

Metformin Information: *Bengali*

মেটফরমিন তথ্য

গর্ভধারণকালীন মেলিটাস বহুমূত্র (GDM) হচ্ছে প্রায় ৫-৮ শতাংশ গর্ভবতী মহিলাদেরকে প্রভাবিত করা গর্ভাবস্থার সবচেয়ে সাধারণ চিকিৎসাগত জটিলতা। GDM এর ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসার লক্ষ্য হচ্ছে মাতা ও শিশুকে প্রভাবিত করতে পারে এরূপ GDM এর কোন কোন সাধারণ জটিলতার ঝুঁকি কম করা।

মায়ের জন্য ঝুঁকি:

- কৃত্রিমভাবে ফলোংপাদনের বর্ধিত ঝুঁকি
- অন্দ্রোপচারের মাধ্যমে শিশু জন্মের বর্ধিত হার
- শেষ জীবনে টাইপ ২ বহুমূত্র রোগ হওয়ার বর্ধিত ঝুঁকি

শিশুর জন্য ঝুঁকি:

- জন্মের আগেই বৃহদাকার ও মোটা হওয়া
- জন্মের পর রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা কম হওয়া
- শ্বাস প্রশ্বাসের সমস্যা
- শরীরের তাপমাত্রা বজায় রাখার দুঃসাধ্যতা
- খাওয়ানোর সমস্যা

যদি আপনার শিশুর রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা কম থাকে, তখন আপনার শিশুর জন্য বিশেষ যত্নের নার্সারিতে যত্নের প্রয়োজন হতে পারে।

GDM এর ব্যবস্থাপনার লক্ষ্য হচ্ছে আপনার (মাতার) রক্তে যথাসম্ভব প্রায় স্বাভাবিক গ্লুকোজের মাত্রা অর্জনের মাধ্যমে এই সব জটিলতার যে কোনটি নিরোধ করা।

যখন পথ্য পরিবর্তন ও শারীরিক কাজকর্ম সঠিক গ্লুকোজ নিয়ন্ত্রনের লক্ষ্যে পৌঁছানোর জন্য যথেষ্ট নয়, তখন ব্যবস্থাপনা চালিয়ে যাবার জন্য ঔষধপত্র বিবেচনা করা প্রয়োজন। চিকিৎসার অংশ হিসাবে GDMভোগী প্রায় এক-তৃতীয়াংশ মহিলাদের বড়ি অথবা ইনসুলিন ইনজেকশন নেওয়া প্রয়োজন।

আপনার ডাক্তার আপনার রক্তে গ্লুকোজের মাত্রার উন্নতির জন্য মেটফরমিন (Diabex-ডায়াবেক্স) বড়ি দেওয়া স্থির করেছেন। অস্ট্রেলিয়া এবং নিউজিল্যান্ডে গর্ভাবস্থায় এই সব বড়ি ব্যবহার মূল্যায়নের বিষয়ে সদ্যকৃত অধ্যয়ন সম্পন্ন হয়েছে। এই অধ্যয়ন দেখিয়েছে যে মেটফরমিন মাত্রার রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা হ্রাস করতে কার্যকর হয় এবং মাতা ও শিশু উভয়ের জন্য নিরাপদ।

টাইপ ২ বহুমূত্র রোগগ্রস্থ লোকদের জন্য বহু বছর ধরে মেটফরমিন ব্যবহৃত করে সুফল পাওয়া গিয়েছে।

মেটফরমিন ব্যবহারে অধিকাংশ লোকদের কোন অসুবিধা হয় নাই কিন্তু প্রথম কয়েক দিনে কিছু কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে যেমন:

- বমি বমি ভাব
- বমি করা
- উদরাময়
- রুটির অভাব
- তলপেটে মৃদু অস্বস্তি
- আস্বাদে অশান্তি

যদি এই সব উপসর্গ চিকিৎসার প্রথম কয়েক দিনের মধ্যে দেখা দেয়, তাহলে অধিকাংশ ক্ষেত্রে তা নিজে নিজেই প্রশমিত হয়। এই সব পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া প্রতিরোধে সহায়তার জন্য, ভোজনের সঙ্গে বা পরে মেটফরমিন গ্রহণের পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে – খালি পেটে নয়।

যদি কোন পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া চলতে থাকে এবং সহজে প্রশমিত না হয় তাহলে আপনার ডাক্তার বা বহুমূত্র শিক্ষককে জানান।

আপনার স্বাস্থ্য দেখাশোনার কর্মীদের অনুরোধ মোতাবেক আপনার রক্তে গ্লুকোজের মাত্রার প্রতি সজাগ দৃষ্টি রাখুন এবং ঔষধপত্রে মাত্রার উন্নতি না হলে তাঁদেরকে জানান।

লক্ষ্য মাত্রাগুলো হচ্ছে:

প্রাত ভোজনের আগে

ভোজনের ১ ঘন্টা আগে

ভোজনের ২ ঘন্টা আগে

আপনার শুরু করার মাত্রা হচ্ছে:

মেটফরমিন ৫০০ মিলিগ্রাম _____ প্রতিদিন বড়ি - খাবারের সঙ্গে খাবেন

অন্যান্য নির্দেশাবলী:

.....

সাধারণত ঔষধ গ্রহণের ৩ -৪ দিন পর আপনার ডাক্তার বা বহুমূত্র শিক্ষকের সঙ্গে আরো পরিবর্তন প্রয়োজন কি না তা জেনে নিন।

যে সর্বাধিক মাত্রা আপনি গ্রহণ করতে পারেন তা হচ্ছে প্রতিদিন ২,০০০ হতে ২,৫০০ মিলিগ্রাম। যদি এই মাত্রা গ্রহণ করেন এবং আপনার রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা তবুও লক্ষ্যের বিস্তারের মধ্যে না হয়, তাহলে ইনসুলিন ইনজেকশনের প্রয়োজন হতে পারে। এ বিষয়ে আপনার সঙ্গে আলোচনা করা হবে এবং শিশুর জন্ম পর্যন্ত কি পরিমাণ সময় আপনার আছে এবং শিশুর আয়তন কি হবে সে বিষয়ে বিবেচনা দেওয়া হবে।

**কোন প্রশ্ন থাকলে দয়া করে আপনার ডাক্তার,
বহুমূত্র শিক্ষক বা ধাত্রীর সঙ্গে যোগাযোগ করুন।**

**এই সম্ভতি আপনার স্বাস্থ্য দেখাশোনার কর্মিদলের দেওয়া
প্রশিক্ষণের সঙ্গে একত্রে ব্যবহার করা উচিত।**

© State of Queensland (Queensland Health) 2013



<http://creativecommons.org/licenses/by-nd/3.0/au/deed.en/>

আরো তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন

Clinical Access and Redesign Unit, Department of Health,

ইমেইল CARU@health.qld.gov.au, ফোন (07) 3646 9872.

এই লাইসেন্সের সুযোগের বাইরে অনুমতির জন্য যোগাযোগ করুন:

ইন্টেলেকচুয়াল প্রপার্টি অফিসার,

ইমেইল ip_officer@health.qld.gov.au,

ফোন (07) 3328 9862.



**Queensland
Government**

Metformin Information: Bengali

05/2014