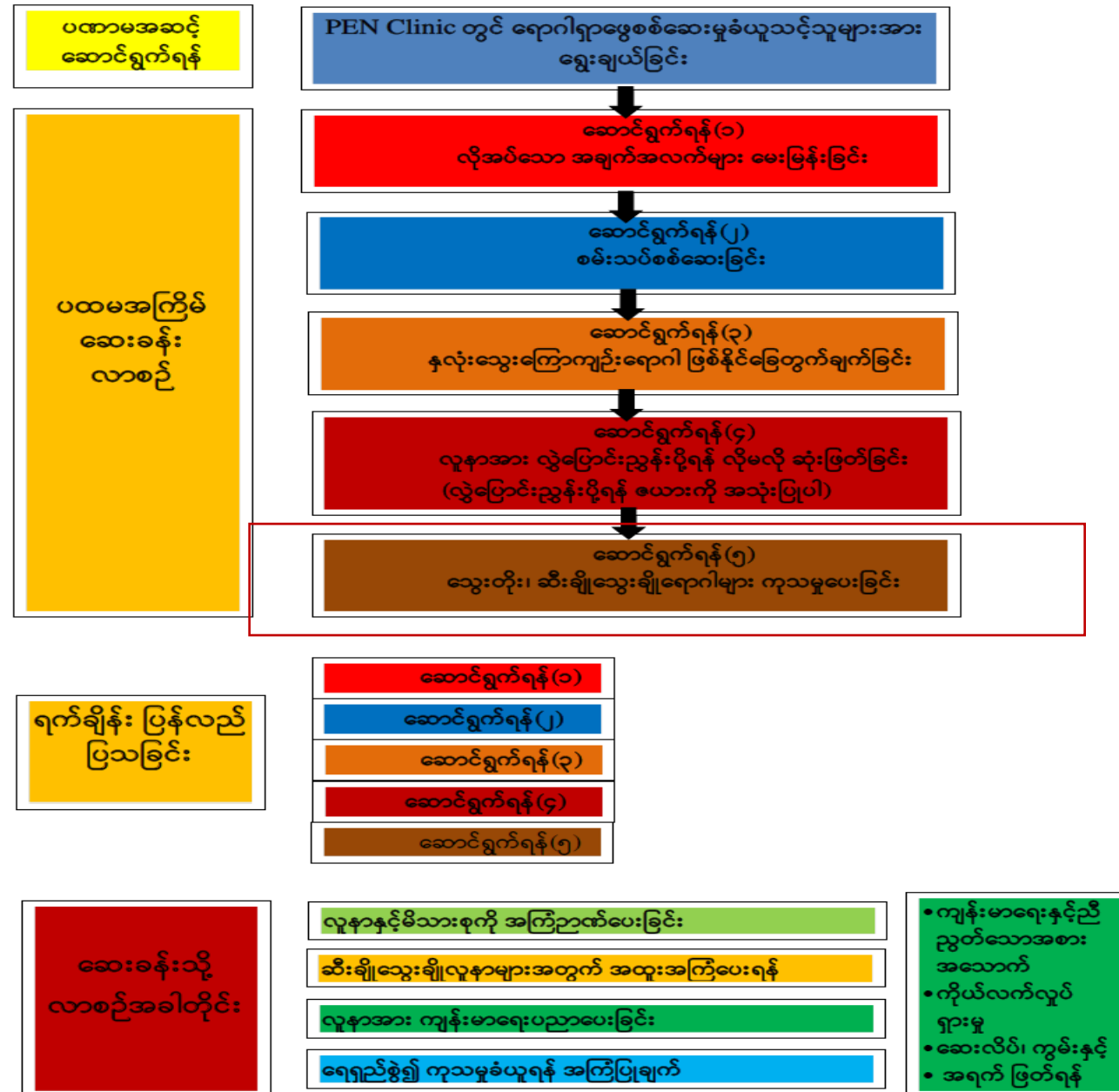




ဆောင်ရွက်ရန် (၅) ရောဂါကုသမှုပေးခြင်း ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ (Diabetes Mellitus)

ဟော်မုန်းရောဂါအထူးကုဌာန၊
ဆေးတက္ကသိုလ် (၂)၊
ရန်ကုန်

PEN Clinic တွင် ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးခြင်းလုပ်ငန်းအဆင့်ဆင့်



ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ လက္ခဏာများ

- ❖ မကြာခဏ ဆီးသွားခြင်း။
- ❖ အာခြောက်၍ ရေငတ်လွန်းခြင်း။
- ❖ ခွန်အားမရှိသလိုဖြစ်ပြီး
နုန်းနယ်နေခြင်း။
- ❖ အစဉ်ဆာလောင်နေခြင်း။
- ❖ ရုတ်တရက်
ကိုယ်အလေးချိန်ကျသွားခြင်း။
- ❖ အမြင်အာရုံဝေဝါးခြင်း။
- ❖ မကြာခဏ ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း။



ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင်သည့် အခြေအနေ (Diagnosing Diabetes)

Fasting Blood Sugar (FBS) ၁၂၆ mg % နှင့်အထက် (နံနက်စာမစားမီ စစ်သည့် သွေးချို)
(သို့မဟုတ်)

Random Blood Sugar (RBS) ၂၀၀ mg % နှင့်အထက်
(ကြိုက်သည့်အချိန် စစ်သည့်သွေးချို)
(သို့မဟုတ်)

၃-လ ပျမ်းမျှသွေးချို (HbA1c) ၆.၅% နှင့် အထက်

ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင်သည့် အခြေအနေ (Diagnosing Diabetes) Cont.

ဆီးချိုရောဂါ လက္ခဏာရှိလျှင်
သွေးချို **တစ်ကြိမ်** များရုံနှင့်
ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါလက္ခဏာမရှိလျှင်
၂-ကြိမ် စစ်ဆေးပြီးများလျှင်
ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ် သည်

အသက် ၄၀ အမျိုးသမီးတစ်ဦး သင်၏ဆေးခန်းတွင် သွေးချိုဖောက် ကြည့်ရာ
RBS -220 mg/dL ရှိနေသည်။ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါလက္ခဏာများမရှိပါ။
မျိုးရိုးတွင်လည်း ဆီးချိုမရှိသေးပါ။ ဆေးလိပ် မသောက်ပါ။ BMI 24
သူ့ဆီးချိုသွေးချိုရှိပါသလား။
ရောဂါရှိမရှိသိရှိရန် မည်သို့ စစ်ဆေးပေးမည်နည်း။

- A. Urine Sugar
- B. FBS
- C. 2 HPP
- D. OGTT
- E. HbA1c

- အသက် ၆၀ အမျိုးသားတစ်ဦး
- ခြေထောက်နှစ်ဖက်စလုံးထုံနာကျင်နာရှိ
- RBS 202 mg/dL
- DM??

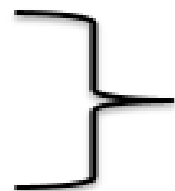
ဒုတိယအကြိမ် RBS – 240 mg/dL, DM ??

ဒုတိယအကြိမ် RBS – 190 mg/dL, DM ??

ဘာဆက်လုပ်မည်နည်း။ >

FBS \geq 126 mg/dL

A1c \geq 6.5



DM (+)

Monotherapy (ဆေးတစ်မျိုးဖြင့်ကုသခြင်း)

- ကြိုက်သည့်အချိန်စစ်သည့် သွေးချို ၂၅၀ mg % အောက်ဖြစ်လျှင် ဆေးတစ်မျိုးတည်းဖြင့် ကုသနိုင်ပါသည်။
- Metformin ၅၀၀ mg တစ်နေ့နှစ်ကြိမ်နှင့်စ၍ ပေးပါမည်။ (အစာနှင့်သောက်ရန်)
- တစ်ပတ်အကြာတွင် သွေးချိုမကျလျှင် ဆေးပမာဏကို တိုးနိုင်ပါသည်။
- အများဆုံးပေးနိုင်သည့်ပမာဏ - ၂၀၀၀ mg (၅၀၀ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ်) အများဆုံး ပေးနိုင်သည့်အကြိမ် (၁)ရက်လျှင် (၂)ကြိမ်ခွဲ ပေးနိုင်သည်။
- ပုံမှန်ဆက်လက်သောက်နိုင်သည့်ပမာဏ- ၂၀၀၀ mg (၅၀၀ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ်)

Monotherapy (ဆေးတစ်မျိုးဖြင့်ကုသခြင်း) Cont.

Metformin ၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မခံနိုင်လျှင်
(သို့)

Metformin နှင့် မသင့်လျော်လျှင်

- Gliclazide ၈၀ mg/ Glimepride ၂ mg
 - တစ်နေ့ တစ်ကြိမ်မှ နှစ်ကြိမ် အများဆုံး ပေးနိုင်ပါသည်
- Gliclazide တစ်ခါသောက် ၂-လုံး တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် (၃၂၀ mg) ထိ ပေးနိုင်ပါသည်
- Glimepride တစ်ခါသောက် ၂-လုံး တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် (၈ mg) ထိ ပေးနိုင်ပါသည်

Combination Therapy (ဆေးနှစ်မျိုးဖြင့် ကုသခြင်း)

ကြိုက်သည့်အချိန်စစ် သွေးချို ၂၅၀ mg to ၃၅၀ mg % ဖြစ်လျှင်
ဆေးနှစ်မျိုး ပေါင်း၍ ပေးရမည်။

Metformin ၅၀၀ mg တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် နှင့်

Gliclizide ၈၀ mg / Glimepride ၂ mg တစ်နေ့ ၂-ကြိမ် ပေးနိုင်သည်။

သွေးချိုပမာဏပေါ်မူတည်၍ ဆေးကိုတိုး၍ ရပါသည်။

အများဆုံး Gliclizide ၈၀ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ် (၃၂၀ mg)/

Glimepride ၂ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ် (၈ mg) နှင့်

Metformin (၅၀၀ mg) ၂-လုံး ၂-ကြိမ် (၂၀၀၀ mg) ပေးနိုင်ပါသည်။

ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ ကုသခြင်း

Treatment Algorithm (ဆေးပေးကုသမှုဇယား)

Metformin or Gliclazide/Glimepride (if RBS < ၂၅၀ mg/dl)



(သွေးချိုပမာဏ မထိန်းနိုင်လျှင်)

Metformin + Gliclazide/Glimepride (if RBS > ၂၅၀ - ၃၅၀)



(သွေးချိုပမာဏ မထိန်းနိုင်လျှင်)

Referral (if RBS > ၃၅၀)

ဆီးချိုကျဆေးများနှင့်ပတ်သက်၍ သတိထားရမည့်အချက်များ

Metformin

- ပျို့ခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ ကျောက်ကပ်အဆိပ်တက် (Serum Creatinine ၁.၅ mg %) ထက်များလျှင် (Metformin) ကိုမသုံးသင့်ပါ။
- Metformin သုံးလက်စ လူနာတွင် ကျောက်ကပ်အဆိပ်တက် (Serum Creatinine ၁.၅ mg %) ထက်များလာလျှင် ဆေးရပ်ရန်။

Gliclazide/Glimepride

- ကိုယ်အလေးချိန်တက်လွန်းခြင်း၊ သွေးချိုကျလွန်းခြင်း

ဆေးကုသမှုပေးထားသည့် လူနာများတွင် ရှိသင့်သည့်သွေးချိုပမာဏ

- Fasting Blood Sugar (FBS) – (၈၀ – ၁၃၀ mg %)
ည(၁၀)နာရီ နောက်ပိုင်း မည်သည့်အစာမှ မစားဘဲ (ရေသောက်နိုင်) နံနက် (၇)နာရီ
သွေးချို
- 2-hour postprandial (2HPP) – (၁၈၀ mg %) အောက်
စားပြီး ၂-နာရီ
- Random Blood Sugar (RBS) – (၂၀၀ mg %) အောက်
ကြိုက်သည့်အချိန်စစ်
- ၃-လပျမ်းမျှသွေးချို (HbA1c) – (၇ %) အောက်

သွေးတွင်းအချို့မိတ် လျော့နည်းခြင်း

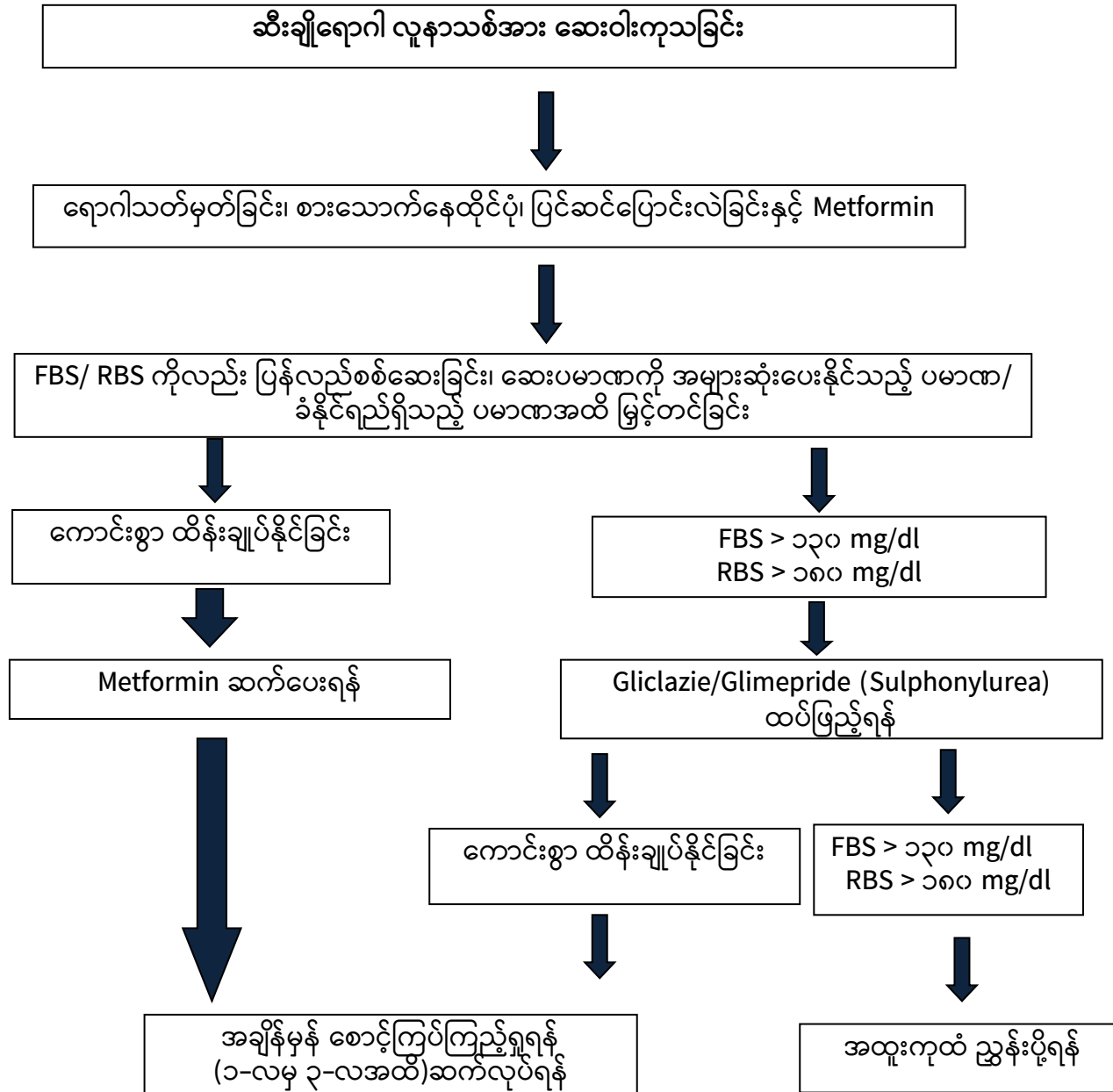
ရောဂါလက္ခဏာများ

- ခေါင်းမူးခြင်း၊ ချွေးစေးပြန်ခြင်း၊ ဆာလောင်ခြင်း
- တက်ခြင်း၊ သတိလစ်ခြင်း

(အထက်ပါရောဂါလက္ခဏာများရှိလျှင် ချက်ချင်း သွေးချိုစစ်ရန်)

သွေးချိုမိတ်စစ်ဆေး၍ သွေးချို ၇၀ mg % အောက်ကျနေလျှင်

- သကြားရည်သောက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) 50% Glucose ၂-လုံးကို သွေးကြောတွင်း ထိုးခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
- သောက်လက်စဆေးများ၊ အစားအစာများကို ပြန်လည်စစ်ဆေးရမည်။



မကူးစက်ရောဂါများကို ပူးပေါင်းကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကြပါစို့။



TOGETHER
LET'S BEAT NCDs



ကျေးဇူးတင်ပါတယ်