

Metformin Information: *Hindi*

# मेटफोरमिन सूचना

गर्भावस्था के दौरान होने वाला डायबीटीज मेलिटस (Gestational diabetes mellitus) (GDM)

गर्भावस्था की सर्वाधिक सामान्य मैडिकल जटिलताओं में से एक है, यह गर्भवती महिलाओं में से लगभग 5-8 प्रतिशत को प्रभावित करती है। GDM के प्रबंधन व उपचार के लक्ष्य, GDM की सामान्य जटिलाताओं में से कुछ उन जटिलाताओं का खतरा कम करने के लिये होते हैं जो माता व उसके शिशु को प्रभावित कर सकती हैं।

### माता के लिये खतरे:

- इन्डक्शन के खतरे में वृद्धि
- सीजेरियन सैक्शन दर में वृद्धि
- जीवन में आगे टाईप 2 डायबीटीज होने का ज्यादा खतरा।

### शिशु के लिये खतरे:

- जन्म से पूर्व बड़ा और मोटा हो सकता है
- जन्म के बाद रक्त ग्लूकोज स्तर कम हो सकता है
- साँस लेने में समस्यायें
- शरीर का तापमान बनाये रखने में समस्यायें
- फीडिंग में समस्यायें।

यदि आपके शिशु के रक्त ग्लूकोज स्तर कम हुए तो, आपके शिशु की विशेष देखभाल नर्सरी में देखभाल की आवश्यकता पड़ सकती है।

GDM को मैनेज करने के उद्देश्य हैं कि आपका (माता का) रक्त ग्लूकोज स्तर सामान्य के नजदीक बनाये रखा जाये ताकि इनमें से किसी भी जटिलता से बचाव हो सके।

जब भोजन में परिवर्तन तथा शारीरिक गतिविधियां ग्लूकोज पर अच्छे नियंत्रण इन लक्ष्यों को पाने के लिये पर्याप्त नहीं होते तो, निरंतर प्रबंधन में सहायता के लिये दवा पर विचार करना जरूरी होता है। जिन महिलाओं को GDM होता है उनमें से लगभग एक-तिहाई को अपने उपचार के हिस्से के रूप में गोलियां अथवा इन्सुलिन इन्जेक्शन लेने की आवश्यकता होती है।

आपके डॉक्टर ने आपके रक्त ग्लूकोज स्तर में सुधार के लिये मेटफोरमिन (Diabex) गोलियां शुरू करने का निश्चय किया है। ऑस्ट्रेलिया तथा न्यू ज़ीलैंड में हाल ही में अध्ययन हुए हैं जिनमें गर्भावस्था के दौरान इन गोलियों के उपयोग का आंकलन किया गया। उस अध्ययन में सामने आया कि मेटफोरमिन माता के रक्त ग्लूकोज स्तर कम करने में प्रभावशाली है तथा यह माता व शिशु दोनों के लिये सुरक्षित है।

टार्इप 2 डायबिटीज वाले लोगों के लिये मेटफोरमिन कई सालों से काम में ली जा रही है और इसके अच्छे परिणाम रहते हैं।

मेटफोरमिन लेने वाले अधिकांश लोगों को यह गोली लेने से कोई परेशानी नहीं होती लेकिन शुरू के कुछ दिनों में थोड़े साइड इफेक्ट हो सकते हैं जैसे कि:

- मितली (उबकाई)
- उल्टियां
- दस्तें
- भूख बन्द होना
- पेट संबंधी हल्की परेशानी
- जाँच विघ्न (test disturbance)।

उपचार के शुरू के कुछ दिनों में यदि इनमें से कोई भी लक्षण होते हैं तो, अधिकांश मामलों में उनका सहज समाधान हो जाता है। इन साइड इफैक्ट्स से बचाव में सहायता के लिये, यह सलाह दी जाती है कि मेटफोरमिन भोजन के दौरान अथवा बाद में ली जाये – खाली पेट नहीं।

यदि आपको कोई साइड इफैक्ट निरंतर चल रहा हो जो शीघ्र ही खत्म नहीं होता हो तो अपने डॉक्टर अथवा डायबिटीज एजुकैटर को सूचित करें।

अपने स्वास्थ्य देखभाल दल के आग्रह के अनुसार अपने रक्त ग्लूकोज स्तर की निरंतर निगरानी रखें और यदि दवा से आपके स्तरों में सुधार नहीं हो तो उन्हें सूचित करें।

## लक्षित स्तर हैं

नाश्ते से पूर्व .....

भोजन के 1 घंटे बाद .....

भोजन के 2 घंटे बाद .....

## आपकी शुरुआती मात्रा है

मेटफोरमिन 500 mg (मिलिग्राम) \_\_\_\_\_ प्रतिदिन गोली(यां) - भोजन के साथ लें

अन्य निर्देश:

.....

.....

.....

दवा दिये जाने के 3-4 दिन के भीतर अपने डॉक्टर या डायबिटीज एजुकेटर से दोबारा मिलना सामान्य होता है, यह देखने के लिये की आगे परिवर्तनों की आवश्यकता है या नहीं।

आप प्रतिदिन जो अधिकतम मात्रा ले सकते हैं, वह है 2,000 से 2,500 mg (मिलिग्राम)। यदि आप इतनी मात्रा ले लें और फिर भी आपका रक्त ग्लूकोज स्तर लक्षित सीमा के भीतर नहीं पहुँचे तो, इन्सुलिन इन्जैक्शन की आवश्यकता हो सकती है। आपसे इस बारे में विचार विमर्श किया जायेगा और इस बारे में भी ध्यान दिया जायेगा कि आपके द्वारा शिशु को जन्म देने में कितना समय बाकी है और आपके शिशु का आकार कितना बड़ा है।

**यदि कोई प्रश्न हों तो, कृपया अपने डॉक्टर,  
डायबिटीज एजुकेटर या नर्स से संपर्क करें।**

**इस स्रोत को, आपके स्वास्थ्य देखभाल दल द्वारा प्रदान की  
गई जानकारी के साथ काम में लिया जाना चाहिये।**

© State of Queensland (Queensland Health) 2013



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

अधिक जानकारी के लिये Clinical Access and Redesign Unit,  
Department of Health से संपर्क करें, ईमेल [CARU@health.qld.gov.au](mailto:CARU@health.qld.gov.au),  
फोन (07) 3646 9872। इस लाइसेंस के विषय क्षेत्र से बाहर  
अनुमति के लिये संपर्क: Intellectual Property Officer,  
ईमेल [ip\\_officer@health.qld.gov.au](mailto:ip_officer@health.qld.gov.au),  
फोन (07) 3328 9862



Queensland  
Government

Metformin Information: Hindi  
05/2014