

**နကသံဉ်: Metformin \_\_\_\_\_mg**

**ဘဉ်မနုၤအယိယဘဉ်အီကသံဉ်အံၤလဲၣ်.** နအိၣ်ဒီးဆံၣ်ဆါတၢ်ဆါ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဘဉ်ယိၣ်လၢဆံၣ်ဆါတၢ်ဆါခီဖျါလ  
၁ နအိၣ်ဒီး တၢ်ဆါအါတလၢလၢနသ့ၣ်အပူၤအယိန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအါတလၢလၢနသ့ၣ်အပူၤဒူးကဲထီၣ်  
သး တၢ်ဆါ, ကလံၤဖူး, ကလံၤတၢ်ဆါ, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖၣ်ဒီး မဲၣ်ချဲတဖၣ် မ့တမ့ၢ် နကဘိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

**အီကသံဉ် ၁ ဖျါၣ်ယုၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်အီကိးနံၤဒဲးတက့ၢ်.**

**အီကသံဉ် ၁ ဖျါၣ်ဖဲနအိၣ်ဂီၤတၢ်အိၣ်ဝံၤဒီး ကသံဉ် ၁ ဖျါၣ်ဖဲနအိၣ်ဟါခီတၢ်အိၣ်ဝံၤကိးနံၤဒဲးတက့ၢ်.**

**အီကသံဉ် ၁ ဖျါၣ်ဖဲနအိၣ်ဂီၤတၢ်အိၣ်ဝံၤ, ကသံဉ် ၁ ဖျါၣ်ဖဲနအိၣ်မုၢ်ထူၣ်တၢ်အိၣ်ဝံၤ ဒီး ကသံဉ် ၁ ဖျါၣ်ဖဲနအိၣ်ဟ  
၁ခီ တၢ်အိၣ်ဝံၤကိးနံၤဒဲးတက့ၢ်.**

**ဖဲယအီကသံဉ်အံၤအခါန့ၣ်ယကတူၢ်ဘဉ်ဒဲလဲၣ်?** တဘျီတခီၣ်န့ၣ်ကသံဉ်အတၢ်မၤဘဉ်ဒိတဖၣ်အိၣ်ဝဲလၢ တၢ်အီ  
ကသံဉ်အယိန့ၣ်လီၤ. ကသံဉ်အတၢ်မၤဘဉ်ဒိန့ၣ် မ့ၢ်တၢ်တမံၤမံၤလၢနတူၢ်ဘဉ်လၢတမ့ၢ်ဝဲတၢ်အညီန့ၣ်ဘဉ်န့ၣ်လီၤ.  
ကသံဉ်အတၢ်မၤဘဉ်ဒိတဖၣ်လၢ အဟဲလၢ နအီကသံဉ် Metformin န့ၣ်အိၣ်ထီၣ်ဝဲ ဒဲနနီၢ်ခိညီန့ၣ်ထီၣ်ဝဲဒီး ကသံဉ်  
ဒီး ပၣ်ယုၢ် သ့စ့ၢ်ကိးဒီး တၢ်မိၣ်ဘျိးသး, ဟၢဖၢလူ, ဟၢဖၢတမ့ၢ်, ဒီး ကလံၤအိၣ်လၢဟၢဖၢအပူၤန့ၣ်လီၤ.

ကသံဉ်အတၢ်မၤဘဉ်ဒိတနီၤနီၤတဖၣ်တညီန့ၣ်ကဲထီၣ်အသးဘဉ် ဘဉ်ဆဉ် ကဲထီၣ်တၢ်အနးနးကလဲၣ်သ့န့ၣ်လီၤ.  
**ကိး ၉၁၁ မ့တမ့ၢ် လဲၤဆူ ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူဒးတဘျီယီမ့မ့ၢ်လၢနအိၣ်ထီၣ်ဒီး ဖံးဘဉ်ကပြုထီၣ်, မဲၣ်သဉ်, ပျါ, ပျါ မ့တမ့ၢ်  
ကိၢ်ယုၢ် ညိးထီၣ် မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢကသါထီၣ်သါလီၤ; မ့တမ့ၢ်ကသါထီၣ်သါလီၤတလၢတပျဲၤ မ့တမ့ၢ်  
ဖဲတၢ်ဂဲၤလိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ အဆူၣ်အခါ, တူၢ်ဘဉ်တၢ်ယုၢ်ထီၣ်, ဂံၢ်စၢ် မ့တမ့ၢ် တူၢ်ဘဉ်လီၤဘျိးလီၤတီၤန့ၣ်လီၤ.**

**တၢ်အဂၤမနုၤလၢအလိၣ်အိၣ်လၢယကဘဉ်သ့ၣ်ညါလဲၣ်?**

1. နကဘဉ်အီကသံဉ်အံၤကိးနံၤဒဲးမ့မ့ၢ်ဒဲလဲၣ်လၢနအိၣ်ဆူၣ်န့ၣ်လီၤ.
2. နကဘဉ်မၤပျဲၤကသံဉ် အံၤကိးလိဒဲးန့ၣ်လီၤ.
3. အီထံအါအါတက့ၢ် ဒီးတဘဉ်လဲၤကဟ် တၢ်အိၣ်တၢ်အီနီတဘျီဘဉ်န့ၣ်လီၤ.

4. နကဘဉ်ဒီးပူးသးဒီးကသံဉ်သရဉ် 3 လါတဘျီလကမကွၢ်နသ့ဉ်တၢ်ဆါန့ဉ်လီၤ.
5. နမ့ၢ်လဲၤဒီးပူးသးလကသံဉ်သရဉ်အလီၤဆီတဂၤအဝဲၤဒၤ၊ အကသံဉ်ကျး မ့တမ့ၢ် အဂ့ၢ်ဂီၢ်အူဒၤန့ဉ်, နကဘဉ်တဲအဝဲသ့ဉ်လကနအိဉ်ဒီးသ့ဉ်ဂံၢ်ဆီဉ်အါ(သ့ဉ်ထီဉ်)တၢ်ဆါဒီးနအိဝဲကသံဉ် Metformin န့ဉ်လီၤ.

“တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ထွဲအံၤမ့ၢ်ထဲဒၣ်လၢ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအတၢ်ပညိဉ်အဂီၢ်ဒီး တကြးဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အိၤဒီး ကသံဉ်ကသီတၢ်ဟ့ဉ်က့ဉ်ဟ့ဉ်ဖးစံဉ်နီၤဘဉ်. ထီဘီယုကွၢ်ဘဉ်နကသံဉ်သရဉ် မ့တမ့ၢ် ပုၤဟ့ဉ်လီၤတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ရူ တၢ်ကဟုကယၢ်အဂၤလၢအလၢအပွဲၤဒီးကံၢ်စီ အတၢ်ဟ့ဉ်က့ဉ်ဟ့ဉ်ဖး ဘဉ်ဃး တၢ်သံကွၢ်တမံၤဂ့ၢ်တမံၤဂ့ၢ် လၢနအိဉ်ဝဲလၢ အဘဉ်ထွဲဒီး ကသံဉ်ကသီတၢ်အိဉ်သး မ့တမ့ၢ် တၢ်ကူၤစါယါဘျီန့ဉ်တက့ၢ်.”