



رمضان سے متعلق ڈاکٹروں کے لئے ہدایات

ذیابیطس اور رمضان

رمضان سے قبل ذیابیطس کے حامل
افراد کے لئے رہنما اصول

☆ معالج سے تفصیلی معائنہ
☆ ادویات و انسولین میں تبدیلی، خون ٹیسٹ

روزے کے دوران ممکنہ پیچیدگیاں

☆ Hypoglycemia یعنی خون میں شکر کی مقدار کا حد سے کم ہو جانا
علامات: ● غیر معمولی ٹھنڈے پسینے آنا ● دل کی دھڑکن کا تیز ہونا ● کچکی طاری ہونا ● بیہوشی طاری ہونا وغیرہ،
☆ Hyperglycemia یعنی خون میں شکر کی مقدار کا حد سے بڑھ جانا
علامات: ● پیشاب کا بار بار آنا ● شدید پیاس لگنا ● سر میں شدید درد ہونا وغیرہ

دوران روزہ خون میں شکر کی
مقدار کا تناسب و جانچ

سحری سے افطار تک شکر کی مقدار 100mg/dl سے کم نہ ہو اور 200mg/dl سے زیادہ نہ ہو
☆ سحری سے پہلے ☆ سحری کے دو گھنٹے بعد ☆ دوپہر کے وقت ☆ افطار سے پہلے ☆ افطار کے دو گھنٹے بعد
☆ علامت ہونے کی صورت میں

ضروری ہدایات:

دن کے کسی بھی حصے میں خون میں شکر کی سطح 70 mg/dl سے کم ہو تو فوراً روزہ افطار کر لیں یا اپنے معالج سے رابطہ کریں۔ رمضان کی پہلی رات کھانا جلدی کھائیں۔ اگر رات کا کھانا تاخیر سے ہو تو دوا یا انسولین کی مقدار کم کریں۔
دوران روزہ خون میں شکر کی جانچ کرنے سے روزہ نہیں ٹوٹتا نیز انسولین اور انجکشن لگانے سے بھی روزہ نہیں ٹوٹتا۔

ادویات و انسولین کی مقدار اور اوقات میں تبدیلیاں

METFORMIN			SGLT2 INHIBITORS		
افطار	سحری		افطار	سحری	
OD	●		OD	●	
BD	●●	●			●
TDS	●●●	●			
ACARBOSE			SULFONYLUREAS		
افطار	سحری		افطار	سحری	
OD	●		OD	●	
BD	●●	●			ابتدائی 75% اور بعد میں خون میں شوگر کی مقدار کے مطابق
TDS	●●●	●	BD	●●	●
PIOGLITAZONE			SHORT ACTING INSULIN		
افطار	سحری		افطار	سحری	
OD	●		BD	●●	●
			TDS	●●●	●
DPP4 INHIBITORS			LONG / INTERMEDIATE INSULIN		
افطار	سحری		افطار	سحری	
OD	●		OD	●	70%
BD	●●	●	BD	●●	●
MEGLITINIDES			PRE-MIXED INSULIN		
افطار	سحری		افطار	سحری	
OD	●		OD	●	●
BD	●●	●	BD	●●	●
TDS	●●●	●	TDS	●●	●



ذیابیطس سے متاثرہ افراد جو Combination Therapy جن میں Insulin یا SU شامل ہیں ان کی دیگر دواؤں میں بھی تبدیلی درکار ہوگی۔

