

सिरोसिसको उपचार

तपाईंका आवश्यकताहरूका आधारमा

तपाईं र तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले तपाईंको उपचार विकल्पहरूका बारेमा कुरा गर्नुहुनेछ। यसमा निम्न कुरा सामेल हुन सक्छन्:

- सोडियमलाई प्रत्येक दिन बढीमा 2,000 मिलीग्राममा सीमित गर्नुहोस्, आफ्नो लागि प्रोटीनको सही मात्रा खानुहोस् र थोरै तर धेरै पटक खानाहरू खानुहोस्।
- पेट वा अन्ननलीमा सुन्निएका रक्तनलीहरू (भेरिसेस) पत्ता लगाउन र उपचार गर्न इन्डोस्कोपी। यस प्रक्रियाका लागि लाइट र क्यामेरा भएको पातलो, लचिलो ट्यूब तपाईंको मुखमा, तपाईंको अन्ननली (खाना नली) भएर र तपाईंको पेटमा पठाइन्छ। यस प्रक्रियाको क्रममा रक्त प्रवाह रोक्न र रक्तसाव रोक्न सुन्निएका रक्तनलीहरूमा साना ब्यान्डहरू राख्न सकिन्छ। यसलाई भेरिसील ब्यान्डिङ भनिन्छ।
- तपाईंलाई जलोदर छ भने तपाईंको पेटबाट तरल पदार्थ हटाउन प्यारासेन्टेसिस। चिकित्सकले तपाईंको अंगहरूबाट बन्न अल्ट्रासाउन्ड मेशिनको प्रयोग गरेर तपाईंको पेटमा तरल पदार्थ निकाल्न सुई लगाउनु हुन्छ। असुविधा कम गर्न र सास फेर्न सजिलो बनाउन तरल पदार्थ हटाउन सकिन्छ।
- सिरोसिसलाई अन्य उपचारबाट नियन्त्रण गर्न सकिएन वा कलेजोले काम गर्न छाड्यो भने कलेजो प्रत्यारोपणको आवश्यकता पर्न सक्छ।

सामान्य औषधिहरू

तपाईंको प्रदायकले औषधिहरू अर्डर गर्न सक्छन्, जस्तै:

- **Diuretics**, जसलाई पानीको चक्की पनि भनिन्छ, पिसाब बढाएर तपाईंको पेट र खुट्टामा तरल पदार्थ कम गर्न काम गर्छ। औषधिहरूका यो समूहले निम्न समावेश गर्छ:
 - bumetanide (Bumex)
 - eplerenone (Inspra)
 - furosemide (Lasix)
 - spironolactone (Aldactone)
 - torsemide (Demadex)

Diuretics तपाईंको शरीरमा अतिरिक्त तरल पदार्थ कम गर्छ र तपाईंको पोटासियम स्तरलाई धेरै कम हुनबाट रोक्न मद्दत गर्न सँगै काम गर्छ।



- **Lactulose** को प्रयोग सिरोसिसको साइड इफेक्टको उपचारगर्न गरिन्छ जसलाई हेपेटिक एन्सेफेलोप्याथी (Hepatic Encephalopathy, HE) भनिन्छ, एउटा विकार जसमा क्षतिग्रस्त कलेजोले रगतबाट अमोनिया जस्ता विषाक्त पदार्थहरू नहटाउँदा मस्तिष्कको कार्य क्षमतामा ह्रास आउँछ। Lactulose एउटा मीठो तरल हो जुन रेचक हो (दिसालाई नरम बनाउँछ र दिसा हुन सक्छ)। यसले तपाईंको आन्द्रामा अमोनियालाई बाँधेर काम गर्छ, जुन त्यसपछि दिसाको माध्यमबाट शरीरबाट बाहिर निकालिन्छ। त्यसैले दिनमा 3 वा 4 पटक दिसा गर्न सिफारिस गरिन्छ।

lactulose लिनका लागि सुझावहरू:

- ▶ “विस्तारै सुरु गर्नुहोस् र सुस्तरी जानुहोस्!” बिहान Lactulose सानो खुराकबाट सुरु गर्नुहोस्, बिस्तारै आफ्नो तरिकाले काम गर्दै जम्मा खुराकसम्म तपाईंले दिनमा 3 वा 4 पटक दिसा गर्नु पर्ने हुन्छ। यो एक दिन Lactulose 1 देखि 3 खुराक हुन सक्छ। तपाईं एक दिनमा 5 भन्दा बढी पटक दिसा गरिरहनुभएको छ भने, तपाईंले धेरै मात्रामा Lactulose लिनुभएको हुन सक्छ।
- ▶ Lactulose साइड इफेक्ट कडा हुन सक्छ। तपाईंलाई वाकवाकी, ग्यास, क्र्याम्पिंग, दुखाइ, पखाला वा दिसा दुर्घटनामा समस्या छ भने, कृपया हाम्रो क्लिनिकमा फोन गर्नुहोस् ताकि हामी तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्छौं।
- ▶ तपाईंलाई Lactulose स्वाद मन पर्दैन भने, तपाईं यसलाई अन्य तरल पदार्थहरू जस्तै स्प्राइट, जुस र दूध पनि मिसाउन सक्नुहुन्छ।

- **Rifaximin (Xifaxan)** ले सोच वा भ्रममा परिवर्तन कम गर्न Lactulose साथ काम गर्छ।

तपाईंको प्रदायकले निम्न कुराहरू गर्न अन्य औषधिहरू अर्डर गर्न सक्छन्:

- सिरोसिसका लक्षणहरू कम गर्न।
- थप कलेजो चोट सीमित गर्न।
- शरीरमा भाइरल हेपाटाइटिस कम गर्न।

यो ह्यान्डआउट सूचनात्मक उद्देश्यका लागि मात्र हो। तपाईंसँग तपाईंको हेरचाहको बारेमा कुनै प्रश्नहरू छन् भने आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

थप स्वास्थ्य जानकारीका लागि, wexnermedical.osu.edu/patiented मा जानुहोस् वा 614-293-3707 वा health-info@osu.edu मा स्वास्थ्य जानकारीका लागि पुस्तकालयलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

Treating Cirrhosis

Based on your needs

You and your healthcare provider will talk about your treatment options. These may include:

- **Limit sodium to no more than 2,000 mg each day, eat the right amount of protein for you, and eat smaller, more frequent meals.**
- **Endoscopy to find and treat swollen blood vessels (varices) in the stomach or esophagus.** A thin, flexible tube with a light and a camera is put into your mouth, through your esophagus (food tube), and into your stomach for this procedure. Small bands may be placed during this procedure on swollen blood vessels to stop blood flow and prevent bleeding. This is called variceal banding.
- **Paracentesis to remove fluid from your abdomen if you have ascites.** The doctor guides a needle into your abdomen to drain fluid, using an ultrasound machine to avoid your organs. The fluid can be removed to help ease discomfort and make breathing easier.
- **Liver transplant** may be needed if the cirrhosis is not controlled with other treatments or if the liver stops working.

Common medicines

Your provider may order medicines, such as:

- **Diuretics**, also known as water pills, work to reduce fluid in your abdomen and legs through increased urination. This group of medicines includes:
 - bumetanide (Bumex)
 - eplerenone (Inspra)
 - furosemide (Lasix)
 - spironolactone (Aldactone)
 - torsemide (Demadex)

Diuretics reduce extra fluid in your body and work together to help keep your potassium level from going too low.



- **Lactulose** is used to treat a side effect of cirrhosis called hepatic encephalopathy (HE), a disorder in which there is a loss of brain function when a damaged liver does not remove toxins, like ammonia, from the blood. Lactulose is a sweet liquid that is a laxative (softens stool and can cause bowel movements). It works by binding to ammonia in your gut, which is then expelled from the body through stool. This is why it is recommended to have 3 or 4 bowel movements a day.

Tips for taking lactulose:

- “Start low and go slow!” Start with a small dose of lactulose in the morning, working your way slowly up to the total dose you need to have 3 or 4 bowel movements a day. This may be 1 to 3 doses of lactulose a day. If you are having more than 5 bowel movements a day, you are likely taking too much lactulose.
 - Side effects of lactulose can be tough. If you are having trouble with nausea, gas, cramping, pain, diarrhea, or stool accidents, please call our clinic so that we can help you.
 - If you do not like the taste of lactulose, you can mix it with other liquids, like Sprite, juice, and even milk.
- **Rifaximin** (Xifaxan) works with lactulose to reduce changes in thinking or confusion.

Your provider may order other medicines to:

- Reduce symptoms of cirrhosis.
- Limit further liver injury.
- Reduce viral hepatitis in the body.

This handout is for informational purposes only. Talk to your healthcare provider if you have any questions about your care.

For more health information, go to wexnermedical.osu.edu/patiented or contact the Library for Health Information at 614-293-3707 or health-info@osu.edu.