स्ट्रोक से बचाव के लिए दवा लेना

एट्रियल फिब्रिलेशन वाले लोगों के लिए एक प्लान (योजना)

नाम: ______________________ **फ़ोन नंबर:** ______________________ **आपातकालीन संपर्क:** ______________________

जनरल प्रैक्टिशनर (GP): ______________________ **अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदाता:** ______________________

मैं इस प्लान का इस्तेमाल कैसे करूँ?

एट्रियल फिब्रिलेशन, स्ट्रोक और एंटीकोएगुलेंट दवा के बारे में जानने के लिए इस प्लान का इस्तेमाल करें। आप यह भी कर सकते/ती हैं:

- अपने डॉक्टर (GP) के साथ पेज 1 पर अपनी एंटीकोएगुलेंट दवा के बारे में जानकारी लिखें।
- अपने डॉक्टर (GP) के साथ पेज 2 पर अपने स्वास्थ्य लक्ष्यों के बारे में जानकारी लिखें।
- यह जानकारी अपने दूसरे हेल्थ केयर प्रोवाइडरों (स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं) के साथ शेयर करें।

हेल्थ केयर प्रोवाइडर आपके डॉक्टर (GP), ब्लड कलेक्टर, डेंटिस्ट, डाइटीशियन, नर्स, फार्मासिस्ट, फिजियोथेरेपिस्ट, पोडियाट्रिस्ट और स्पेशलिस्ट जैसे लोग होते हैं। आप उन्हें यह प्लान दिखा सकते/ती हैं, ताकि उन्हें पता चले कि आप एंटीकोएगुलेंट दवा ले रहे/रही हैं।

एट्रियल फिब्रिलेशन और स्ट्रोक क्या हैं?

- एट्रियल फिब्रिलेशन एक ऐसी स्थिति होती है जिसमें आपका दिल अनियमित रूप से धड़कता है।
- एट्रियल फ़िब्रिलेशन के कारण आपके हृदय में रक्त के थक्के बन सकते हैं।
- यदि रक्त का थक्का आपके मस्तिष्क तक पहुँच जाता है, तो आपको स्ट्रोक हो सकता है।
- स्ट्रोक मस्तिष्क को नुकसान पहुँचा सकता है। इससे आपके चलने, बोलने, निगलने या सोचने के तरीके पर असर पड़ सकता है।
- एट्रियल फिब्रिलेशन एक ऐसी स्थिति है जो ठीक नहीं होती है।

एंटीकोएगुलेंट कैसे काम करते हैं?

- एंटीकोएगुलंट्स खून पतला करने वाली दवा है।
- यह रक्त का थक्का बनना अधिक कठिन बना देते हैं।
- एंटीकोएगुलंट लेने से स्ट्रोक के आपके खतरें को कम करने में मदद मिल सकती है।
- आप जो एंटीकोएगुलेंट लेते/ती हैं उसका प्रकार और डोज़ (खुराक) अलग हो सकती है, लेकिन अगर आपको एट्रियल फिब्रिलेशन है तो आपको इसे पूरी ज़िंदगी लेना होगा।

यह वीडियो देखें और एंटीकोएगुलेंट्स के बारे में अधिक जानें
नीचे दिए गए QR कोड या लिंक का उपयोग करें

https://shorturl.at/1G30a

आपकी एंटीकोएगुलेंट्स दवा के बारे में जानकारी (डॉक्टर (GP) को भरना है)

दवा का नाम	कितनी मात्रा लें (डोज़)	कब लें

जब तक आपका डॉक्टर (GP) न कहे, अपना एंटीकोएगुलेंट लेना बंद न करें

अपने डॉक्टर (GP) से इन बातों पर चर्चा करें:

- [ ] एंटीकोएगुलंट्स से ब्लीडिंग का खतरा
- [ ] ब्लीडिंग या चोट लगने से बचने या उसका प्रबंध करने के लिए आप क्या कर सकते/ती हैं
- [ ] अगर आप अपने एंटीकोएगुलंट की डोज़ लेना भूल जाएं तो क्या करें
- [ ] मेडिकल अलर्ट कार्ड या ब्रेसलेट पहनना (ताकि लोग देख सकें कि आप एंटीकोएगुलंट्स लेते हैं)
- [ ] चिकित्सा अपॉइंटमेंट कब लेना है

क्या अपनी दवाओं के बारे में आपके कोई प्रश्न हैं?
Medicines Line 1300 633 424 पर कॉल करें

ट्रांसलेटिंग और इंटरप्रिटिंग सर्विसेज़ (अनुवाद एवं दुभाषिया सेवाएँ) (TIS)
131 450 पर कॉल करें

एट्रियल फिब्रिलेशन के साथ जीना

एट्रियल फिब्रिलेशन के लक्षण जानें

- चक्कर आना या बेहोशी महसूस होना
- घबराहट या धड़कन का तेज़ होना
- सीने में दर्द
- सांस फूलना
- अत्यधिक थकान

अगर आपको एट्रियल फिब्रिलेशन है तो एंटीकोएगुलंट्स सिर्फ़ स्ट्रोक से बचाव के लिए हैं।

इनमें से कुछ लक्षणों में मदद के लिए आपको दूसरी दवाओं की ज़रूरत पड़ सकती है।

एट्रियल फिब्रिलेशन वाले हर किसी व्यक्ति में यह लक्षण नहीं होंगे।

अगर आपको कोई नए लक्षण दिखें या आपके लक्षण और बिगड़ जाएं, तो 24 घंटे के अंदर अपने डॉक्टर (GP) से संपर्क करें।

अपनी दवाओं का सुरक्षित उपयोग करें

- अपनी दवाएं वैसे ही लें जैसे आपके डॉक्टर (GP) ने बताई हैं। हर दिन, तब भी जब आप ठीक महसूस करें।
- अगर आपको अपनी दवाइयों का प्रबंध करने में मदद चाहिए, तो अपने फार्मासिस्ट से बात करें।
- कोई भी नई दवा शुरू करने से पहले अपने डॉक्टर (GP) या फार्मासिस्ट से सलाह लें। इसमें डॉक्टर की लिखी दवाएँ, ओवर-द-काउंटर दवाएँ, विटामिन और सप्लीमेंट शामिल हैं।

अपने हृदय की मदद करने के तरीके	मेरे लक्ष्य	मैं उन तक कैसे पहुंचूंगा/गी
☐ सेहतपूर्ण वज़न का लक्ष्य रखें		
☐ रक्तचाप (ब्लड प्रेशर) नियंत्रित करें		
☐ धूम्रपान छोड़ें		
☐ शराब कम पिएं		
☐ अपने शरीर को गतिशील रखें		
☐ अन्य कार्य		

संपर्क करें

यदि आप चिंतित या बेचैन महसूस कर रहे/रही हैं, तो इनसे संपर्क करें:

- परिवार या दोस्त
- एट्रियल फिब्रिलेशन वाले दूसरे लोग जो समझेंगे कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं
- एक विश्वसनीय स्वास्थ्य पेशेवर

एट्रियल फिब्रिलेशन के बारे में

स्ट्रोक की रोकथाम के बारे में

कल्याण के बारे में

यदि इनमें से कुछ भी हो तो सीधे अस्पताल जाएं या 000 पर कॉल करें और एम्बुलेंस के लिए कहें:

स्ट्रोक के लक्षण

- **F:** face drooped (चेहरा झुका हुआ है)
- **A:** arms can't be raised (हाथ ऊपर नहीं उठ पा रहे हैं)
- **S:** speech slurred or confused (बोली अस्पष्ट या भ्रमित है)
- **T:** time is critical call 000 (समय नाजुक है, 000 पर कॉल करें)

गंभीर रक्तस्राव के लक्षण

- नाक से खून आना जो रुकता ही न हो
- खांसी या खून की उल्टी
- पेशाब या मल त्याग में खून आना
- खून बहना या चोट लगना जो और भी बदतर हो जाए
- अचानक और तेज़ सिरदर्द

Quality Use of Medicines Alliance (दवाओं के गुणवत्तापूर्ण उपयोग गठबंधन)

Medcast | HealthCare Consumers | QUM connect | WISER HEALTHCARE | Arthritis Australia | Eczema Support Australia | Pharmaceutical Society of Australia | RACGP

द्वारा समर्थित: Stroke Foundation | hearts4heart | Heart Support Australia

उपभोक्ताओं और स्वास्थ्य पेशेवरों को दवाओं और निदान के बारे में सुरक्षित और समझदारी भरे निर्णय लेने में मदद करना। ऑस्ट्रेलियाई सरकार द्वारा Quality Use of Diagnostics, Therapeutics and Pathology Program (निदान, चिकित्सा और विकृति विज्ञान कार्यक्रम के गुणवत्तापूर्ण उपयोग) के माध्यम से वित्त पोषित।

cc BY SA हेल्थ केयर कंज्यूमर्स एसोसिएशन. ARBN 672 547 572. अप्रैल 2026 में प्रकाशित. यह दस्तावेज़ Medcast QHub पर मौजूद संस्करण से लिया गया है। यह संसाधन आम जानकारी देता है जो प्रकाशन के समय सही है। यह मेडिकल सलाह का विकल्प नहीं है और किसी चिकित्सीय स्थिति का प्रबंध या निदान करने हेतु सिर्फ़ इस पर भरोसा नहीं किया जाना चाहिए। यह कृत्य क्रिएटिव कॉमन्स एट्रिब्यूशन-नॉन-कमर्शियल 4.0 इंटरनेशनल लाइसेंस (Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International License) के तहत लाइसेंस-प्राप्त है।