

# वयस्कों में ITP

अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न



प्लेटलेट  
डिसऑर्डर  
सपोर्ट  
असोसिएशन

ITP रोगीसशक्त बनाना

# वयस्कों में ITP



अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

## प्र उ ITP क्या है?

प्राइमरी इम्यून थ्रोम्बोसाइटोपेनिया (आईटीपी), एक हेमटोलॉजिकल ऑटोइम्यून विकार है जो आमतौर पर नहीं होता इस में शरीर प्लेटलेट्स के प्रती प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया को शुरू करता है और उन्हें नष्ट कर देता है। इस में अस्थिमज्जा में प्लेटलेट्स बनाने वाली कोशिकाओं को भी लक्षित किया जा सकता है। नतीजतन, ITP वाले वयस्कों में प्लेटलेट्स की संख्या कम होती है। ITP थ्रोम्बोसाइटोपेनिया की अलग विशेषता होती है, जिसमें रक्त में प्रति माइक्रोलीटर ( $\mu\text{l}$ ) 100,000 से कम रक्त प्लेटलेट गनिती मिलती है जो की सामान्य रूप से 150,000 से अधिक होती है। आईटीपी प्रति वर्ष 18 वर्ष से अधिक आयु के प्रति 100,000 वयस्कों में 3.3 दर से प्रभावित करता है, कईयों को 60 वर्ष से अधिक आयु में प्रभावित करता है।

ITP के सभी नदानों का लगभग 20% अंतरनहित चिकित्सा स्थिति के संदर्भ में सेकंडरी है जो प्रतिरक्षा प्लेटलेट विनाश से भी जुड़ा हुआ है। प्रतिरक्षा थ्रोम्बोसाइटोपेनिया से जुड़े विकारों में लम्फो-प्रोलिफेरेटिव स्थितियां, अन्य ऑटोइम्यूनयून विकार जैसे लुपस और रूमेटोइड गठिया, संक्रमण, और प्राथमिक इम्यूनो-कमी सहित कुछ वंशानुगत स्थितियां शामिल हैं। कुछ दवाएं प्रतिरक्षा या गैर-प्रतिरक्षा तंत्र द्वारा कम प्लेटलेट गनिती का कारण बन सकती हैं। उचित स्वास्थ्य देखभाल फॉलोअप और सही उपचार प्रबंधन सुनिश्चित करने के लिए आपका ITP प्राइमरी है या सेकंडरी यह समझना, महत्वपूर्ण हो सकता है। नदान के समय प्राइमरी और सेकंडरी ITP के बीच भेद करना हमेशा संभव नहीं होता है, लेकिन हमेशा इस पर विचार किया जाना चाहिए क्योंकि प्राइमरी ITP बहिष्करण का नदान है और उचित उपचार अंतरनहित स्थिति के इलाज पर निर्भर हो सकता है।



## प्र उं प्लेटलेट्स क्या है?

"4 जून की सुबह अपने मुंह में छाले और मेरी त्वचा पर लाल धब्बे के साथ मैं उठा। मेरे पैर और हाथ में भी चोट के नशान थे। मेरे फ़ैमिली डॉक्टर ने तुरंत कार्रवाई की, और रक्त परीक्षण में वही नकिल कर सामने आया जो उन्होंने सोचा था। मुझे ITP था।"

— GREG

प्लेटलेट्स हमारे रक्त के छोटे, चपिचपि घटक होते हैं जो अस्थि मज्जा (शरीर की हड्डियों में पाए जाने वाले नरम, झरझरा ऊतक) में बनते हैं। उन्हें केवल एक माइक्रोस्कोप के तहत देखा जा सकता है। हमारी रक्त वाहकियों की दीवारों की अखंडता को बनाए रखने और रक्त के थक्के के गठन की शुरुआत करके कट और घावों को सील करने के लिए यह आवश्यक है। पर्याप्त संख्या में प्लेटलेट्स के बिना, क्लॉटिंग उतना सफल नहीं होता है, या तो इसमें अधिक समय लग सकता है, या कभी-कभी छोटी सी चोट पर भी सहज रक्तस्राव या चोट न भरने या रक्तस्राव जारी रहना संभव है।

प्लेटलेट काउंट जतिना कम होगा, सहज रक्तस्राव के लिए जोखिम उतना ही अधिक होगा, खासकर अगर प्लेटलेट काउंट अगर 10,000 से भी कम हो। सहज रक्तस्राव मुंह में रक्तस्राव या चोट के रूप में प्रकट हो सकता है (ओरल बलड बलसिटर्स/ओरल पुरपुरा/वेट पुरपुरा), गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल ट्रैक्ट के साथ कहीं से भी खून बह रहा है जैसे पेट या आंत, नोज़बलड (एपिस्टेक्सिस), मूत्र में रक्त (हेमट्यूरिया), और बहुत कम मगर संभवतः, मसतषिक में रक्तस्राव (इंट्राकरानियल रक्तस्राव)। एक सुरक्षित प्लेटलेट काउंट स्तर का निर्धारण अक्सर व्यक्तिगत होता है और यह आपके रक्तस्राव के इतिहास, आपकी उम्र, आपकी गतिविधियों और अन्य दवाओं या सवास्थय संबंधी चिंताओं को ध्यान में रखेगा। कब और किसके साथ इलाज करना है, यह निर्णय ITP के इलाज में अनुभवी चिकित्सक के परामर्श से किया जाना है ताकि इन सभी कारकों को ध्यान में रखा जा सके।

## प्र उं सामान्य प्लेटलेट काउंट क्या है?

सामान्य प्लेटलेट की संख्या 150,000 से 400,000 तक होती है। 100,000 से 150,000 के बीच प्लेटलेट काउंट होने का मतलब है कि आपके पास सामान्य प्लेटलेट काउंट से कम है, हालांकि यह आमतौर पर रक्तस्राव की प्रवृत्ति में किसी भी वृद्धि से जुड़ा नहीं है और इसका मतलब यह नहीं है कि आप ITP ग्रस्त हैं। हालांकि 10,000 से कम प्लेटलेट काउंट वाले व्यक्तियों में रक्तस्राव की संभावना अधिक होती है, आईटीपी वाले व्यक्तियों के बीच लक्षण काफी परिवर्तनशील होते हैं और इससे नीचे भी ITP काउंट वाले कई रोगियों को ध्यान देने योग्य रक्तस्राव लक्षणों का अनुभव नहीं होगा। वयस्कों के लिए उपचार को प्रोत्साहित किया जाता है जब रक्तस्राव के लक्षण मौजूद न होने पर भी प्लेटलेट की संख्या 20,000 से कम हो जाती है। 30,000 से कम प्लेटलेट काउंट वाले वयस्कों में सहज रक्तस्राव अधिक आम है।



## प्र उ ITP का क्या कारण है?

ITP का वशिष्ट कारण पता नहीं है। स्वस्थ वयस्कों में यह वायरल या बैक्टीरियल संक्रमण के बाद प्रकट हो सकता है। ऐसा माना जाता है कि इस संक्रमण के कारण प्रतिक्रिया प्रणाली शरीर की अपनी कोशिकाओं और बैक्टीरिया जैसे आक्रमणकारियों के बीच अंतर करने की क्षमता खो देती है। नतीजतन, प्रतिक्रिया प्रणाली शरीर के अपने प्लेटलेट्स को लक्षित करती है। कुछ वयस्कों में ITP क्यों होता है, लेकिन और जो एक ही वायरल या जीवाणु संक्रमण के संपर्क में आ गए होंगे, उन्हें नहीं होता, ऐसा क्यों है यह ज्ञात नहीं है। ऑटोइम्यून बीमारी के पारिवारिक इतिहास वाले कुछ व्यक्तियों में आईटीपी विकसित होने की अधिक संभावना हो सकती है और कुछ व्यक्तियों को वरिष्ठता में मली प्रतिक्रिया की कमी के कारण आईटीपी होने का अधिक खतरा होता है। नई दवाओं, जड़ी-बूटियों या सप्लीमेंट्स के किसी भी जोखिम सहित कम प्लेटलेट्स के लक्षण होने से पहले आपके जीवन में क्या हो रहा था, इसे याद कर पाना महत्वपूर्ण है। यह जानकारी आपके कम प्लेटलेट काउंट के निदान और उपचार में आपके चिकित्सक के लिए उपयोगी हो सकती है।

## प्र उ ITP के लक्षण क्या हैं?

लक्षण एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में बहुत भिन्न होते हैं। कुछ वयस्कों में प्लेटलेट काउंट कम होने के बावजूद कोई लक्षण नहीं होते हैं। दूसरों को हल्का रक्तस्राव हो सकता है जैसे कृत्वचा के नीचे चोट लगना और/या उनकी त्वचा पर छोटे बैंगनी/लाल प्निपॉइंट सर्कल जिन्हें पेटीचिया कहा जाता है (पे-टी-चिया)। त्वचा पर पेटीचिया टूटी हुई रक्त वाहिकाओं या केशिका की दीवार में रिसाव के कारण होता है। कुछ वयस्कों को अधिक शामिल रक्तस्राव का अनुभव होगा। गंभीर रक्तस्राव जोखिम के लक्षणों में मुँह, गैस्ट्रो-आंत्र प्रणाली, मूत्र पथ, नाक और मस्तिष्क में भारी श्लेष्म रक्तस्राव शामिल है। महिलाओं को अपने मासिक धर्म के साथ भारी रक्तस्राव (मेनोरेजिया) और लंबे समय तक मासिक धर्म का अनुभव भी हो सकता है।

ITP वाले कई लोगों के लिए थकान एक आम अनुभव है। यह बीमारी के कारण हो सकता है, या यह उपचार की प्रतिक्रिया हो सकती है। ITP में थकान का अंतरनिहित कारण स्पष्ट नहीं है लेकिन बहुत वास्तविक है। ITP वाले कई लोग उदास महसूस करने की भी रिपोर्ट करते हैं। जबकि इसके लिए सटीक अंतरनिहित तंत्र स्पष्ट नहीं है, कई सपष्टीकरण प्रस्तावित किए गए हैं, जिसमें सेरोटोनिन, एक न्यूरो-ट्रंसमीटर शामिल है जो प्लेटलेट्स द्वारा ले जाया जाता है और मस्तिष्क और शरीर के अन्य भागों में पहुंचाया जाता है और मूड को नियंत्रित करने में मदद करता है। एक कठिन और संभावित पुरानी बीमारी से निपटने में जैसे "आपका शरीर आपके खिलाफ हो गया है" ऐसी अलगाव, भय और क्रोध की भावना पैदा हो सकती है। तीसरा कारक उपचार हो सकता है। उनमें से कई संभावित दुष्प्रभाव के रूप में उदासी को सूचीबद्ध करते हैं। दर्द और दर्द भी ITP का हिस्सा हो सकते हैं। हमारी ITP प्राकृतिक इतिहास अध्ययन रजिस्ट्री के कारण, हर दिन आंशिक रूप से ITP के मानसिक



और शारीरिक परणामों के बारे में हम और अधिक सीख रहे हैं। यदि आप अपने अनुभव को आईटीपी के साथ साझा करना चाहते हैं, तो कृपया [itpstudy.iamrare.org](http://itpstudy.iamrare.org) or [pdsa.org/healthcare-professionals-researchers/hcp-registry](http://pdsa.org/healthcare-professionals-researchers/hcp-registry) पर जाएं।

## प्र 3 आईटीपी का नदान कैसे किया जाता है?

आईटीपी बहष्करण का नदान है। इसका मतलब है, ITP के लिए कोई सटीक, नश्वित परीक्षण नहीं है। आपका डॉक्टर आपके प्लेटलेट्स सहित आपके रक्त में विशेषताओं को मापने के लिए एक पूर्ण रक्त गणना परीक्षण (CBC) नामक एक परीक्षण के लिए कहेगा। नदान की पुष्टि तब होती है जब किसी स्पष्ट अंतरनहिति माध्यमिक कारण के अभाव में प्लेटलेट्स प्रति माइक्रोलीटर 100,000 से कम हो। आपका चिकित्सक आपके लक्षणों, पारिवारिक इतिहास, शारीरिक परीक्षा और अन्य रक्त गणनाओं के आधार पर कम प्लेटलेट्स के अंतरनहिति कारण का पता लगाने के लिए अन्य परीक्षण का आदेश दे सकता है।

जब किसी को ITP का पता चलता है तो अंतरनहिति कारणों से इंकार करना मुश्किल हो सकता है। कृत्रिम प्रयोगशाला परणामों जैसे कि स्यूडोथ्रोमबोसाइटोपेनिया (सबसे आम एटयिलजि केवल टेस्ट ट्यूब में प्लेटलेट क्लंपिंग है) को खारजि करने के बाद, एक शारीरिक परीक्षा नैदानिक संकेत प्रदान कर सकती है यदि उदाहरण के लिए प्लीहा या यकृत बड़े हुए हैं या यदि बड़े लमिफ नोड्स मौजूद हैं। यह भी आवश्यक है कि आपका चिकित्सक एक माइक्रोसकोप के तहत आपके प्लेटलेट्स की जांच करे और अतिरिक्त परीक्षण का आदेश दें यदि प्लेटलेट्स अपेक्षित आकार या उपस्थिति नहीं हैं, या यदि अन्य रक्त कोशिकाएं असामान्य दखिती हैं।

## प्र 3 "बोन मैरो एस्पिरेशन या बोन मैरो बायोप्सी" टेस्ट क्या है और इसे क्यों किया जाता है?

अधिकांश आईटीपी रोगियों के लिए अस्थिमज्जा जांच आवश्यक नहीं है। वे आम तौर पर ITP का नदान करने के लिए उपयोग नहीं किए जाते हैं। कुछ मामलों में, एक हेमेटोलॉजिस्ट (रक्त विशेषज्ञ) श्लोणिकी हड्डी (अस्थिमज्जा परीक्षण) से अस्थिमज्जा का एक नमूना लेने के लिए कहेगा, यदि कोई प्रतिक्रिया नहीं है या सामान्य ITP उपचारों की प्रतिक्रिया का नुकसान नहीं है, या यदि अन्य असामान्य हैं रक्त या शारीरिक परीक्षा में नश्वित जो ITP के अंतरनहिति विकार का सुझाव देते हैं। यह सुनिश्चित करने के लिए किया जाता है कि अस्थिमज्जा अभी भी प्लेटलेट्स बना रहा है और यह कि मज्जा में अन्य रक्त कोशिकाओं के साथ कुछ भी गलत नहीं है। अनुभव और अधिक आरामदायक बनाने के लिए दर्द की दवा दी जाती है।



## प्र 3 क्या मैं ठीक हो जाऊंगा?

लगभग 20% वयस्क जो ITP पाए जाते हैं वह अपने नदिन के बाद जल्दी ही ठीक हो जाते हैं। अतिरिक्त 10-20% समय के साथ ठीक हो सकते हैं, आमतौर पर कुछ उपचार करने के बाद। यह समझना महत्वपूर्ण है कि ITP के तीन चरण हैं। ठीक होने की संभावना उम्र पर निर्भर करती है और आपका आईटीपी किस चरण में आता है। चरणों में शामिल हैं:

- नव नदिन ITP: नदिन के 3 महीने के भीतर। वयस्क आईटीपी के अधिकांश मामले (80%) इस समय के भीतर हल नहीं होंगे चाहे वह उपचार प्राप्त करे या नहीं।
- लगातार ITP: नदिन के 3-12 महीने बना समाधान (या घटाव) के।
- दीर्घकालिक ITP: नदिन के 12 महीने के बाद भी जारी।

जबकि बहुत छोटे बच्चों और कुछ कशिरों में अपने ITP को स्वचालित रूप से हल करने की अधिक संभावना होती है, अन्य कशिरों और वयस्कों में क्रोनिक कोरस होने की अधिक संभावना होती है। यदि आपको पुराना ITP माना जाता है तो भी रिकवरी संभव है।

## प्र 3 क्या ITP जानलेवा है?

आईटीपी के साथ संभावित खतरा मुख्य रूप से रक्तस्राव के जोखिम से संबंधित है। रक्तस्राव से जीवन के लिए खतरा होना बहुत दुर्लभ है। यदि आप पहले से ही सहज चोट लगने या पेटिचयिया से अधिक रक्तस्राव का अनुभव कर चुके हैं तो आप अधिक गंभीर रक्तस्राव के लिए एक उच्च जोखिम में हैं। हालांकि, उदाहरण के लिए, इंटराक्रैनील रक्तस्राव होने का जोखिम बेहद कम रहता है। किसी वयस्क के लिए कम प्लेटलेट गनिती के प्रत्यक्ष परिणाम के रूप में एक सहज इंटराक्रैनील रक्तस्राव (चोट से असंबंधित) का अनुभव करने का जोखिम लगभग 1.5% है। यह जोखिम अधिक हो सकता है यदि आप पहले से ही गंभीर रक्तस्राव एपिसोड का अनुभव कर चुके हैं जिसके लिए तत्काल अस्पताल में भर्ती और उपचार की आवश्यकता होती है, या यदि आपके सरि में चोट लगी है, जबकि आपकी प्लेटलेट गनिती कम है, खासकर 30,000 से कम। ITP वाले बहुत कम प्रतशित लोग बीमारी या उपचार से मर जाते हैं। अधिकांश लोग ऐसे उपचार ढूँढते हैं जो उनके प्लेटलेट काउंट को सुरक्षित स्तर तक बढ़ाते हैं या कम प्लेटलेट काउंट के साथ सफलतापूर्वक जीते हैं।



**सरि में चोट लगने की सूचना तुरंत अपने चिकित्सक को देनी चाहिए।**

खासकर यदि अगले दिन आपको थकान, मतली, उल्टी, या नमिन-श्रेणी के बुखार के साथ या बनिा लगातार या उतार-चढ़ाव वाला सरिदरद हो। ये संकेत हो सकते हैं कि आपको इंटराक्रैनील ब्लीडिंग हो रहा है। यदि आप ब्लीड के बारे में जानते हैं तो ITP के साथ ब्लीडिंग अक्सर धीमी होती है, समय पर इसमें हस्तक्षेप किया जा सकता है। इसलिए, जब आपकी प्लेटलेट काउंट कम हो, तो अपने चिकित्सक को सभी चोटों की रिपोर्ट करना महत्वपूर्ण है, विशेष रूप से सरि की चोटें भले ही हल्की हों। वे चिकित्सक परीक्षा या सरि के सीटी स्कैन की सफ़िरशि कर सकते हैं।

“मेरे प्लेटलेट्स

फरवरी के बाद से

30,000 के मध्य से

उच्च स्तर पर बने

हुए हैं। हालांकि यह

कम है, यह सुरक्षित

है और मुझे रक्त

परीक्षण के अलावा

कोई चिकित्सा उपचार

नहीं करना पड़ा है।”

— ROSSELYN

**प्र मुझे तत्काल चिकित्सा सहायता कब लेनी चाहिए?**

यदि आपको नमिन में से कोई भी अनुभव हो तो तुरंत चिकित्सा सहायता लें:

- रक्तस्राव और/या चोट के पैटर्न में बदलाव।
- नकसीर जसि रोका नहीं जा सकता।
- कसि भी स्तर का सरिदरद (अचानक या चोट के कारण) जो बगिड़ रहा है, लगातार बना हुआ है, या बार बार लौट कर आ रहा है। वशिष रूप से अत्यधिक थकान, खराब/भूख न लगना, उल्टी और बुखार के चलते। ये इंटराक्रैनील ब्लीडिंग के संकेत हो सकते हैं।
- कसि भी सरि की चोट/आघात के बाद। खासकर यदि आप स्तब्ध महसूस करते हैं और/या असामान्य व्यवहार के लक्षण दिखाते हैं। अक्सर ब्रेन ब्लीड समय के साथ धीमी ब्लीडिंग के रूप में शुरू होता है (यदि आप जानते हैं कि ब्लीड है) और हो सकता है कि पारंपरिक लक्षण तुरंत प्रकट न हों।
- मूत्र में स्पष्ट रूप से खून दिखाई देता है। इसे ग्राँस हेमट्यूरिया कहा जाता है और अधिक गंभीर रक्तस्राव के लिए भवषिय का भवषियवक्ता हो सकता है।
- बाथरूम जाते हैं तो चमकीला काला गहरा मल, लाल रक्त और/या उल्टी जो पीसी हुई कॉफी जैसा दिखाती है। खासकर अगर आपका पेट फूला हुआ (सूजन) महसूस करता है। ये गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल ब्लीड के संकेत हैं।
- कोई भी चोट जसि से कुछ ज्यादा ही सूजन के लक्षण दिखाई देते है।

**यह बहुत महत्वपूर्ण है कि आपातकालीन स्थिति में चिकित्सा कर्मचारियों को आपके ITP नदिन के बारे में जल्दी से अवगत कराया जाए।** पीडीएसए में प्लेटलेट स्टोर के माध्यम से वभिनिं प्रकार के चिकित्सा जागरूकता गहने खरीदने के लिए उपलब्ध हैं: [pdsa.org/products-a-publications/the-platelet-store](http://pdsa.org/products-a-publications/the-platelet-store).



**प्र** अगर मुझे ITP है तो क्या मेरे बच्चों को भी ITP होगा? क्या मुझे चिंता करनी चाहिए कि परिवार के अन्य सदस्य ITP हो सकते हैं?

**उ** ITP को वंशानुगत विकार नहीं माना जाता। चूंकि ITP बहिष्करण का नदिान है और अंतरनहिति (अक्सर वंशानुगत) कारणों की नयिमति जांच नहीं की जाती, ITP के नदिान वाले 7 में से 1 व्यक्तिका गलत नदिान कयिया जाता है। यदद आपके परिवार में आईटीपी है, तो आपके लददिए यह महत्वपूरण होगा कदद आप अपने चकितिसक से आनुवंशकिकी क्लनिकिकी के लददिए रेफरल होने पर वचिार करने के बारे में बात करे ताक उचचित मॉलकियूलर आधररति आनुवंशकिकी परीकषण के वकिलूप पर चर्चा की जा सके और यह पता लगाया जा सके कदद ITP परिवार के कई सदस्यों में क्यो मोजूद है। जसि का कदद कोई वशिषिट कारण नहीं है। यदद आपका ITP एक अंतरनहिति वंशानुगत थ्रोम्बोसाइटोपेनयिया के कारण है, लेकनिकी आईटीपी के रूप में नदिान कयिया गया है, तो आईटीपी वाले बच्चे के होने का जोखमि 50% तक हो सकता है। ITP के वंशानुगत कारण आम नहीं है।

**प्र** क्या ITP संक्रामक है?

**उ** नहीं, ITP संक्रामक बीमारी नहीं है।

**प्र** क्या मुझे अन्य बीमारियों के वकिसति होने का खतरा है क्योकि मुझे ITP है?

**उ** यदद आप अन्यथा स्वस्थ हैं, तो आप उन लोगों की तुलना में अन्य बीमारी या वायरस के अनुबंध के लददिए अधकिकी संवेदनशील नहीं हैं जो ITP नहीं है। हालांकि, यदद आप कॉरटिकोस्टेरोइड्स या अन्य दवाएं ले रहे हैं जो आपके ITP उपचार के हसिसे के रूप में आपकी परतरिकषा प्रणाली को दबा देती हैं, या आपके पास स्प्लेनेक्टोमी है, तो संक्रमण से लडने की आपकी कषमता कम हो जाएगी। कुछ व्यक्तियों ने अपने ITP के अलावा एक से अधकिकी ऑटोइम्यून वकिकर वकिसति होने की सूचना दी है। इस कलसटरगि प्रभाव के पीछे का वजिज्ञान अभी तक अचछी तरह से समझा नहीं गया है, लेकनिकी कुछ हद तक अनुवंशकिकी कारकों के कारण हो सकता है।

**प्र** क्या ITP ठीक हो सकता है?

**उ** ITP का कोई इलाज नहीं है। सौभाग्य से, ITP वाले अधकिकांश वयस्कों को गंभीर रक्तस्राव का अनुभव नहीं होता है, और कई में प्लेटलेट की संख्या 30,000 प्रति माइक्रोलीटर से ऊपर होती है। कुछ रोगियों में प्लेटलेट्स की संख्या इससे कम होती है और उन्हें रक्तस्राव की रोकथाम के लददिए उपचार की आवश्यकता होती है। कई रोगियों को अनुभव हुआ है कदद उपचार के बाद उनकी प्लेटलेट काउंट में सुधार होता है। कई ITP रोगियों के लददिए जो मुश्कलि साबति होता है, वह है उनके लददिए कम से कम साइड इफेक्ट के साथ काम करने वाला उपचार। कुछ रोगियों की रपिोर्ट है कदद अपने आहार या जीवन शैली को बदलने से उन्हें बेहतर महसूस करने में मदद मलिती है। ITP लंबे समय तक गायब हो सकता है, शायद कसिी व्यक्तिकी के शेष जीवन के



लए। ITP की पुनरावृत्त भी हो सकती है। ITP की पुनरावृत्त पुरानी ITP या द्रवतीयक ITP का संकेत दे सकती है और इसकी सावधानीपूर्वक नगरानी की जानी चाहिए। अधिक जानकारी के लिए अपने चिकित्सक से परामर्श करें। वर्तमान में, बीमारी के पाठ्यक्रम की भविष्यवाणी करने का कोई तरीका नहीं है।

## प्र 3 क्या ऐसी दवाएं हैं जिन्हें लेने से मुझे बचना चाहिए?

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि ITP वाले वयस्कों को ऐसी कोई भी दवा नहीं लेनी चाहिए जिसमें एसिटाइलसैलिसाइडकलिक एसडि (जैसे के एसपरिनि), डबुप्रोफेन युक्त पति शामक दवाएं (जैसे कर् एसपरिनि) हों Advil® और Motrin®) या naproxen (जैसे के Aleve® और Midol®)। ITP वाले वयस्कों को भी ग्लिसिरॉल ग्वायकोलेट युक्त दवाओं से बचना चाहिए (जैसे के Robitussin® और Mucinex®) चूंकि ये दवाएं सीमति संख्या में प्लेटलेट्स को ठीक से काम करने से रोक सकती हैं। एंटीकोआगुलंट्स जैसे कर् वार्फरनि, हेपरनि, एपक्सिबैन या अन्य समान दवाएं रक्तस्राव के जोखिम को काफी बढ़ा सकती हैं। एहतियात के तौर पर, एसिटामिनोफेन (Tylenol®) के अलावा कोई भी दवा, विटामिन, या पूरक लेने से पहले अपने चिकित्सक से संपर्क करें। यह शराब से बचने में भी मददगार हो सकता है क्योंकि यह अस्थि मज्जा को दबा सकता है।

कई परिवार वैकल्पिक या पूरक उपचारों के बारे में सोचते हैं, जैसे कजड़ी-बूटियाँ, वशिष आहार, पूरक और गैर-पारंपरिक चिकित्सा। यह महत्वपूर्ण है यदि आप अपने चिकित्सक को यह बताने के लिए इनमें से किसी एक उपचार का अनुसरण कर रहे हैं क्योंकि कई पूरक 'प्राकृतिक' उपचार अन्य पारंपरिक उपचारों के साथ नकारात्मक रूप से बातचीत कर सकते हैं जो उनकी प्रभावशीलता को कम कर सकते हैं या कुछ मामलों में संयोजन में आपके लिए हानिकारक हो सकते हैं। कुछ सप्लीमेंट्स, जैसे हल्दी या लहसुन की उच्च खुराक से रक्तस्राव का खतरा बढ़ सकता है। कृपया इस लिकि का उपयोग करके "बाहरी प्रभाव" और "पूरक चिकित्सा" पर पीडीएसएट वेबसाइट के पृष्ठों पर जाएं: [pdsa.org/treating-itp](https://pdsa.org/treating-itp).

## प्र 3 क्या उपचार दशानरिदेश हैं?

हां। दो मुख्य बयान रपिर्टों में अमेरिकन सोसाइटी ऑफ हेमेटोलॉजी (ASH) नैदानिक अभ्यास दशानरिदेश और ITP प्रबंधन पर अंतरराष्ट्रीय सहमति रपिर्ट (ICR) शामिल हैं। दोनों को 2019 में अपडेट किया गया था और इसे यहां जाकर देखा जा सकता है [pdsa.org/healthcare-professionals-researchers/hcp-resources](https://pdsa.org/healthcare-professionals-researchers/hcp-resources).



## प्र उ मुझे कब इलाज करना चाहिए?

उपचार शुरू करने का नरिणय यह है कआप और आपके चकितिसक दोनों को ITP रोगी और दोनों के लए अनुशंसति पेशेवर दशानरिदेशों, प्लेटलेट काउंट, रोग चरण, रक्तस्राव के इतहिस, जीवन शैली और समग्र स्वास्थय संबधी जीवन की गुणवत्ता (HRQoL) के आधर पर एक साथ करना चाहिए। उनका पवरिवर।

रोग चरण के अनुसार उपचार के संदर्भ में, पेशेवर दशानरिदेश (2019) अनुशंसा करते हैं:

नव नदिन:

- जब तक आपकी प्लेटलेट काउंट बहुत कम (20,000- 30,000 से कम) न हो या आप पहले से ही हलके त्वचा अभवियकृतियों (जैसे कचोट और पेटीचयि) से परे रक्तस्राव की घटना का अनुभव कर चुके हों, यह बहुत संभव है कआपका चकितिसक आपको "सतर्क प्रतीकषा" प्रबंधन दृष्टकोगण का पालन करने का सुझाव दे सकता है। इस दृष्टकोगण के साथ, दवाओं के साथ उपचार के स्थान पर बार-बार चेक-इन के साथ आपका बारीकी से पालन कयिा जाएगा। यह एक सक्रयि प्रबंधन दृष्टकोगण है जो यह सुनश्चिति करता है कजब आपका ITP जल्दी से हल हो जाए, और आपको कभी भी गंभीर रक्तस्राव की घटना न हो, तो आपको उन दवाओं के साथ इलाज नहीं कयिा जाएगा जिनके महत्वपूर्ण दुष्प्रभाव हैं। जबककोई स्थापति 'सुरकषति' प्लेटलेट सतर नहीं है कयोंकयिह उनके गतविधिा सतर, पछिले रक्तस्राव के इतहिस और अन्य लकषणों के आधर पर सभी के लए अलग है।
- "सावधान प्रतीकषा" ITP वाले वयसकों के लए उपयुक्त नहीं है, जिनके पास बहुत कम प्लेटलेट की संख्या है या रक्तस्राव के लकषण हैं, या रक्तस्राव के लकषण वकिसति होते हैं, सामान्य चोट और / या पेटीचयि से परे।
- अनुशंसति उपचार आमतौर पर कॉर्टकोस्टेरॉइड्स की एक छोटी खुराक है, जैसे कफि प्रेडनिसोन।
- बहुत कम प्लेटलेट काउंट के लए या बनिा रक्तस्राव के इंद्रावेनस गामा ग्लोब्युलनि (IVIg) दयिा जा सकता है।

लगातार ITP:

- नए नदिन के समान, उपचार पेटीचयि और चोट लगने से परे रक्तस्राव वाले लोगों के लए आरकषति है, और जिनके पास 20,000-30,000 से कम प्लेटलेट गनिती है या सर्जरी जैसी चकितिसा प्रकुरयिा की आवशयकता होती है। इस चरण में TPO-RA के साथ उपचार की सफिरशि की जाती है, खासकर यदआप अपनी स्टेरॉयड खुराक को सुरकषति रूप से कम नहीं कर सकते हैं।

दीर्घकालिक ITP:

- स्टेरॉयड पर TPO-RA के साथ उपचार की सफिरशि की जाती है।

"मुझे पांच साल से आईटीपी है लेकनि पछिले दो साल सबसे खराब रहे हैं। पहले तीन ठीक थे, लेकनि पछिले दो सालों से मैं अपनी गनिती 23,000 से ऊपर नहीं कर पाया। मैं शारीरिक रूप से संघर्ष कर रहा हूं और मुझे भावनात्मक रूप से भी स्वीकार करना होगा।

— DEBRA



TPO-RA की रटिक्समिब पर सफिराशि की जाती है, और TPO-RA और रटिक्समिब दोनों को सप्लेनेकटोमी पर अनुशंसित किया जाता है जसि अन्य उपचारों पर वचिर करने के बाद ही माना जाना चाहए। रक्तस्राव के जोखमि को कम करते हुए प्रबंधन को स्वास्थय संबंधी जीवन की गुणवत्ता (HRQoL) को अनुकूलति करने पर ध्यान केंद्रति करना चाहए। ब्लीडिंग इमरजेंसी के लिए एक योजना का होना जरूरी है। वयस्क रोगियों के लिए यह भी महत्वपूर्ण है कर् वे आपके द्वारा अनुभव कए जा रहे कसी भी नए रक्तस्राव के लक्षणों के दौरान प्रत्येक यात्रा के दौरान अपने चकित्सक को रपिर्ट करे। जब रक्तस्राव के नए लक्षण दखिाई देते हैं, तो प्रबंधन में बदलाव उचति हो सकता है।

"मैं पूरी तरह से ठीक होने और मेड से बाहर नकिलने की उम्मीद कर रहा हूं।"

— WAYNE

## प्र 3 क्या उपचार उपलब्ध है?

ITP के लिए कई उपचार हैं। उन सभी के अलग-अलग जोखमि और लाभ हैं, और कुछ बहुत टॉक्सिक हैं। कसी भी उपचार को शुरू करने से पहले सफलता दर और संभावति दुष्प्रभावों दोनों को समझना महत्वपूर्ण है। हेमेटोलॉजिस्ट अपनी सफलता दर बढ़ाने के लिए एक साथ उपचारों के संयोजन का उपयोग कर सकते हैं। ITP के इलाज के लिए इस्तेमाल की जाने वाली प्रत्येक दवा के साइड इफेक्ट बताए गए हैं। हालांकि, साइड इफेक्ट अलग-अलग होते हैं और एक ही दवा लेने वाले सभी द्वारा अनुभव नहीं किया जा सकता है। उपलब्ध वशिष्ट उपचारों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया देखें [pdsa.org/conventional](http://pdsa.org/conventional).

यदि आप ITP वाली महिला हैं और आप गर्भवती हो जाती हैं, तो कुछ एंटी-प्लेटलेट एंटीबांडी प्लेसेटा को पार कर सकती हैं तो ऐसे में आपके बच्चे की प्लेटलेट काउंट अस्थायी रूप से कम हो सकती है। यदि ऐसा होता है, तो जन्म के बाद रक्तस्राव को रोकने के लिए बच्चे का इलाज किया जा सकता है। जब बच्चे की अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली परिपक्व होती है, तो प्लेटलेट्स की संख्या में सुधार होता है लेकिन इसमें हफ्तों से लेकर महीनों तक का समय लग सकता है। यदि आप ITP वाली महिला हैं और अभी तक गर्भवती नहीं हैं, लेकिन गर्भावस्था की योजना बना रही हैं, तो अतिरिक्त जानकारी के लिए अपने चकित्सक से बात करने की सफिराशि की जाती है। अंतर्राष्ट्रीय सहमति दिशानिर्देश गर्भवती महिलाओं के इलाज की सलाह देते हैं जब उनके प्लेटलेट्स 20,000 से कम होते हैं, भले ही रक्तस्राव के लक्षणों की परवाह कए बनि, लेकिन 20,000-30,000 के बीच की गनिती रक्तस्राव और / या आवश्यक प्रक्रियाओं के अभाव में सुरक्षति महसूस की जाती है। सुरक्षति प्रसव के लिए 50,000 से अधिक प्लेटलेट काउंट की सफिराशि की जाती है। ITP के साथ गर्भवती महिला में उपचार का संकेत मलिन पर कॉर्टिकोस्टेरॉइड्स का पहले उपयोग करने की सफिराशि की जाती है। ITP के लिए कई उपचार मां और भ्रूण दोनों के लिए सुरक्षति हैं, लेकिन आपके प्रसूति रोग वशिषज्ञ और हेमेटोलॉजिस्ट दोनों को शुरू करने से पहले आपके साथ जोखमि पर चर्चा करनी चाहए।

प्रसव के दौरान एक एपडियूरल का उपयोग किया जा सकता है। सफिराशि की जाती है कि एपडियूरल कैथेटर सुरक्षति होने के लिए कम से कम 70,000 की प्लेटलेट काउंट है। एनेस्थीसिया के स्पाइनल इंजेक्शन के लिए कम से कम 50,000 की प्लेटलेट काउंट की आवश्यकता होती है। प्रसव से पहले



प्लेटलेट काउंट बढ़ाने की योजना के बारे में आपकी गर्भावस्था की शुरुआत में ही अपने चिकित्सकों से चर्चा की जानी चाहिए। ITP और गर्भावस्था के बारे में अधिक जानकारी के लिए देखें [pdsa.org/images/stories/pdf/ITP-Female-2015.pdf](https://pdsa.org/images/stories/pdf/ITP-Female-2015.pdf).

## प्र 3 क्या मैं अब भी वो काम कर सकता हूँ जो मुझे पसंद है?

यह आपके प्लेटलेट काउंट, आपके लक्षणों, आपकी वर्तमान जीवनशैली और जोखिम की मात्रा के आधार पर एक व्यक्तिगत नरिणय है जिसके साथ आप सहज हैं। आपके चिकित्सक को आपके लिए कुछ मार्गदर्शन प्रदान करना चाहिए। ITP वाले कुछ लोग आनंद लेने के लिए नई गतिविधियाँ ढूँढते हैं जो उन्हें रक्तस्राव के जोखिम में नहीं डालती। अपने ITP (आपका "नया सामान्य") के साथ जीने का एक तरीका खोजना महत्वपूर्ण है जो आपको अपने जीवन का आनंद लेते हुए सशक्त और सुरक्षित महसूस कराता है। ITP को किसी व्यक्ति के जीवन की समग्र गुणवत्ता को प्रभावित करने के लिए दिखाया गया है, इसलिए जितना अधिक आप इस पर ध्यान केंद्रित करेंगे कृि आप क्या नहीं कर सकते हैं, ITP के साथ आपका अनुभव उतना ही बेहतर होगा।

शारीरिक गतिविधि महत्वपूर्ण है, हालांकि यदि प्लेटलेट की संख्या कम है, तो रक्तस्राव के जोखिम को कम करने के लिए कुछ गतिविधियों को प्रतर्बिधति करने की आवश्यकता हो सकती है। जब तक आपका प्लेटलेट काउंट 75,000 से अधिक है, तब तक आमतौर पर सुरक्षात्मक उपकरणों का उपयोग करके खेल खेलना सुरक्षित होता है। कुछ ऐसे खेल हैं जो बनि बलीडिंग डिसऑर्डर के भी किसी के लिए भी खतरनाक माने जाते हैं। आप कसि खेल में भाग ले सकते हैं, यह तय करना इसके साथ जोखिम जुड़ाव की डगिरी पर नरिभर करेगा।

## प्र 3 क्या मैं वकिलांगता पर जाने के योग्य हूँ?

ITP वाले कुछ लोग वकिलांगता सहायता प्राप्त करने में सफल रहे हैं। दूसरों के लिए यह एक चुनौती साबित हुई है। इस रोग की गंभीरता और जीवन शैली पर प्रभाव बहुत भनि होता है। वकिलांगता सहायता प्राप्त करने में आपकी सफलता इस बात पर नरिभर करती है कृि आपके मामले को कैसे प्रस्तुत किया जाता है और ITP के परिणामस्वरूप आप कनि वशिष्ट कठिनाइयों का सामना कर रहे हैं। यदि आप अमेरिका में रह रहे हैं, तो अधिक जानकारी के लिए सोशल सक्ियोरटी एडमनिसि्ट्रेशन से संपर्क करें। यदि आप दुनिया के अन्य हसिों में रह रहे हैं, तो अपने चिकित्सक से बात करें कृि आपको अपने वकिलांगता दावे का आकलन करने के लिए किससे संपर्क करना चाहिए। अतरिकित संसाधनों के लिए "सहायता कार्यक्रम" देखें यहां पर [pdsa.org/patients-caregivers/support-resources](https://pdsa.org/patients-caregivers/support-resources).



## प्र 3 मुझे अपने परिवार, दोस्तों और अपने नियोक्ता को क्या बताना चाहिए?

आप अपने ITP नदिन के बारे में लोगों को क्या बताते हैं, यह संभवतः आपके जीवन में उनकी भूमिका पर निर्भर करेगा, और आप अपनी नज्दी जानकारी साझा करने में कतिने सहज है। नीचे एक गाइड है जिसका आप उपयोग कर सकते हैं जो आपको अपने ITP नदिन को उन लोगों के साथ संवाद करने में मदद करेगी जिन्हें आप इसका खुलासा करना चाहते हैं।

परचितों के लिए, आप कहना चाहेंगे:

"ITP रक्त के थक्के का एक विकार है। मुझे बहुत आसानी से चोट लग जाती है और खून बह जाता है। लेकिन यह संक्रामक नहीं है।"

मत्तियों और परिवार के लिए, आप कहना चाहेंगे:

"ITP कोई आम ऑटोइम्यून रक्तस्राव विकार नहीं है। यह वंशानुगत नहीं है। मुझे सतर्क रहने की जरूरत है क्योंकि मेरे प्लेटलेट्स की संख्या कम होने के कारण मुझे बहुत कम चोट के साथ खून बह सकता है और चोट लग सकती है।"

नियोक्ताओं के लिए आप यह कहना चाह सकते हैं:

"ITP के कारण छोटीसी चोट होने पर भी मुझे खून बहने का खतरा है। अगर मुझे ब्लीडिंग हो रही है, तो इसे कैसे रोकें, और इस तरह से अपने इमरजेंसी कॉन्टैक्ट तक पहुंचें। यदि आघात होता है जैसे कचिचना का नुकसान, तुरंत 911 पर कॉल करें, तो मेरे आपातकालीन संपर्क और मेरे चिकित्सक को मेरे आपातकालीन प्रोटोकॉल पर सूचीबद्ध किया गया है जो मैंने आपको प्रदान किया है।"

यदि आप दवा पर हैं, तो इसे आप इस तरह जोड़ने पर वचिार कर सकते हैं: "दवा से मुझे भूख / थका हुआ / चड़िचड़िपन महसूस होता है।"

कृपया इस पुस्तिका को देखभाल करने वालों, मत्तियों और परिवार के सदस्यों के बीच वचिरति करने के लिए स्वतंत्र महसूस करें। इसमें शामिल जानकारी न केवल ITP के बारे में उनकी समझ को बढ़ाएगी बल्कि उनके डर और चिंता को भी कम कर सकती है।

## प्र 3 परिवार और दोस्त क्या मदद कर सकते हैं?

इस नदिन के प्राप्त होने पर अधिकांश लोग काफी हैरान हो जाते हैं। नदिन होने से पहले उन्होंने शायद ITP के बारे में सुना नहीं होता और उन्हें पता नहीं होता कचि करना क्या है। पहली प्रतिक्रियाओं में भय, भ्रम और तनाव शामिल हो सकते हैं। मुश्कलि है सभी नई शर्तों को आत्मसात करना और संकट की स्थिति में उपचार के वकिल्पों को समझना। आप अपने परिवार और दोस्तों को अतरिकित धैर्य रखने के लिए कह सकते हैं। आप समझा सकते हैं कचि आपके दमिाग में बहुत कुछ है। आप जतिनी जल्दी हो सके सीख रहे हैं और यदि आप इलाज पर हैं, तो आप कुछ बहुत ही शक्तिशाली दवाओं के दुष्प्रभावों से नपिट रहे हैं। आप समझा सकते हैं कचि कभी-कभी आप भयानक, थका हुआ और उदास महसूस कर सकते हैं।



यद्यपि आप ठीक दखि सकते हैं, लेकिन आपका शरीर एक ऑटोइम्यून विकार के साथ जीने के लिए एडजस्ट हो रहा है।

## प्र 3 रोगी के रूप में मुझे और क्या करना चाहिए या क्या पता होना चाहिए?

आपको बीमारी के बारे में जितना हो सके उतना जानना चाहिए। अनुसंधानि दवाओं के लाभ और दुष्परभावों के बारे में जानें तय करें कि आप बीमारी और अपने जीवन से कैसे संपर्क करना चाहते हैं, चूंकि अब यह बदल चूका है। हर लैब रीपोर्ट की एक कॉपी और सभी ब्लड वर्क की कॉपी अपने पास रखें। उपयोग की जाने वाली दवाओं, खुराक, आपके प्लेटलेट काउंट और उन्होंने आपको कैसा महसूस कराया, इसका एक लॉग बनाए रखें। अपनी जीवनशैली पर ध्यान दें और देखें कि क्या आपके प्लेटलेट काउंट और आपके द्वारा खाए जाने वाले भोजन, तनाव के स्तर, आपके द्वारा देखी जाने वाली जगहों, आपके वातावरण में वर्षाकृत पदार्थों आदि के बीच कोई संबंध है। अक्सर आप इन बातों पर सबसे अधिक ध्यान देने वाले व्यक्ति होते हैं, और आप अपने शरीर को किसी और से बेहतर जानते हैं। दशानिदेशों और वर्तमान जानकारी के शीर्ष पर रहकर अपने नदिान में सक्रिय रहें। ऐसा करने में हम आपकी मदद कर सके, हमे यहां मलि [pdsa.org](http://pdsa.org)।

"मैं उन भाग्यशाली लोगों में से एक हूं, जिन्होंने पांच साल के संघर्ष के बाद" (ब्रेन ब्लीड सहति), दो साल से कमी महसूस कर रहा था।"

— BARBARA

## प्र 3 ज्यादा जानकारी कहाँ मलिगी?

प्लेटलेट डिसऑर्डर सपोर्ट एसोसिएशन (PDSA) सभी रोगियों पर लागू ITP के बारे में जानकारी प्रदान करता है, चाहे वह नव नदिान हो या ITP के साथ वर्षों से रह रहा हो, और उनकी देखभाल करने वालों को मुफ्त ऑनलाइन संसाधनों और पुस्तिकाओं सहति हमारी व्यापक वेबसाइट के माध्यम से प्रदान करता है। आप इन संसाधनों तक पहुंच कर सकते हैं [pdsa.org](http://pdsa.org)। हमारा संगठन एक मासकि ई-समाचार अपडेट, एक त्रैमासकि न्यूजलेटर भी प्रकाशति करता है और अन्य प्रकाशन और लेख उपलब्ध कराता है। प्रत्येक वर्ष, PDSA एक वार्षकि सम्मेलन और क्षेत्रीय बैठकों का आयोजन करता है। PDSA के यू.एस. और कनाडा में 60 से अधिक स्थानीय रोगी सहायता समूह हैं और अधिक सेवाओं की पेशकश करने और अधिक लोगों तक पहुंचने के लिए अपने कार्यक्रमों का वसितार करना जारी रखता है। ITP के बारे में सबसे व्यापक जानकारी तक पहुंच के लिए PDSA सदस्य बनने पर वचिार करें ताकि हमारी कई क्षेक पहल आपको उपलब्ध कराई जा सकें। आप यहां जाकर सदस्य बनने के बारे में अधिक जान सकते हैं [pdsa.org/give-back/become-member](http://pdsa.org/give-back/become-member)।

ITP के साथ रहने वाले अन्य वयस्कों के साथ जुड़ने के कई तरीके भी PDSA प्रदान करता है। इनमें PDSA वेबसाइट पर नजिी चर्चा समूह और हमारे सोशल मीडिया चैनल, एक नाम वनिमिय कार्यक्रम, वयस्क ITP सत्रों के साथ एक वार्षकि रोगी सम्मेलन, वर्ष के दौरान क्षेत्रीय बैठकों और आभासी ITP सहायता समूह बैठकों शामिल हैं। PDSA का वैश्वकि ITP नेशनल हसि्ट्री स्टडी रजिस्ट्री मरीजों को अनुसंधान के अवसरों से जोड़ती है जहां आप ITP के साथ रहने वाले हजारों मरीजों को दुनिया भर से ITP रोगियों के लिए अनुसंधान को आगे बढ़ाने और जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने के लिए शामिल कर



सकते हैं। भेट दें [pdsa.org/registry](https://pdsa.org/registry) और आज ही नामांकन करें!

PDSA चिकित्सा सलाहकार टेरी गर्नशाइमर, एमडी, को उनकी बहुमूल्य सहायता और इस मुफ्त शैक्षिक पुस्तिका के लिए जानकारी के योगदान के लिए धन्यवाद।

## संसाधन

ITP का प्रबंधन करने वाले वयस्कों के लिए उपयोगी संसाधन:

क्षेत्र द्वारा सहायता समूह: [pdsa.org/support-groups](https://pdsa.org/support-groups)

ITP हेल्पलाइन: (440) 746-9003 या [PDSA@PDSA.org](mailto:PDSA@PDSA.org)

ऑनलाइन चर्चा समूह: [pdsa.org/discussion-group](https://pdsa.org/discussion-group)

ITP वाले मरीजों के लिए मेडिकल इमरजेंसी कार्ड और मेडिकल अलर्ट ज्वेलरी: [pdsa.org/shop](https://pdsa.org/shop)

आपकी परिस्थिति के आधार पर, हमारी अन्य पुस्तिकाओं में से एक भी सहायक हो सकती है, और वे हमारे वेबपेज [pdsa.org/booklets](https://pdsa.org/booklets) पर जाकर पाई जा सकती हैं। ये पुस्तिकाएं यहां पर कई भाषाओं में उपलब्ध हैं [pdsa.org/translated-publications](https://pdsa.org/translated-publications)।

ITP पैम्फलेट (परिवारों के साथ साझा करने के लिए उपयुक्त)

ITP और महिला जीवनचक्र: एक महिला के जीवन में रक्तस्राव की घटनाएं

ITP के साथ मुकाबला – अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

ITP के साथ जीना – सामान्य प्रश्नों के उत्तर

ITP में प्लेटलेट्स की भूमिका और कार्य

ITP रोगियों के लिए स्वास्थ्य बीमा और सहायता कार्यक्रम

कनाडा में ड्रग्स के लिए कौन भुगतान करता है?

ITP और अन्य उपलब्ध संसाधनों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, इस पुस्तिका की अतिरिक्त प्रतियां, या PDSA का सदस्य बनने के लिए, कृपया हमसे संपर्क करें:

**प्लेटलेट डिसऑर्डर सपोर्ट असोसिएशन**

8751 Brecksville Road, Suite 150, Cleveland, OH 44141

(440) 746-9003 • [pdsa@pdsa.org](mailto:pdsa@pdsa.org) • [www.pdsa.org](http://www.pdsa.org)

प्लेटलेट डिसऑर्डर सपोर्ट एसोसिएशन शिक्षा, वकालत अनुसंधान और समर्थन के माध्यम से ITP और अन्य प्लेटलेट विकारों वाले लोगों के जीवन को बढ़ाने के लिए समर्पित है। सदस्यता लाभों में एक त्रैमासिक समाचार पत्र, ITP वार्षिक सम्मेलन में छूट, ITP पोक-आर-क्लब और नाम वनिमित्य कार्यक्रम में वैकल्पिक भागीदारी और दूसरों की मदद करने की अच्छी भावना शामिल है।

PDSA एक 501(c)3 संगठन है। सभी अंशदान पर टैक्स से छूट प्राप्त है। यह रोगी सूचना गाइड इन के द्वारा प्रदान किए गए शैक्षिक दान द्वारा समर्थित है **argenx**।

इस गाइड में दी गई जानकारी केवल शैक्षिक उद्देश्यों के लिए है।

अपनी अलग प्रकार की चिकित्सा स्थिति के लिए, कृपया एक चिकित्सक से परामर्श लें। यहां उल्लिखित वास्तविक कंपनियों और उत्पादों के नाम उनके संबंधित स्वामियों के ट्रेडमार्क हो सकते हैं।



## इस फॉर्म का प्रयोग करें:

- PDSA को दान करने के लिए
- PDSA जवाइन करने के लिए
- फंड रेजिगि अनुरोध करने के लिए

कृपया संबंधित बॉक्स (बॉक्सेस) चेक करें।

PDSA को सभी दान कृतज्ञतापूर्वक प्राप्त होते हैं और इस की स्वीकृति दी जाएगी।  
(कृपया इनके लिए चेक देय करें: PDSA) (नकद न भेजें)

- मैं एक जानकारी का पैकेट प्राप्त करने के लिए प्लेटलेट डिसऑर्डर सपोर्ट एसोसिएशन (PDSA) में शामिल होना चाहूंगा और एक वर्ष के लिए प्लेटलेट न्यूज त्रैमासिक न्यूजलेटर, और सदस्यता के लिए \$25 साथ में दफि है।
- PDSA को दान करने के लिए: \$ \_\_\_\_\_.
- मैं PDSA के लिए धन जुटाना चाहता हूं।  
कृपया मुझे फंड रेजिगि की जानकारी भेजें।
- मैं प्राप्त करना चाहता हूं ITP एक आईटीपी आपातकालीन आईडी कार्ड (पहला नःशुल्क है)

कृपया पूरण करें:

नाम: \_\_\_\_\_

पता: \_\_\_\_\_

शहर: \_\_\_\_\_ राज्य/प्रदेश: \_\_\_\_\_

देश: \_\_\_\_\_ ज़िप कोड: \_\_\_\_\_

कृपया फॉर्म के इस भाग को भरकर हमारे रिकॉर्ड अपडेट करने में हमारी सहायता करें:

मैं हूँ: ○ एक ITP पेशेंट ○ parent of an ITP बच्चे के माता-पिता ○ परिवार सदस्य  
○ मतिर/अन्य ○ स्वास्थ्य वयावसायिक ○ उद्योग वयावसायिक

ITP और PDSA के बारे में अतिरिक्त जानकारी के लिए हमारी वेबसाइट देखें:

[www.pdsa.org](http://www.pdsa.org) या इमेल भेजें [pdsa@pdsa.org](mailto:pdsa@pdsa.org)

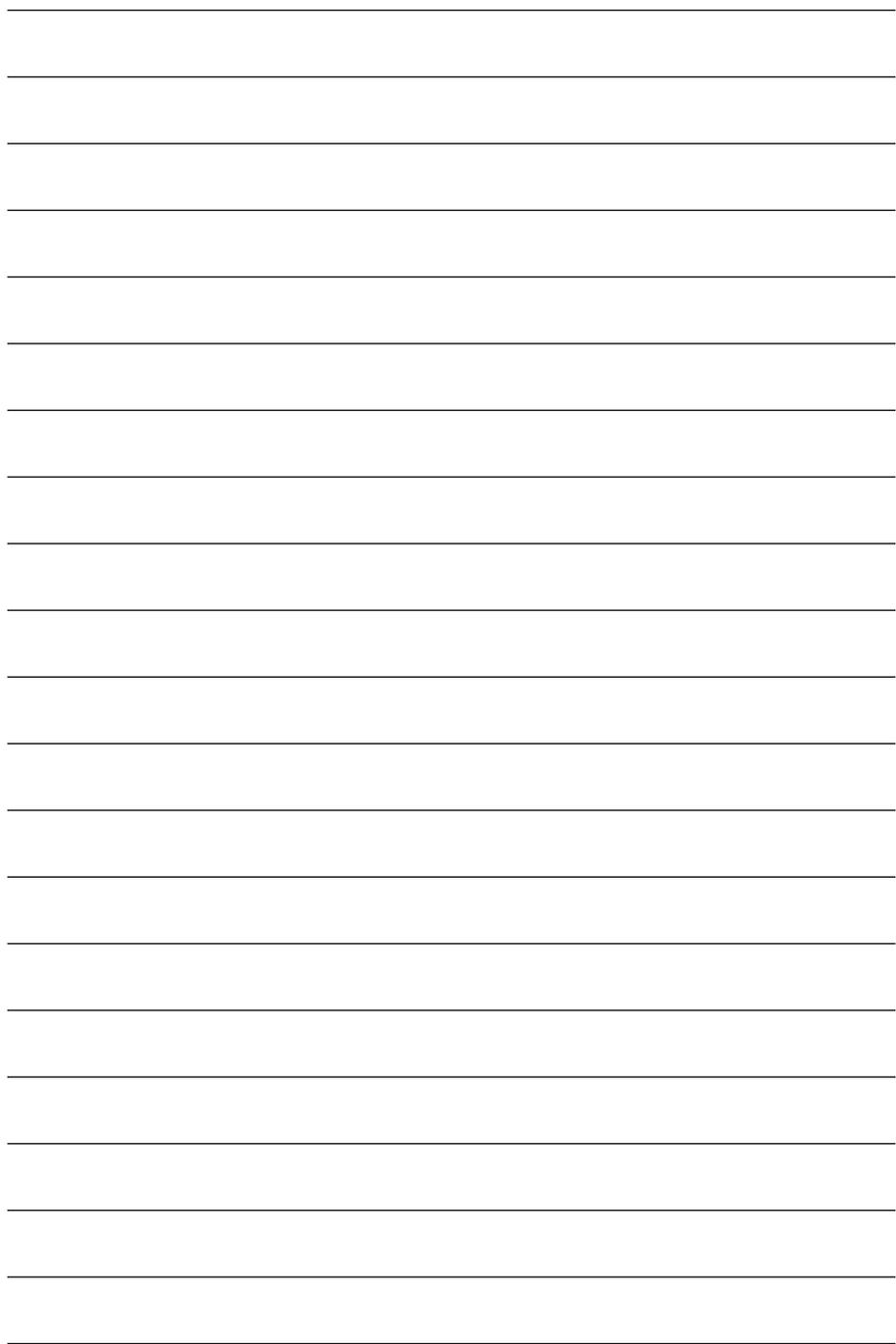
इस फॉर्म का प्रयोग करें:

Platelet Disorder Support Association  
8751 Brecksville Road,  
Suite 150 Cleveland, OH 44141

यदि आपको सहायता की आवश्यकता है या क्रेडिट कार्ड का उपयोग करने के लिए PDSA कार्यालय को कॉल करें:

(440) 746-9003

PDSA एक 501(c)3 गैर लाभकारी संगठन है। सभी अंशदान पर टैक्स से छूट प्राप्त है।





**Platelet Disorder Support Association**

8751 Brecksville Road, Suite 150  
Cleveland, OH 44141

tel 440-746-9003

[pdsa@pdsa.org](mailto:pdsa@pdsa.org)  
[www.pdsa.org](http://www.pdsa.org)