज्यामुळे अंडाशयांवर सिस्ट तयार होऊ शकतात. सिस्ट अंडाशयांना योग्यरित्या कार्य करण्यापासून रोखू शकतात.

पीसीओएस कशामुळे होतो?

पीसीओएस चे कारण माहित नसले तरी पीसीओएस एकत्र काम करणाऱ्या अनेक घटकांशी संबंधित असू शकते. या घटकांमध्ये इन्सुलिनचा प्रतिकार, एंड्रोजेन नावाच्या हार्मोन्सची वाढलेली पातळी आणि अनियमित मासिक पाळी यांचा समावेश होतो.



एंड्रोजनच्या उच्च पातळीमुळे काय होऊ शकते?

जेव्हा अॅन्ड्रोजनच्या सामान्य पातळीपेक्षा जास्त प्रमाणात उत्पादन केले जाते, तेव्हा अंडाशयांना प्रत्येक महिन्याला अंडी सोडण्यापासून प्रतिबंधित केले जाऊ शकते (एक प्रक्रिया ज्याला ओव्हुलेशन म्हणतात). उच्च एन्ड्रोजन पातळी देखील पीसीओएस असलेल्या अनेक स्त्रियांमध्ये अवांछित केसांची वाढ आणि मुरुमांना कारणीभूत ठरते.

पीसीओएस असलेल्या महिलांवर वजन कमी करण्याचा काय परिणाम होऊ शकतो?

ज्या महिलांचे वजन जास्त आहे त्यांच्यासाठी, केवळ वजन कमी केल्याने मासिक पाळीचे नियमन होऊ शकते. वजन कमी करणे देखील मासिक पाळी अधिक नियमित करण्यासाठी उपयुक्त ठरू शकते. वजन कमी केल्याने कोलेस्टेरॉल आणि इन्सुलिनची पातळी सुधारते आणि केसांची जास्त वाढ आणि मुरुमांसारख्या लक्षणांपासून आराम मिळतो.

इंसुलिन-संवेदनशील औषधे पीसीओएस असलेल्या महिलांवर उपचार करण्यास कशी मदत करू शकतात?

मधुमेहावर उपचार करण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या इंसुलिन-संवेदनशील औषधे पीसीओएसच्या उपचारांमध्ये वारंवार वापरली जातात. ही औषधे शरीराला इन्सुलिनला प्रतिसाद देण्यास मदत करतात. पीसीओएस असलेल्या स्त्रियांमध्ये, ते एंड्रोजनची पातळी कमी करण्यास आणि ओव्हुलेशन सुधारण्यास मदत करू शकतात. ओव्हुलेशन पुनर्संचयित केल्याने मासिक पाळी नियमित आणि अधिक अंदाज येण्यास मदत होऊ शकते.

पीसीओएस असलेल्या महिलांसाठी उपचार उपलब्ध आहेत का?

पीसीओएसच्या समस्या सोडवण्यासाठी विविध उपचार उपलब्ध आहेत. लक्षणे, इतर आरोग्य समस्या आणि तिला गरोदर व्हायचे आहे की नाही यानुसार उपचार प्रत्येक स्त्रीसाठी तयार केले जातात.

- "मराठी स्वैर अनुवाद"

Asthma

Asthma is a lung disease that makes breathing difficult. Chronic inflammation and reactions to triggers which narrow the airways in the lungs. Asthma can become life-threatening if it is not managed.

Is there a cure for asthma?

There is no cure for asthma, though there is a lot of research being carried out now in the areas of indoor and outdoor pollution, allergies, gene therapy, cell biology

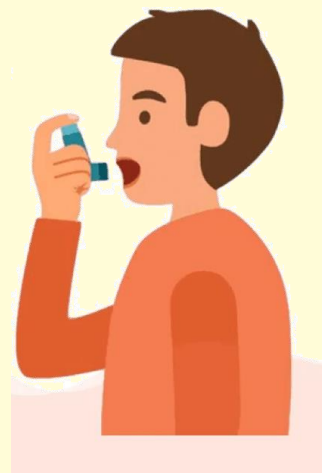
The people who have claimed to be cured may be in one of those "quiet times" common in asthma, when there is a lot of time between asthma attacks. They have not really been cured, and their asthma symptoms could come back at any time, especially if they are not taking their asthma medications as they should

Is it safe for people with asthma to get a flu shot?

Flu shots are safe and should be given to people with asthma older than 6 months old. The nasal spray flu vaccine should not be used for people with asthma.

Do children outgrow asthma?

Some kids will stop having asthma symptoms as frequently as in the past, and it may seem like they have outgrown it. But it isn't gone, it just isn't active, and could come back at any time. Other kids will have to deal with asthma throughout their lives. The best thing to do is to keep an eye on your child and get all the help you can. Have regular checkups with your doctor



Will I gain weight by taking inhaled steroids or steroid tablets?

NO. Your inhaler contains such a low dose of steroids that it will not make you put on weight. Sometimes steroid tablets can make you feel hungry, and eating more will make you start to gain weight. The tablets themselves don't make you gain, so eat your normal amounts while you take them and you should be fine.

दमा

दमा हा एक फुफ्फुसाचा आजार आहे ज्यामुळे श्वास घेण्यास त्रास होतो. क्रॉनिक सूज आणि ट्रिगर्सच्या प्रतिक्रिया ज्यामुळे फुफ्फुसातील वायुमार्ग अरुंद होतो. दम्याचे व्यवस्थापन न केल्यास जीवघेणा ठरू शकतो.

दम्याचा इलाज आहे का?

घरातील आणि बाहेरील प्रदूषण, ऍलर्जी, जीन थेरेपी, सेल बायोलॉजी या क्षेत्रांमध्ये आता बरेच संशोधन केले जात असले तरी दम्यावर कोणताही इलाज नाही.

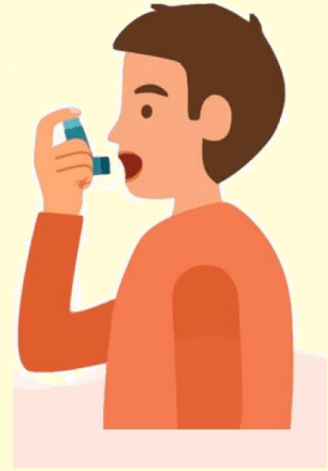
ज्या लोकांनी बरे होण्याचा दावा केला आहे ते कदाचित अशा "शांत वेळा" पैकी एक असू शकतात ज्यात दम्याचा झटका येण्याच्या दरम्यान बराच वेळ असतो. ते खरोखरच बरे झालेले नाहीत आणि त्यांच्या दम्याची लक्षणे कधीही परत येऊ शकतात, विशेषतः जर ते त्यांच्या दम्याची औषधे त्यांनी पाहिजे तशी घेत नसतील.

दमा असलेल्या लोकांसाठी फ्लूचा शॉट घेणे सुरक्षित आहे का?

फ्लूचे शॉट्स सुरक्षित आहेत आणि 6 महिन्यांपेक्षा जास्त वयाच्या अस्थमा असलेल्या लोकांना दिले पाहिजेत. अनुनासिक स्प्रे फ्लू लस दमा असलेल्या लोकांसाठी वापरू नये.

मुलांमध्ये दमा वयानुसार बरा होतो का?

काही मुलांमध्ये अस्थमाची लक्षणे पूर्वीप्रमाणेच वारंवार येणे थांबतील आणि त्यांना ते बरे झाले असे वाटू शकते. पण तसे नाही, ते फक्त सक्रिय नाही आणि कधीही परत येऊ शकते. मुलांना आयुष्यभर दम्याचा सामना करावा लागेल. आपल्या मुलावर लक्ष ठेवणे आणि आपल्याला शक्य ती सर्व मदत मिळवणे ही सर्वात चांगली गोष्ट आहे. तुमच्या डॉक्टरांकडे नियमित तपासणी करा



इनहेल्ड स्टिरॉइड्स किंवा स्टिरॉइड गोळ्या घेतल्याने माझे वजन वाढेल का?

नाही. तुमच्या इनहेलरमध्ये स्टिरॉइड्सचा इतका कमी डोस आहे की त्यामुळे तुमचे वजन वाढणार नाही. कधीकधी स्टिरॉइड गोळ्यांमुळे तुम्हाला भूक लागते आणि जास्त खाल्ल्याने तुमचे वजन वाढू लागते. म्हणून तुम्ही त्या घेताना सामान्य प्रमाणात खा म्हणजे वजन वाढणार नाही .

Tuberculosis

Tuberculosis (TB) is an infectious disease caused by the bacteria *Mycobacterium tuberculosis*. TB usually affects the lungs, but it can also affect other parts of the body, such as the brain, the kidneys, the spine, etc.

Is TB curable?

Yes, TB is curable if the prescribed drugs are taken regularly for the complete duration.

Is TB always infectious?

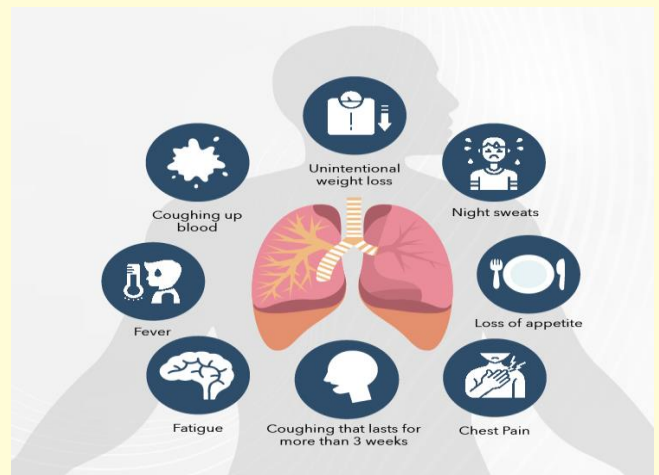
Microbiologically confirmed pulmonary TB patients (people with lung TB) are infectious. However, these patients don't remain infectious, if at least 2 weeks of Anti TB medicines are taken. It is important to complete the entire duration of medication. In comparison, if it's a case of TB affecting other organs (other than the lung), then they are not infectious.

How are TB and HIV related?

HIV is the strongest risk factor for tuberculosis among adults as it adversely affects the immune system. An HIV-positive person is 20-40 times more likely to develop TB disease once infected as compared to an HIV-negative person.

How long does it take to recover from TB?

The duration and nature of TB treatment depend upon the resistance to drugs available for treatment. For drug-sensitive TB patients, the treatment is generally 6-9 months.



What do I do if my family member has TB?

As a caregiver, ensure that TB patients complete their prescribed treatment and take a nutritious diet during and post their treatment. If they have lung TB and you were in close prolonged contact with them, contact your nearest health centre to take professional advice.

क्षयरोग (टीबी)

क्षयरोग (टीबी) हा मायकोबॅक्टेरियम ट्यूबरक्युलोसिस या जीवाणूमुळे होणारा संसर्गजन्य रोग आहे. क्षयरोगाचा सामान्यतः फुफ्फुसांवर परिणाम होतो, परंतु त्याचा परिणाम शरीराच्या इतर भागांवरही होतो, जसे की मेंदू, मूत्रपिंड, पाठीचा कणा इ.

टीबी बरा होऊ शकतो का?

होय, टीबी पूर्णपणे बरा होतो, जर डॉक्टरांनी सांगितलेली औषधे नियमितपणे पूर्ण कालावधीसाठी घेतली तर रुग्ण पूर्ण बारा होतो.

टीबी नेहमीच संसर्गजन्य असतो का?

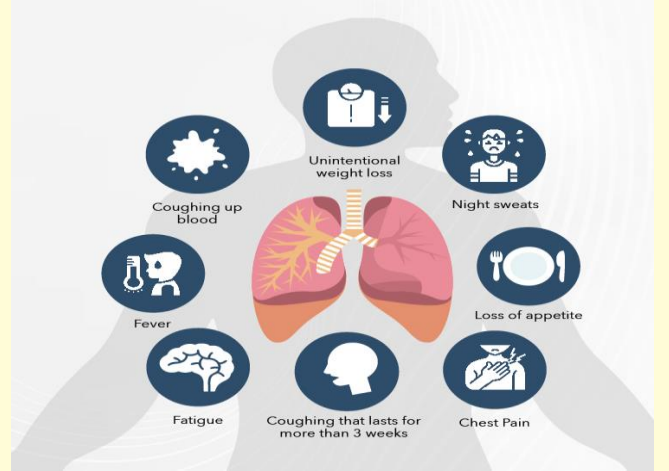
सूक्ष्मजीवशास्त्रीयदृष्ट्या पुष्टी केलेले फुफ्फुसीय टीबी रुग्ण (फुफ्फुसाचा टीबी असलेले लोक) संसर्गजन्य असतात. तथापि, किमान 2 आठवडे क्षयरोगविरोधी औषधे घेतल्यास हे रुग्ण संसर्गजन्य राहत नाहीत. औषधोपचाराचा संपूर्ण कालावधी पूर्ण करणे महत्वाचे आहे. त्या तुलनेत, इतर अवयवांवर (फुफ्फुसाच्या व्यतिरिक्त) परिणाम करणारे टीबीचे प्रकरण असल्यास, ते संसर्गजन्य नसतात.

टीबी आणि एचआयव्हीचा संबंध कसा आहे?

प्रौढांमध्ये एचआयव्ही हा क्षयरोगाचा सर्वात महत्वाचा जोखीम घटक आहे कारण त्याचा रोगप्रतिकारक शक्तीवर विपरित परिणाम होतो. एचआयव्ही-निगेटिव्ह व्यक्तीच्या तुलनेत एचआयव्ही पॉझिटिव्ह व्यक्तीला टीबी रोग होण्याची शक्यता 20-40 पट जास्त असते.

टीबीपासून बरे होण्यासाठी किती वेळ लागतो?

टीबी उपचाराचा कालावधी आणि स्वरूप उपचारासाठी उपलब्ध असलेल्या औषधांच्या प्रतिकारावर अवलंबून असते. औषध-संवेदनशील टीबी रूग्णांसाठी, उपचार साधारणपणे 6-9 महिने असतात.



माझ्या कुटुंबातील सदस्याला टीबी असल्यास मी काय करावे?

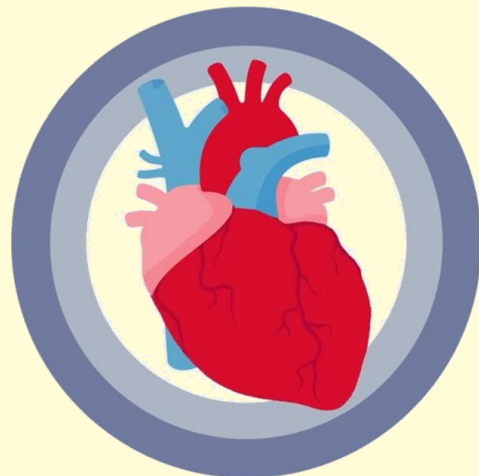
घरातील व्यक्ती म्हणून, क्षयरोगाच्या रूग्णांनी त्यांचे विहित उपचार पूर्ण केल्याची खात्री करा आणि उपचारादरम्यान आणि नंतर पौष्टिक आहार घ्या. त्यांना फुफ्फुसाचा टीबी असल्यास आणि तुम्ही त्यांच्याशी दीर्घकाळ संपर्कात असाल, तर व्यावसायिक सल्ला घेण्यासाठी तुमच्या जवळच्या आरोग्य केंद्राशी संपर्क साधा.

Heart disease

Heart disease is a general term that includes many types of heart problems. It's also called cardiovascular disease, which means heart and blood vessel disease.

What is the link between cholesterol and heart disease?

Many years of scientific studies have shown a close relationship between cardiovascular disease and cholesterol levels. Doctor may suggest a lipid profile—a test that shows the levels of LDL (bad cholesterol), HDL (good cholesterol), and triglycerides in blood—to assess risk for developing heart disease.



Can taking fish oil capsules lower my cholesterol?

No. Fish oil has the ability to lower triglycerides, but not LDL cholesterol. However, there may be other potentially protective effects from fish oil, such as making your blood less likely to clot.

What are the warning signs of heart disease?

Heart disease can manifest as chest pain, tightness, or discomfort. Sometimes even shortness of breath can be a symptom of a heart attack. Any unusual restriction in your activity could be a warning sign of heart disease. Dizziness or a fast or irregular heartbeat are other possible symptoms.

Is heart disease an irreversible condition?

Heart disease is potentially reversible by attending to risk factors like cholesterol, blood pressure, and smoking. Several studies have shown, for example, that aggressive lowering of blood cholesterol with LDL levels below 100 can open up blocked coronary arteries at least partially. LDL cholesterol is the “bad” cholesterol component.

Are birth control pills a contributor to heart disease?

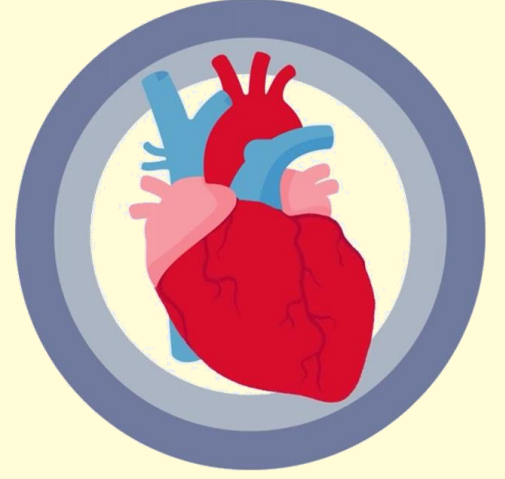
Birth control pills can cause a small increase in the risk of thrombosis and heart attack. That occurs mainly in people who have been on the pill for more than 10 years and who smoke cigarettes.

हृदयरोग

हृदयरोग हा एक सामान्य शब्द आहे ज्यामध्ये अनेक प्रकारच्या हृदयाच्या समस्यांचा समावेश होतो. याला हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोग देखील म्हणतात, ज्याचा अर्थ हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोग आहे.

कोलेस्टेरॉल आणि हृदयविकाराचा काय संबंध आहे?

अनेक वर्षांच्या वैज्ञानिक अभ्यासांनी हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोग आणि कोलेस्टेरॉल पातळी यांच्यात जवळचा संबंध दर्शविला आहे. हृदयरोग होण्याच्या जोखमीचे मूल्यांकन करण्यासाठी डॉक्टर लिपिड प्रोफाइल सुचवू शकतात - एक चाचणी जी रक्तातील LDL (खराब कोलेस्टेरॉल), HDL (चांगले कोलेस्टेरॉल) आणि ट्रायग्लिसराइड्सची पातळी दर्शवते.



फिश ऑइल कॅप्सूल घेतल्याने माझे कोलेस्ट्रॉल कमी होते का?

नाही. फिश ऑइलमध्ये ट्रायग्लिसराइड्स कमी करण्याची क्षमता असते, परंतु एलडीएल कोलेस्ट्रॉल नाही. तथापि, फिश ऑइलचे इतर संभाव्य संरक्षणात्मक प्रभाव असू शकतात, जसे की तुमचे रक्त गोठण्याची शक्यता कमी करणे.

हृदयविकाराची लक्षणे कोणती आहेत?

हृदयरोग छातीत दुखणे, घट्टपणा किंवा अस्वस्थ वाटणे. काहीवेळा श्वास लागणे देखील हृदयविकाराच्या झटक्याचे लक्षण असू शकते. तुमच्या क्रियाकलापातील कोणतेही असामान्य निर्बंध हृदयविकाराचा इशारा असू शकतात. चक्कर येणे किंवा वेगवान किंवा अनियमित हृदयाचा ठोका ही इतर संभाव्य लक्षणे आहेत.

हृदयरोग ही एक अपरिवर्तनीय स्थिती आहे का?

कोलेस्टेरॉल, रक्तदाब आणि धूम्रपान यांसारख्या जोखीम घटकांना उपस्थित राहून हृदयरोग संभाव्यतः उलट करता येतो. उदाहरणार्थ, 100 पेक्षा कमी एलडीएल पातळीसह रक्तातील कोलेस्टेरॉल आक्रमकपणे कमी केल्याने अवरोधित कोरोनरी धमन्या कमीत कमी अंशतः उघडू शकतात हे अनेक अभ्यासांनी दाखवले आहे. एलडीएल कोलेस्टेरॉल हा "खराब" कोलेस्ट्रॉल घटक आहे.

गर्भनिरोधक गोळ्या हृदयविकारास कारणीभूत आहेत का?

गर्भनिरोधक गोळ्यांमुळे थ्रोम्बोसिस आणि हृदयविकाराचा धोका होऊ शकतो. हे प्रामुख्याने 10 वर्षांहून अधिक काळ गोळी घेत असलेल्या आणि सिगारेट ओढणाऱ्या लोकांमध्ये आढळते.

Liver Disease

Liver disease is any disturbance of liver function that causes illness. The liver is responsible for many critical functions within the body and should it become diseased or injured, the loss of those functions can cause significant damage to the body. Liver disease is also referred to as a hepatic disease.

What are some of the symptoms of liver disease?

The most common symptoms are very non-specific and they include fatigue or excessive tiredness, lack of drive, and sometimes itching. Signs of liver disease that are more prominent are jaundice or yellowing of the eyes and skin, dark urine, very pale or light colored stool, bleeding from the GI tract, mental confusion, and retention of fluids in the abdomen or belly.

What quantity of alcohol usage should be seen as being a risk to the liver?

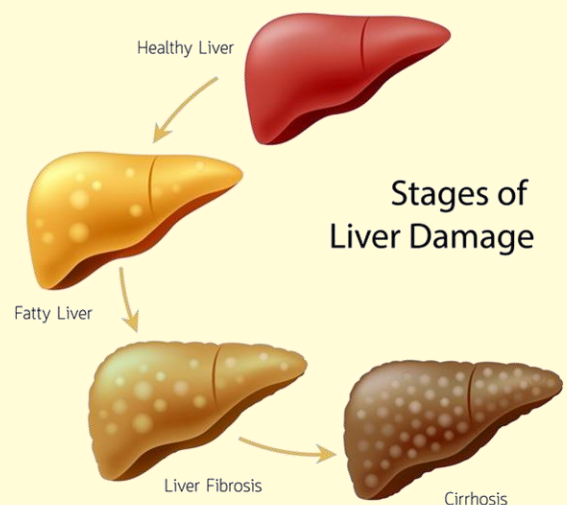
Any amount of alcohol can produce damage to the liver.

Can liver damage be reversed?

The liver is a unique organ. It is the only organ in the body that is able to regenerate. With most organs, such as the heart, the damaged tissue is replaced with scar, like on the skin. Complications of liver disease occur when regeneration is either incomplete or prevented by progressive development of scar tissue within the liver. This occurs when the damaging agent such as a virus, a drug, alcohol, etc., continues to attack the liver and prevents complete regeneration.

What causes hepatitis?

Hepatitis is a generic term. It indicates inflammation and damage to liver cells. This damage can be caused by drugs, toxins, alcohol, inherited diseases, certain metabolic diseases, and viruses. Commonly, hepatitis refers to viral hepatitis. There are a wide variety of viruses that can cause hepatitis, but again most commonly the term refers to the viruses designated A, B, C, D, E, and G.



यकृताचा आजार

यकृताचा आजार म्हणजे यकृताच्या कार्यामध्ये कोणताही अडथळा ज्यामुळे आजार होतो. यकृत शरीरातील अनेक गंभीर कार्यांसाठी जबाबदार आहे आणि जर ते रोगग्रस्त किंवा जखमी झाले तर त्या कार्यांचे नुकसान शरीराला लक्षणीय नुकसान करू शकते.

यकृत रोगाची लक्षणे कोणती आहेत?

सर्वात सामान्य लक्षणे फारच विशिष्ट नसतात आणि त्यामध्ये थकवा, अंगास खाज सुटणे यांचा समावेश होतो. कावीळ किंवा डोळे आणि त्वचा पिवळी पडणे, गडद लघवी, अतिशय फिकट किंवा हलक्या रंगाचा मल, जीआय ट्रॅक्टमधून रक्तस्राव, मानसिक गोंधळ आणि ओटीपोटात किंवा पोटात द्रवपदार्थ टिकून राहणे ही यकृताच्या आजाराची लक्षणे अधिक ठळक आहेत.

अल्कोहोलचा किती प्रमाणात वापर यकृतासाठी धोका आहे म्हणून पाहिले पाहिजे?

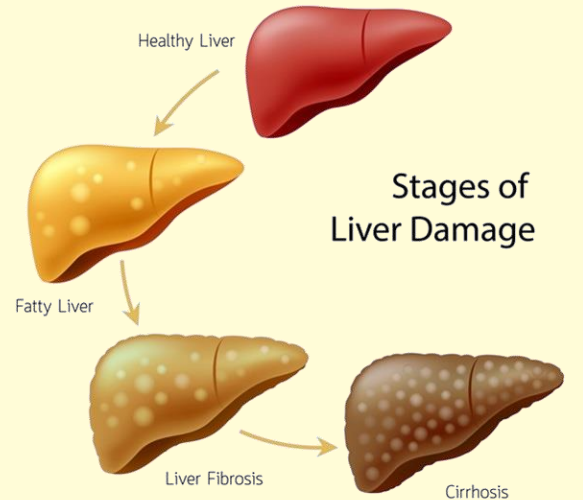
कोणत्याही प्रमाणात अल्कोहोल यकृताला हानी पोहोचवू शकते.

यकृताचे नुकसान पूर्ववत केले जाऊ शकते का?

यकृत हा एक अद्वितीय अवयव आहे. शरीरातील हा एकमेव अवयव आहे जो पुनर्जन्म करण्यास सक्षम आहे. यकृत रोगाची गुंतागुंत तेव्हा उद्भवते जेव्हा पुनरुत्पादन एकतर अपूर्ण असते किंवा यकृतातील डाग ऊतकांच्या प्रगतीशील विकासामुळे प्रतिबंधित होते. जेव्हा विषाणू, औषध, अल्कोहोल इ. यांसारखे हानिकारक घटक यकृतावर सतत हल्ला करत राहतात आणि पूर्ण पुनरुत्पादन रोखतात तेव्हा हे घडते.

हिपॅटायटीस कशामुळे होतो?

हिपॅटायटीस ही एक सामान्य संज्ञा आहे. हे यकृताच्या पेशींना सूज आणि नुकसान दर्शवते. हे नुकसान ड्रग्स, टॉक्सिन्स, अल्कोहोल, आनुवंशिक रोग, विशिष्ट चयापचय रोग आणि विषाणूंमुळे होऊ शकते. सामान्यतः, हिपॅटायटीस म्हणजे व्हायरल हेपेटायटीस. हेपेटायटीस होऊ शकणारे विषाणूंचे विविध प्रकार आहेत, परंतु पुन्हा सामान्यतः हा शब्द A, B, C, D, E आणि G नावाच्या व्हायरसचा संदर्भ घेतो.



Chronic Kidney Disease

Chronic Kidney Disease is a condition in which the kidneys are damaged and cannot filter blood as well as they should. Because of this, excess fluid and waste from blood remain in the body and may cause other health problems, such as heart disease and stroke.

How is my diabetes control related to my kidney function?

Diabetes is the most common cause of chronic kidney disease (CKD). High blood sugar levels can damage the blood vessels and affect the filtering ability of the kidney. Controlling your blood sugar can help slow the progress of your kidney disease.

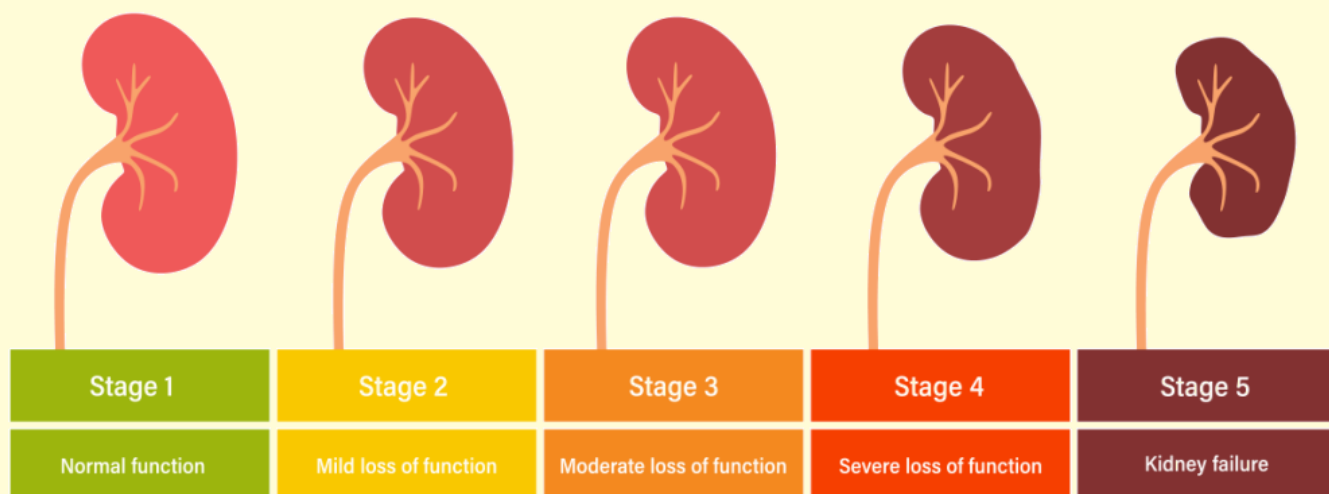
How is my blood pressure control related to my kidney function?

High blood pressure damages the blood vessels and reduces blood supply to the kidney. High blood pressure can cause kidney problems and kidney problems can cause high blood pressure. Uncontrolled high blood pressure can cause a decrease in kidney function and irreversible kidney damage.

How does diet affect kidney function?

One way to preserve your kidney function is to modify your diet. Proper nutrition can reduce the workload of the kidneys and preserve or delay further progression of your kidney disease. A renal dietitian can help you make good choices with the foods you normally eat and make suggestions on foods to add and foods to moderate in your diet. The dietitian is an important part of your healthcare team and can assist you in living well with chronic kidney disease.

STAGES OF CHRONIC KIDNEY DISEASE



मूत्रपिंडाचा जुनाट आजार

मूत्रपिंडाचा जुनाट आजार ही एक अशी स्थिती आहे ज्यामध्ये किडनी खराब होते आणि ते रक्त फिल्टर करू शकत नाही. यामुळे, रक्तातील अतिरिक्त द्रव आणि कचरा शरीरात राहतो आणि हृदयविकार आणि पक्षाघात यांसारख्या इतर आरोग्य समस्या निर्माण करू शकतात.

माझे मधुमेह नियंत्रण माझ्या मूत्रपिंडाच्या कार्याशी कसे संबंधित आहे?

मधुमेह हे क्रॉनिक किडनी डिसीज (CKD) चे सर्वात सामान्य कारण आहे. उच्च रक्तातील साखरेची पातळी रक्तवाहिन्यांना नुकसान पोहोचवू शकते आणि मूत्रपिंडाच्या फिल्टरिंग क्षमतेवर परिणाम करू शकते. तुमच्या रक्तातील साखरेचे नियंत्रण तुमच्या मूत्रपिंडाच्या आजाराची प्रगती कमी करण्यास मदत करू शकते.

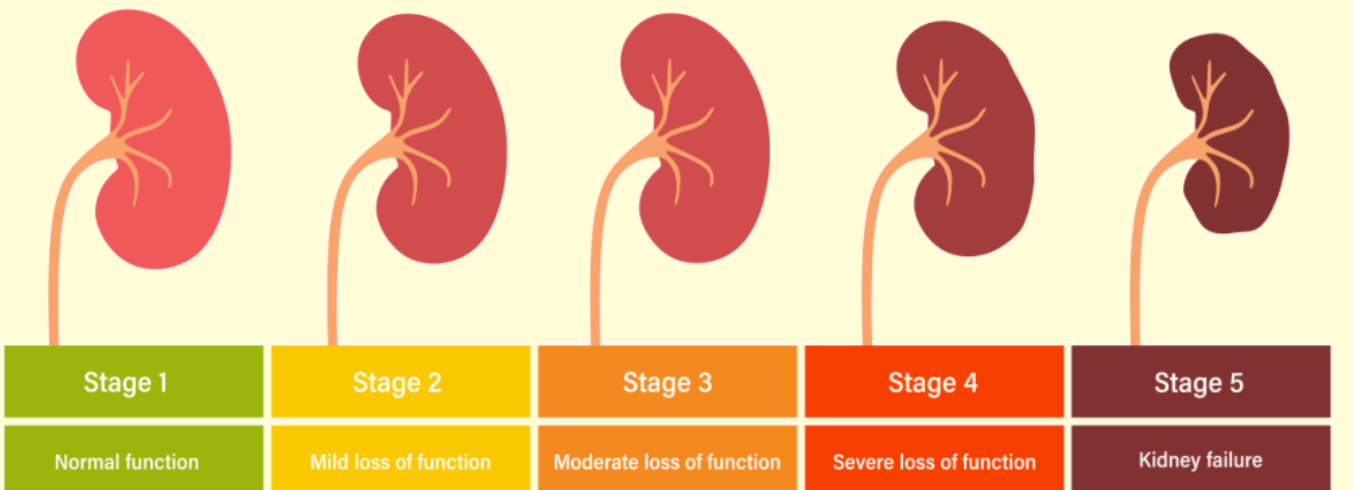
माझे रक्तदाब नियंत्रण माझ्या मूत्रपिंडाच्या कार्याशी कसे संबंधित आहे?

उच्च रक्तदाबामुळे रक्तवाहिन्यांचे नुकसान होते आणि किडनीला रक्तपुरवठा कमी होतो. उच्च रक्तदाबामुळे मूत्रपिंडाचा त्रास होऊ शकतो आणि किडनीच्या समस्येमुळे उच्च रक्तदाब होऊ शकतो. अनियंत्रित उच्च रक्तदाबामुळे मूत्रपिंडाचे कार्य कमी होते आणि मूत्रपिंडाचे अपरिवर्तनीय नुकसान होऊ शकते.

आहाराचा मूत्रपिंडाच्या कार्यावर कसा परिणाम होतो?

तुमच्या मूत्रपिंडाचे कार्य टिकवून ठेवण्याचा एक मार्ग म्हणजे तुमच्या आहारात बदल करणे. योग्य पोषण किडनीवरील कामाचा भार कमी करू शकतो आणि तुमच्या किडनीच्या आजाराची पुढील स्थिती टिकवून ठेवू शकतो किंवा विलंब करू शकतो. एक मुत्र आहारतज्ञ तुम्हाला तुम्ही सामान्यतः खात असलेल्या पदार्थांची चांगली निवड करण्यात मदत करू शकतो आणि तुमच्या आहारात समाविष्ट करण्यासाठी खाद्यपदार्थ आणि खाद्यपदार्थ मध्यम करण्यासाठी सूचना देऊ शकतो. आहारतज्ञ हा तुमच्या आरोग्य सेवा प्रदाताचा एक महत्त्वाचा भाग आहे आणि दीर्घकालीन किडनीच्या आजारात तुम्हाला चांगले जगण्यात मदत करू शकतो.

STAGES OF CHRONIC KIDNEY DISEASE



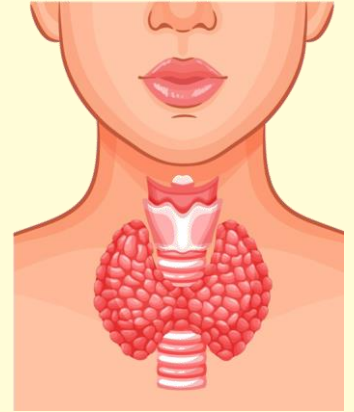
- "मराठी स्वैर अनुवाद"

Thyroid Disease

Thyroid disease is a general term for a medical condition that keeps thyroid from making the right amount of hormones.

What are the symptoms of hypothyroidism?

Hypothyroidism is a condition when the thyroid gland secretes too little thyroid hormones. Symptoms of hypothyroidism may include one or many of these: feeling tired, slow, depressed, lethargic, cold, dry skin and hair loss, constipation, muscle cramps, or weight gain. Women may have a heavier menstrual flow. Some patients have a swelling in front of the neck due to thyroid enlargement (a goiter)



What causes hypothyroidism?

The biggest cause of hypothyroidism across the world, is lack of iodine in the diet. Treatment of hyperthyroidism by certain medications can also cause hypothyroidism. It may also be present from birth. The thyroid may temporarily become underactive after pregnancy or due to a viral infection.

What are the symptoms of hyperthyroidism?

Hyperthyroidism is a condition in which the thyroid gland produces and secretes too much thyroid hormones. Symptoms of hyperthyroidism may include weight loss, nervousness, irritability, increased perspiration, a racing heart, hand tremors, anxiety, difficulty sleeping, increased bowel movements, fine brittle hair, and muscular weakness—especially in the upper arms and thighs.

What causes hyperthyroidism?

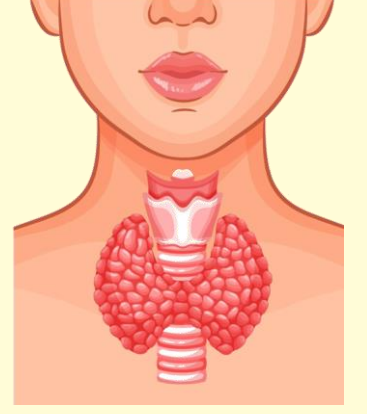
The most common cause is Graves' disease. Another cause is one or more overactive nodules or lumps in the thyroid, which is generally known as toxic nodular or multinodular goiter. Besides, if a person has thyroiditis, which causes the gland to leak thyroid hormone, or he/she takes too much thyroid hormone in tablet form, he they may suffer from hyperthyroidism, temporarily.

थायरॉईड ग्रंथीचा आजार

थायरॉईड ग्रंथीचा आजार ही वैद्यकीय स्थितीसाठी एक सामान्य संज्ञा आहे जी थायरॉईडला योग्य प्रमाणात हार्मोन्स बनविण्यापासून रोखते.

हायपोथायरॉईडीझमची लक्षणे काय आहेत?

हायपोथायरॉईडीझम ही अशी स्थिती आहे जेव्हा थायरॉईड ग्रंथी खूप कमी थायरॉईड संप्रेरक स्राव करते. हायपोथायरॉईडीझमच्या लक्षणांमध्ये यापैकी एक किंवा अनेकांचा समावेश असू शकतो: थकवा जाणवणे, मंदपणा, उदासीनता, सुस्त, थंड, कोरडी त्वचा आणि केस गळणे, बद्धकोष्ठता, स्नायू पेटके किंवा वजन वाढणे. स्त्रियांना मासिक पाळीचा प्रवाह जास्त असू शकतो. काही रुग्णांना थायरॉईड वाढल्यामुळे (गोइटर) मानेसमोर सूज येते.



हायपोथायरॉईडीझम कशामुळे होतो?

जगभरातील हायपोथायरॉईडीझमचे सर्वात मोठे कारण म्हणजे आहारात आयोडीनची कमतरता. हायपरथायरॉईडीझमवर विशिष्ट औषधांद्वारे उपचार केल्याने देखील हायपोथायरॉईडीझम होऊ शकतो. हे जन्मापासून देखील असू शकते. गर्भधारणेनंतर किंवा व्हायरल इन्फेक्शनमुळे थायरॉईड तात्पुरते निष्क्रिय होऊ शकते.

हायपरथायरॉईडीझमची लक्षणे काय आहेत?

हायपरथायरॉईडीझम ही एक अशी स्थिती आहे ज्यामध्ये थायरॉईड ग्रंथी खूप जास्त थायरॉईड संप्रेरक तयार करते आणि स्राव करते. हायपरथायरॉईडीझमच्या लक्षणांमध्ये वजन कमी होणे, अस्वस्थता, चिडचिड, घाम वाढणे, हृदयाचे धडधडणे, हाताचा थरकाप, चिंता, झोपेची अडचण, आतड्याची हालचाल वाढणे, बारीक ठिसूळ केस आणि स्नायू कमकुवत होणे- विशेषतः वरच्या हात आणि मांड्या यांचा समावेश असू शकतो.

हायपरथायरॉईडीझम कशामुळे होतो?

सर्वात सामान्य कारण म्हणजे ग्रेव्हस रोग. आणखी एक कारण म्हणजे थायरॉईडमधील एक किंवा अधिक अतिक्रियाशील नोड्यूल किंवा गाठी, ज्याला सामान्यतः विषारी नोड्युलर किंवा मल्टीनोड्युलर गोइटर असे म्हणतात. याशिवाय, जर एखाद्या व्यक्तीला थायरॉईडीटिस असेल, ज्यामुळे ग्रंथीतून थायरॉईड संप्रेरक गळती होते, किंवा तो/ती जास्त थायरॉईड संप्रेरक गोळ्यांच्या स्वरूपात घेत असल्यास, तर त्याला तात्पुरते हायपरथायरॉईडीझमचा त्रास होऊ शकतो.

Migraine

Migraine is a common headache. It causes severe throbbing pulsatile headaches. It is typically one-sided and may be associated with nausea and/or vomiting. Light or sound may worsen the headache. It can affect both adults and children. It affects females more often, and in the age group of 30-39 years. The headache in migraine may last from four to 72 hours.

Can migraine be hereditary?

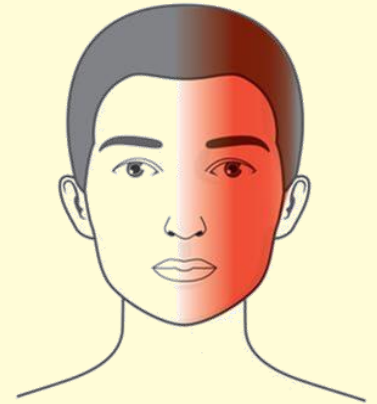
Yes, migraine in most cases is inherited..

What are the common triggers of migraine?

Stress, lack of sleep or inadequate sleep, skipping meals, loud noise, and smoking certain odors are common triggers. In women, menstruation can be a trigger for migraine headaches.

What Is the Difference Between a Migraine and a Headache?

Headache is only one aspect of a migraine. Migraines often have other associated symptoms such as nausea, photophobia, sound sensitivity and tiredness.



Does weather affect migraines?

Bright sunshine, hot, humid conditions, and drastic changes in barometric pressure may lead to, or “trigger,” a migraine attack in some. However, studies have shown that weather does not act as a trigger for everyone who has migraine.

What is the link between migraine and hormones?

Hormones initiate and regulate many of your body's functions, keeping your body in balance within a constantly changing environment. When the levels of hormones in your body are unbalanced – during menstruation, pregnancy, or menopause – it can lead to a migraine attack. In fact, about three quarters of all women with migraine report that their attacks are related to the menstrual cycle.

अर्धशिशु

अर्धशिशु ही एक सामान्य डोकेदुखी आहे. यामुळे तीव्र धडधडणारी पल्साटाइल डोकेदुखी होते. हे सामान्यतः एकतर्फी असते आणि मळमळ आणि/किंवा उलट्याशी संबंधित असू शकते. प्रकाश किंवा आवाजामुळे डोकेदुखी वाढू शकते. हे प्रौढ आणि मुले दोघांनाही प्रभावित करू शकते. हे स्त्रियांना अधिक वेळा प्रभावित करते, आणि 30-39 वर्षे वयोगटातील. अर्धशिशुमधील डोकेदुखी चार ते ७२ तासांपर्यंत टिकू शकते.

अर्धशिशु अनुवांशिक असू शकतो का?

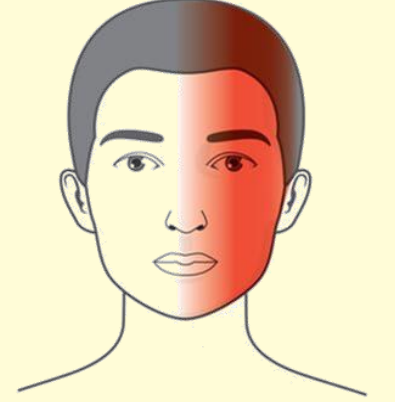
होय, बहुतेक प्रकरणांमध्ये अर्धशिशु अनुवांशिक आहे.

अर्धशिशुचे सामान्य ट्रिगर काय आहेत?

ताणतणाव, झोप न लागणे किंवा अपुरी झोप, जेवण वगळणे, मोठा आवाज, आणि काही विशिष्ट वास धूपपान करणे हे सामान्य कारणे आहेत. स्त्रियांमध्ये, मासिक पाळी हे अर्धशिशु डोकेदुखीसाठी कारणीभूत ठरू शकते.

अर्धशिशु आणि डोकेदुखीमध्ये काय फरक आहे?

अर्धशिशु ही डोकेदुखीची फक्त एक बाजू आहे. अर्धशिशुमध्ये सहसा इतर संबंधित लक्षणे असतात जसे की मळमळ, फोटोफोबिया, आवाज संवेदनशीलता आणि थकवा.



हवामानाचा अर्धशिशु परिणाम होतो का?

तेज सूर्यप्रकाश, उष्ण, दमट परिस्थिती आणि बॅरोमेट्रिक दाबातील तीव्र बदलांमुळे काहींमध्ये अर्धशिशुचा त्रास होऊ शकतो किंवा "ट्रिगर" होऊ शकतो. तथापि, अभ्यासातून असे दिसून आले आहे की अर्धशिशु असलेल्या प्रत्येकासाठी हवामान ट्रिगर म्हणून काम करत नाही.

अर्धशिशु आणि हार्मोन्समधील संबंध काय आहे?

हार्मोन्स तुमच्या शरीराची अनेक कार्ये सुरू करतात आणि त्यांचे नियमन करतात, तुमच्या शरीराला सतत बदलत्या वातावरणात संतुलित ठेवतात. जेव्हा तुमच्या शरीरातील हार्मोन्सची पातळी असंतुलित असते - मासिक पाळी, गर्भधारणा किंवा रजोनिवृत्ती दरम्यान - यामुळे अर्धशिशुचा त्रास होऊ शकतो. खरं तर, अर्धशिशु असलेल्या सर्व महिलांपैकी तीन चतुर्थांश महिलांनी अहवाल दिला की त्यांचे अर्धशिशु मासिक पाळीच्या चक्राशी संबंधित आहेत.

Reference: Micromedex's Care Notes System Online 2.0

Disclaimer: The information given by MSPC's Drug Information Centre is in consultative capacity only. It is not intended as medical or legal advice for individual conditions or treatment. All treatments or procedures if any are intended to serve as an information resource for pharmacists, physicians or other competent healthcare professionals performing the consultation or evaluation of patients and must be interpreted in view of all attendant circumstances, indications and contraindications. The use of this Drug Information is at your sole discretion. Although every effort has been made to ensure the completeness and accuracy of the information contained herein, Maharashtra State pharmacy Council's Drug Information Centre cannot be held responsible for any recommendations contained therein or any errors that may have inadvertently occurred. Maharashtra State pharmacy Council's Drug Information Centre shall not, therefore, be liable under any circumstances whatsoever, for any damages suffered as a result of any such errors, omissions or recommendations arising from the use of this information.