



ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးကြီးကြပ်(၂) သင်တန်း  
(၂၀၂၀)ပြည့်နှစ်

နှလုံးနှင့် နှလုံးသွေးကြောရောဂါမဖြစ်အောင် ကြိုတင်ကာကွယ်မှုလုပ်ငန်း(PEN Approach)

(၄-၁-၆) ဆောင်ရွက်ရန် (၅) ရောဂါကုသမှုပေးခြင်း  
ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ (Diabetes)

(၁)နာရီ



# ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါလက္ခဏာများမှာ -

- ဆီးသွားများခြင်း
- ရေငတ်ခြင်း
- ကိုယ်အလေးချိန် ကျဆင်းခြင်း



## ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင်သည့် အခြေအနေ (Diagnosing Diabetes)

- Fasting Blood Sugar (FBS) ၁၂၆ mg % နှင့်အထက် (နံနက်စာမစားမီ စစ်သည့် သွေးချို) (သို့မဟုတ်)
- Random Blood Sugar (RBS) ၂၀၀ mg % နှင့်အထက် (ကြိုက်သည့်အချိန် စစ်သည့် သွေးချို) (သို့မဟုတ်)
- ၃-လ ပျမ်းမျှသွေးချို (HbA1c) ၆.၅% နှင့် အထက်



# ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင်သည့် အခြေအနေ (Diagnosing Diabetes)

ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါလက္ခဏာရှိလျှင် -

သွေးချို တစ်ကြိမ်များရုံနှင့် ရောဂါ သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။

ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါလက္ခဏာမရှိလျှင် -

(၂) ကြိမ် စစ်ဆေးပြီးများလျှင် ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟု သတ်မှတ်သည်။



# ကုသခြင်း

## Monotherapy (ဆေးတစ်မျိုးဖြင့်ကုသခြင်း)

ကြိုက်သည့်အချိန်စစ်သည့် သွေးချို ၂၅၀ mg % အောက်ဖြစ်လျှင် ဆေးတစ်မျိုးတည်းဖြင့် ကုသနိုင်ပါသည်။

## Combination Therapy (ဆေးနှစ်မျိုးဖြင့် ကုသခြင်း)

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



## Monotherapy (ဆေးတစ်မျိုးဖြင့် ကုသခြင်း)

- **Metformin ၅၀၀ mg** တစ်နေ့နှစ်ကြိမ် နှင့်စ၍ ပေးပါမည်။ (အစာနှင့်သောက်ရန်)
- တစ်ပတ်အကြာတွင် သွေးချိုမကျလျှင် ဆေးပမာဏကို တိုးနိုင်ပါသည်။
- အများဆုံးပေးနိုင်သည့်ပမာဏ - **၂၀၀၀ mg (၅၀၀ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ်)**
- အများဆုံး ပေးနိုင်သည့်အကြိမ် - (၁)ရက်လျှင် (၂)ကြိမ် ခွဲ ပေးနိုင်သည်။
- ပုံမှန် ဆက်လက်သောက်နိုင်သည့်ပမာဏ- ၂၀၀၀ mg (၅၀၀ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ်)



## Monotherapy (ဆေးတစ်မျိုးဖြင့် ကုသခြင်း)

- Metformin ၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မခံနိုင်လျှင် (သို့) Metformin နှင့် မသင့်လျော်လျှင် -
  - Gliclizide ၈၀ mg/Glimipride ၂ mg
  - တစ်နေ့ တစ်ကြိမ်မှ နှစ်ကြိမ် အများဆုံး ပေးနိုင်ပါသည်။
- Gliclizide တစ်ခါသောက် ၂-လုံး တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် (၃၂၀ mg) ထိ ပေးနိုင်ပါသည်။ /Glimipride 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 (၂) ကြိမ်  
(+)

Gliclizide ၈၀ mg/ Glimipride ၂ mg တစ်နေ့ (၂) ကြိမ် ပေးနိုင်သည်။

\*သွေးချိုပမာဏပေါ်မူတည်၍ ဆေးကိုတိုး၍ ရပါသည်။

အများဆုံး -

Gliclizide ၈၀ mg ၂-လုံး ၂-ကြိမ် (၃၂၀ mg) (သို့)

Glimipride ၂ mg ၂-လုံး နှစ်ကြိမ် (၈ mg)

(+)

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





## ဆီးချိုကျဆေးများနှင့်ပတ်သက်၍ သတိထားရမည့်အချက်များ -

### Metformin

- ပျို့ခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ ကျောက်ကပ်အဆိပ်တက် (Serum Creatinine  $\geq 1.5$  mg %) ထက်များလျှင် (Metformin) ကိုမသုံးသင့်ပါ။
- Metformin သုံးလက်စ လူနာတွင် ကျောက်ကပ်အဆိပ်တက် (Serum Creatinine  $\geq 1.5$  mg %) ထက်များလာလျှင် ဆေးရပ်ရန်။

### Gliclazide/ Glimipride

- 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)

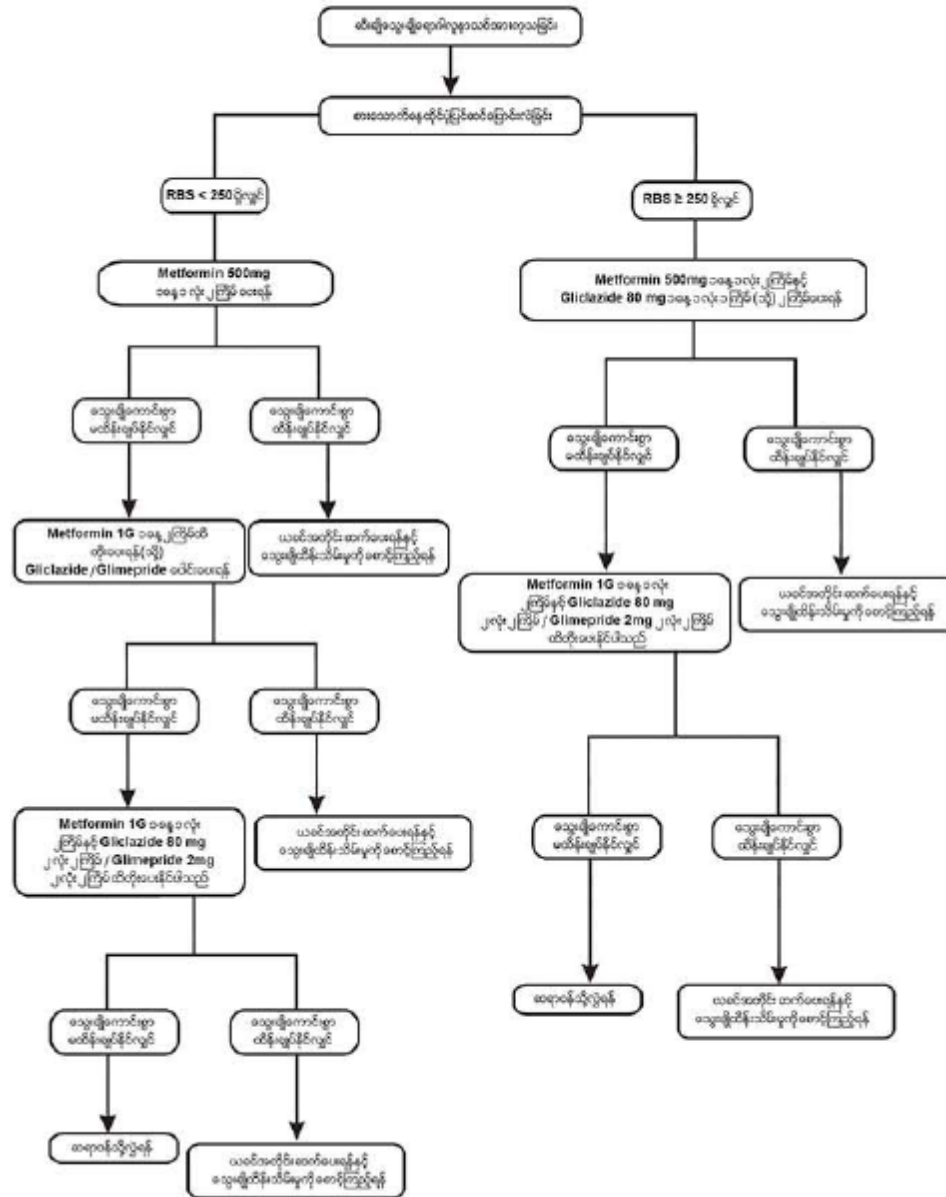


သွေးချိုဓါတ်စစ်ဆေး၍ သွေးချို ၇၀ mg % အောက်ကျနေလျှင် -

- သကြားရည်သောက်ခြင်း  
(သို့မဟုတ်)
  - 50% Glucose ၂-လုံးကို သွေးကြောတွင်းထိုးခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
- \*\* သောက်လက်စဆေးများ၊ အစားအစာများကို ပြန်လည်စစ်ဆေးရမည်။**



ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ ကုသမှုပုံစံ



မကူးစက်ရောဂါများကို ပူးပေါင်းကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကြပါစို့။



ကျေးဇူးတင်ပါတယ်

