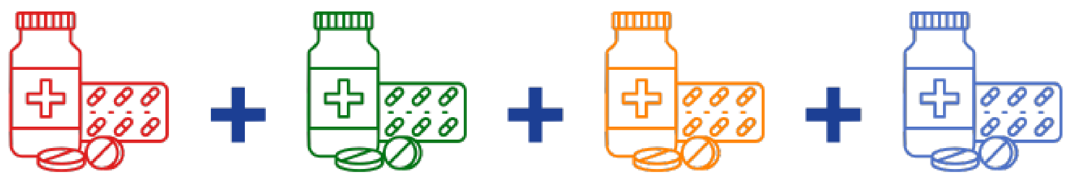
ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਨਵੰਬਰ 4, 2025

ਰਿਡਿਊਜ਼ਡ (ਘਟੀ) ਇਜੈਕਸ਼ਨ ਫਰੈਕਸ਼ਨ (EF) ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੇ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ

Medications for Heart Failure with Reduced Ejection Fraction (EF)

ਘਟੀ EF ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੇ ਫੇਲ੍ਹ (ਹਾਰਟ ਫੇਲ੍ਹ) ਹੋਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

- ਆਪਣੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਸਹੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜੀਉਣ, ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ, ਹੋਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਚਾਰ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸੈੱਟ ਹੈ, ਜੋ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ:



ਏਸਈ-ਇਨਹਿਬਿਟਰ (ACE-inhibitor)/ਏਆਰਬੀ (ARB)/ ਏਆਰਐਨਆਈ (ARNI)
ਜਿਵੇਂ ਕਿ: ਰੈਮਿਪ੍ਰਿਲ, ਪੈਰੀਂਡੋਪ੍ਰਿਲ, ਕੈਂਡੇਸਾਰਟਨ, ਸੈਕਯੂਬਿਟ੍ਰਿਲ/ਵੈਲਸਾਰਟਨ (Entresto®)

ਬੀਟਾ ਬਲੌਕਰ
ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਬਾਈਸੋਪ੍ਰੋਲੋਲ, ਕਾਰਵੇਡੀਲੋਲ, ਮੈਟੋਪ੍ਰੋਲੋਲ

ਐਮਆਰਏ (MRA)
ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਸਪਾਇਰੋਨੋਲੈਕਟੋਨ, ਐਪਲੇਰੇਨੋਨ

ਐਸਜੀਐਲਟੀ2 ਇਨਹਿਬਿਟਰ
ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਡੈਪਾਗਲਿਫਲੋਜ਼ਿਨ, ਐਮਪਾਗਲਿਫਲੋਜ਼ਿਨ (Jardiance®)

- ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ 'ਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਬੋਝ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਦੇਣ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਅਕੜਾਅ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਟੀਮ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੰਪ ਕਰਨ, ਤੁਹਾਡੇ EF ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਡਾਇਯੂਰੇਟਿਕ, ਜਾਂ "ਪਾਣੀ ਦੀ ਗੋਲੀ" ਵੀ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

- ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਡੋਜ਼ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ, ਦਵਾਈ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਵਧਾਏਗਾ।
- ਇਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸੁਧਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਡੋਜ਼ ਲੱਭਣ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਉਮਰ ਭਰ ਲੈਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ EF ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਵੇ।
- ਇਸਦੇ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡੋਜ਼ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਹਲਕਾ ਸਿਰ-ਦਰਦ, ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਘੱਟ ਊਰਜਾ ਵਰਗੇ ਹਲਕੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫਾਇਦਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ?

- **ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।** ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ, ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਨੂੰ ਸਹੀ ਪੱਧਰ ਤੇ ਸੈੱਟ ਕਰ ਸਕੇ।
- **ਦਿਲ ਦੇ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।** (www.cardiacbc.ca/hf). ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ੋਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ।
- **ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਬਦਲੋ।** ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- **ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਸੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸਾਧਨ ਅਜ਼ਮਾਓ।** ਕੁਝ ਲੋਕ ਪਿਲ ਓਰਗਨਾਈਜ਼ਰ, ਬਲਿਸਟਰ ਪੈਕ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਘੜੀ 'ਤੇ ਰੀਮਾਈਂਡਰ ਸੈਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਲਿਸਟਰ ਪੈਕ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- **ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਰਵਾਇਤੀ ਦਵਾਈਆਂ, ਕੁਦਰਤੀ ਦਵਾਈਆਂ, ਜਾਂ ਓਵਰ-ਦ-ਕਾਊਂਟਰ ਉਤਪਾਦਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ।** ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਇਲਾਜ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।
- **ਆਪਣੇ ਬਟੂਏ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਸੂਚੀ ਰੱਖੋ।** ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਅੱਪ ਟੂ ਡੇਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੰਸੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੋ ।

ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

- **ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ (Fair PharmaCare)** ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ, ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਜਾਓ: gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage ਜਾਂ ਫੋਨ ਕਰੋ 1-800-663-7100
- **ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਪਲੈਨ W (PharmaCare Plan W)** ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਜਾਓ fnha.ca/benefits/pharmacy ਜਾਂ ਫੋਨ ਕਰੋ 1-855-550-5454

ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ, ਦਵਾਈਆਂ, ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਉਦੋਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਬੰਦ ਹੋਵੇ । ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ 8-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਵਿਦਿਅਕ ਵੀਡੀਓ ਸੀਰੀਜ਼ ਦੇਖੋ: Healthy Living with Heart Failure (ਦਿਲ ਦੇ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ)
www.cardiacbc.ca/hf

HeartLife FOUNDATION *ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹਾਰਟਲਾਈਫ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ (HeartLife Foundation) ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।*

ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇਖਣ ਲਈ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

Cardiac Services BC
Provincial Health Services Authority