

ओबिमेट

मधुमेहात जीवन सुसहय करते

प्राथमिक माहिती	
व्यापारी नाव	: ओबिमेट
विपणनकर्ते	: नॉल फार्मास्युटिकल्स लि.
जनरिक (जातिगत) नाव	: मेटमॉर्फिन हायड्रोक्लाइड
शक्ति (क्षमता)	: ५०० मि. ग्रॅ.
उपचार वर्ग	: एन्डॉक्रिन आणि मेटॅबॉलिक
संकेत	: प्रकार २ डायबिटीस मेलिटस (एनआयडीडीएम) मध्ये हायपरग्लायसीमियाचे व्यवस्थापन

तुमचा मधुमेह अधिक चांगल्या प्रकारे समजून घ्या!

टाइप २ (प्रकार २) डायबिटीस बदल वारंवार विचारण्यात येणारे हे काही प्रश्न असून त्यांची उत्तरं सोप्या, समजण्याजोग्या प्रकारे देण्यात आली आहेत.

प्र.१ : टाइप २ डायबिटीस म्हणजे काय?

प्रथम, तुम्ही खाता तेव्हा तुमचं शरीर कशा प्रकारे काम करतं ते पाहूया. म्हणजे मधुमेह म्हणजे काय आणि तुमच्या शरीराला तो काय करतो हे समजावणं आणखी सोपं होईल.

हे घडतं

तुमचं उदर आणि आतडं तुम्ही खाता त्या अन्नाचं ग्लूकोज नावाच्या साखरेमध्ये रूपांतर करतात आणि ते रक्तप्रवाहामध्ये पाठवतात. त्याच वेळी स्वादुपिंड इन्सुलिन नावाचं एक प्रथिन निर्माण करून ते देखील रक्तप्रवाहात पाठवत असतात. इन्सुलिन तुमच्या पेशींमध्ये साखर जावी यासाठी पेशींचा मार्ग उघडणाऱ्या चावीचं काम करतं. ह्या पेशी ही साखर वापरून तुमचं शरीर ज्यावर चालतं ते इंधन बनवतात.

परंतु तुम्हाला जेव्हा डायबिटीस किंवा मधुमेह होतो तेव्हा ही साखर पेशींमध्ये पोचत नाही. तो वेगवेगळ्या कारणांसाठी बाहेर अडकून राहतो :

१) इन्सुलिन पुरेशा प्रमाणात नसेल

२) पेशींचा मार्ग उघडण्यासाठी भरपूर इन्सुलिन असेल, परंतु ते योग्य प्रकारे काम करीत नाही.

ही साखर जेव्हा पेशींमध्ये जाऊ शकत नाही तेव्हा ती तुमच्या रक्तप्रवाहात सादून राहते. ह्याला हायपरग्लायसीमिया किंवा अति रक्तशर्करा म्हणतात.

अशा प्रकारे डायबिटीस तुमचं शरीर बदलतो. डायबिटीस असणाऱ्या व्यक्ति खाल्लेल्या अन्नानं त्यांना आवश्यक असणाऱ्या इंधनामध्ये रूपांतर करू शकत नसल्यामुळे त्यांना थकल्या आणि गळल्यासारखं वाटतं.

प्र.२ : टाइप २ डायबिटीस कशामुळे होतो?

डायबिटीस वर बऱ्याच काळापासून अभ्यास सुरु असला तरी तो नेमका कशामुळे होतो हे कोणासही माहित नाही. तथापि, काही प्रकारचं वर्तन आणि ज्यांना आपण जोखमीचे घटक म्हणतो यांच्यामुळे तुम्हाला डायबिटीस होण्याची शक्यता वाढते.

प्र.३ : मुख्य जोखमीचे घटक कोणते आहेत?

बरेचवेळा, बऱ्याच काळासाठी डायबिटीस झाल्याचे लक्षात येत नाही. खालील प्रश्नांची उत्तरं तुमच्या बाबतीत होय असली तर तुम्हाला डायबिटीसचा धोका संभवतो.

- * वर्षे ४५ हून अधिक वय
- * कुटुंबामध्ये डायबिटीसचा पूर्वतिहास
- * जास्त वजन

प्र.४ : घोक्याच्या सूचना कोणत्या आहेत?

- * वारंवार लसवीला लागणे
- * अपसामान्य तहान
- * अतिशय भूक
- * वजनात नेहमीहून जास्त घट
- * अतिशय थकवा येणे
- * वारंवार संसर्ग होणे
- * दृष्टी अंधुक होणे
- * कापल्यावर/जखम झाल्यावर त्या बऱ्या होण्यास लागणे
- * हात किंवा पायांमध्ये बधिरता/सुन्नपणा
- * वारंवार त्वचा, दाढा किंवा मूत्राशयाचा संसर्ग होणे

प्र.५ : मला टाइप २ डायबिटीस आहे काय हे कसं समजेल?

तुम्हाला डायबिटीस आहे काय हे निश्चित करण्यासाठी तुमचे डॉक्टर एक साथी रक्त चाचणी करू शकतात. ४५ वर्षांहून अधिक वय असणाऱ्या प्रत्येक व्यक्तित्ने दरवर्षी रक्तचाचणी करण्याची शिफारस अमेरिकन डायबिटीस असोसिएशन केली आहे. तुमची फास्टिंग शुगर पातळी जर १२६ मिण ग्रॅ./लि. हून अधिक असली तर तुम्हाला डायबिटीस असा अर्थ होईल.

प्र.६ : एखाद्याला जर टाइप २ डायबिटीस तुम्हाला तर कोणत्या समस्या किंवा गुंतागुती निर्माण होऊ शकतात?

- | | |
|----------------------|-----------------------------|
| * अंधत्व | * शरीराचा अवयव कापावा लागणे |
| * हृदय विकाराचा झटका | * स्ट्रोक |
| * मूत्रपिंडाचा आजार | * मृत्यू |

प्र.७ हायपरग्लायसीमिया (अतिरक्त शर्करा) कशामुळे आणखी बळावू शकतो?

डायबिटीस असणाऱ्या सर्वांना हायपरग्लायसीमिया असतो, परंतु खालील गोष्टींसारख्या काही गोष्टींमुळे तो आणखी बळावू शकतो.

- * फार खाणे
- * साखरयुक्त पदार्थ खाणे
- * आजारी किंवा दडपणाखाली असणे

प्र.८ : टाइप २ डायबिटीस किंवा हायपरग्लायसीमियाची लक्षणं कोणती?

लक्षणं कदाचित नसतील परंतु ती जर उद्भवलीच तर ती यापैकी असू शकतील.

- * अंधुक दृष्टी
- * वाढलेली तहान
- * सारखी लघवी लागणे
- * खाजरी, कोंरडी त्वचा
- * थकल्यासारखे वाटणे

प्र.९ : हायपरग्लायसीमियासाठी काय करता येते?

- * साखर रहित, कॉफीनरहित असणारे पाणी, डायट सोडा किंवा हर्बल चहासारखे द्रव पदार्थ पिणे
- * तुमची रक्त शर्करा पातळी नियमितपणे तपासणे. दोन दिवसांसाठी जर तुमची शर्करा २६४ मि.ग्रॅ./लि.एल. असली तर डॉक्टरांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.
- * तुमच्या डॉक्टरांना भेटा आणि आहार व व्यायामासंबंधीच्या त्यांच्या सूचनांचं पालन करा. याने रक्तशर्करा नियंत्रणात आली नाही तर ओबिमेटसह इतर औषधी घ्याव्या लागतील.

प्र.१० : हायपोग्लायसीमिया (कमी रक्तपातळी) म्हणजे काय?

हायपोग्लायसीमिया हायपोग्लायसीमियाहून वेगळा आहे. रक्तामध्ये साखर फारच कमी प्रमाणात असेल तेवहा होतो आणि कधी कधी इन्सुलिन घेणाऱ्यांना किंवा सल्फोनिलयुरियास नावाच्या डायबिटीसच्या गोळ्या घेणाऱ्यांना होऊ शकतो. यामुळे हे होऊ शकतं.

- * डोकदुखी
- * शरीर धरधरणे चक्कर येणे किंवा डोकं हलकं वाटणे
- * भूक
- * धंड, चिकट हात
- * जोर जोरात छातीची धडधड
- * संभ्रम किंवा चलविचल
- * कोमा (बेशुद्धवस्था)
- * मृत्यू

लक्षात ठेवा, काही डायबिटीस औषधांमुळे प्रत्यक्षात हायपोग्लायसीमिया होऊ शकतो, म्हणून तुमच्या डॉक्टरना तुमच्यासाठी योग्य औषध कोणतं ते विचारा.

हे प्रश्न आणि उत्तरं तुम्हाला उपयोगी वाटली असतील अशी आम्हाला आशा आहे. डायबिटीससह जीवन जगणे म्हणजे जीवनात काही बदल करावे लागतील, कधी कधी हे एक आव्हान वाटलं तरी तुम्ही जीवनाचा आनंद घेऊ शकत नाही असा याचा अर्थ होत नाही. हायपर डायबिटीसची माहिती करून घेणे आणि तो नियंत्रणात ठेवण्यासाठी तुम्ही काय करू शकता हे जाणून घेतल्यामुळे तुम्ही आणखी निरोगी जीवन जगू शकाल.

ओबिमेट

मॅग्नस नोव्हो नॉर्डिस्क
फिझिशियनसाठी नमुना पॅक
विक्रीसाठी नाही

मॅटफॉर्मिंग ५००
ओबिमेट

मॅग्नस नोव्हो नॉर्डिस्क
नॉल फार्मास्युटिकल्स लि.
(मॅग्नस डिव्हिजन)

१७, आर. कमानी मार्ग, मुंबई ४०० ००१.

नोव्हो नॉर्डिस्क फार्मा इंडिया लि.
राजेश चेंबर्स, १४/२ ब्रन्टन रोड,
बंगलोर ५६० ०२५