

### **Rawatan Kencing Manis: Tablet**

Rawatan Kencing manis Jenis 2 (T2DM) bermula dengan mengawal apa yang anda makan. Jika perubahan diet anda sahaja tidak mampu mengawal paras gula dalam darah anda, ubat kencing manis dalam bentuk biji atau suntikan harus dimulakan.

Ubat untuk kencing manis yang boleh diambil dengan menelannya digunakan untuk merawat paras gula darah tinggi yang disebabkan oleh T2DM.

### **Beritahu Doktor Anda jika Anda**

- Alah kepada sebarang ubat
- Sedang hamil atau merancang untuk hamil
- Sedang menyusukan
- Sedang mengambil sebarang ubat lain
- Mempunyai sebarang keadaan perubatan lain

### **Beberapa Garis Panduan yang Perlu Diikuti Apabila Mengambil Tablet Kencing manis Anda**

- Ketahui nama dan dos biji(-biji) kencing manis anda.
- Ambil ubat(-ubat) anda secara kerap pada masa yang betul dan seperti yang diarahkan oleh doktor anda. Jangan buat sebarang perubahan pada rutin pengambilan ubat anda tanpa berunding dengan doktor anda.
- Teruskan mengambil biji(-biji) anda walaupun anda tidak sihat. Walau bagaimanapun, dalam beberapa kes, dos ubat anda mungkin perlu diubahsuai, jadi anda harus berjumpa doktor jika anda tidak sihat.
- Sesetengah ubat tidak boleh diambil jika anda berpuasa. Contohnya, jika anda akan menjalani ujian darah. Sila rujuk kepada profesional penjagaan kesihatan anda terlebih dahulu jika anda tidak pasti sama ada anda perlu mengambil ubat anda semasa berpuasa.
- Ikut rancangan makan dan senaman anda. Diet yang sihat dan senaman yang kerap adalah penting untuk mengawal kencing manis dengan baik.
- Jika anda terlepas satu dos ubat(-ubat), ambil dos secepat mungkin. Jika sudah tiba masa untuk dos seterusnya, jangan ambil dos yang terlepas dengan dos seterusnya. Anda harus kembali kepada jadual dos anda yang biasa.
- Rujuk kepada doktor atau ahli farmasi anda sebelum mengambil apa-apa ubat lain, termasuk ubat yang didapati tanpa preskripsi.

### **Adakah anda kelak sentiasa bergantung pada ubat kencing manis?**

Anda sama sekali tidak akan bergantung pada ubat-ubatan yang digunakan untuk merawat kencing manis. Ini kerap disalah tanggap oleh pesakit yang mungkin tidak menyukai idea mengambil ubat untuk jangka masa yang lama.

Cara yang betul untuk memikirkan tentang ubat kencing manis adalah sebegini: biji hanya berfungsi untuk masa tertentu. Jika anda mengambil ubat kencing manis anda hanya tiga hari dalam seminggu dan bukannya setiap hari seperti yang diarahkan, anda boleh menjangkakan gula darah anda naik tinggi pada empat hari yang anda tidak mengambil ubat tersebut.

Ubat-ubat yang digunakan untuk merawat kencing manis bertujuan untuk membantu menjaga kesihatan anda. Walau bagaimanapun, ia tidak akan berfungsi jika anda tidak mengambilnya.

Kelas Ubat Kencing manis	Bagaimana ia berfungsi	Bagaimana mengambilnya	Apa yang perlu diperhatikan
Biguanide contohnya, Metformin (Glucophage®)	Membantu badan menggunakan insulin dengan lebih berkesan dan mengurangkan jumlah gula yang dihasilkan oleh hati	Ambil biji(-biji) ubat semasa makan atau selepas makan untuk mengurangkan kesan sampingan perut.	<p>Ubat ini boleh menyebabkan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ketidakselesaan perut</li> <li>- Rasa loya</li> <li>- Muntah-muntah</li> <li>- Cirit-birit</li> <li>- Hilang selera</li> <li>- Rasa logam di dalam mulut anda</li> </ul> <p>Ini akan reda selepas badan anda membiasakan diri dengan ubat ini.</p> <p>Maklumkan doktor anda jika anda memerlukan pemeriksaan yang melibatkan suntikan pewarna atau kontras atau jika anda akan menjalani sebarang pembedahan besar. Anda mungkin perlu berhenti mengambil ubat ini untuk masa tertentu sebelum dan selepas pemeriksaan atau pembedahan tersebut.</p>

<p>Sulfonilurea contohnya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Glipizide</li> <li>- Gliclazide (Diamicon®)</li> <li>- Tolbutamide (Rastinon®)</li> <li>- Glimepiride (Amaryl®)</li> <li>- Glibenclamide (Daonil®)</li> <li>- Chlorpropamide</li> </ul>	<p>Membantu pankreas anda melepaskan lebih banyak insulin</p>	<p>Ambil biji(-biji) ubat dengan segera sebelum makan.</p> <p>Jangan terlepas atau menangguhkan makan. Kalau tidak, paras gula darah anda boleh turun ke paras terlalu rendah.</p>	<p>Ubat ini boleh menyebabkan penambahan berat badan.</p> <p>Beritahu doktor anda jika anda mempunyai keadaan genetik yang dipanggil kekurangan Glukosa-6 Fosfat Dehidrogenase (G6PD), suatu keadaan genetik di mana sel darah merah anda berpecah lebih cepat daripada yang dihasilkan.</p> <p>Minuman keras boleh menjejaskan beberapa ubat ini. Rujuk kepada ahli farmasi anda jika anda merancang untuk minum minuman keras. Contohnya, mengambil minuman keras dengan chlorpropamide meningkatkan risiko kesan sampingan seperti muka memerah dan muntah-muntah.</p>
<p>Perencat Dipeptidyl peptidase-4 (DPP-4) contohnya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Linagliptin (Trajenta®)</li> <li>- Sitagliptin (Januvia®)</li> <li>- Vildagliptin (Galvus®)</li> <li>- Saxagliptin (Onglyza®)</li> </ul>	<p>Membantu meningkatkan pelepasan insulin selepas makan dan mengurangkan jumlah gula yang dihasilkan oleh hati anda</p>	<p>Tidak kira diambil sebelum makan atau selepas makan.</p>	<p>Beritahu doktor anda dengan segera jika anda mengalami sakit perut teruk yang tidak reda. Ini mungkin tanda keradangan pankreas, keadaan yang dikenali sebagai pankreatitis.</p> <p>Gejala lain termasuk:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kesakitan, yang mungkin merebak ke belakang badan anda</li> <li>- Rasa loya dan muntah-muntah yang tidak reda</li> <li>- Demam</li> </ul>

<p>Perencat pengangkut bersama natrium-glukosa 2 (SGLT2) contohnya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dapagliflozin (Forxiga®)</li> <li>- Empagliflozin (Jardiance®)</li> <li>- Canagliflozin (Invokana®)</li> </ul>	<p>Menghalang buah pinggang daripada menyerap semula gula (glukosa) ke dalam darah, lantas meningkatkan jumlah gula yang dikeluarkan dari badan dalam air kencing</p>	<p>Ambil ubat tidak kira sebelum makan atau selepas makan.</p>	<p>Ubat ini boleh menyebabkan jangkitan kemaluan dan saluran kencing. Ini boleh dielakkan dengan menjaga kebersihan kemaluan yang baik.</p> <p>Ubat ini boleh menyebabkan tekanan darah rendah dan mengakibatkan pening. Anda boleh mencegahnya dengan bangun dari posisi duduk atau baring secara perlahan-lahan. Boleh menyebabkan tekanan darah rendah.</p> <p>Hentikan ubat dan maklumkan kepada doktor anda dengan segera jika anda mengalami:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sakit di kawasan perut atau abdomen</li> <li>- Rasa loya atau muntah-muntah yang tidak reda</li> <li>- Berasa keliru, letih atau ngantuk tanpa sebab</li> <li>- Anda mengalami kesukaran bernafas</li> <li>- Berasa sangat dahaga atau mempunyai bau buah yang manis dalam nafas anda</li> </ul>
--	---	--	---

<p>Perencat a-glukosida contohnya Acarbose (Glucobay®)</p>	<p>Ia berfungsi dengan memperlahankan pemecahan karbohidrat daripada diet kita kepada gula ringkas. Karbohidrat adalah sejenis nutrien yang terdapat dalam makanan berkanji seperti roti, mi, kentang dan nasi. Ini melambatkan penyerapan gula dan peningkatan mendadak gula dalam darah anda.</p>	<p>Ambil ubat sejurus sebelum atau dengan suapan pertama makanan.</p>	<p>Ubat ini boleh menyebabkan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ketidakselesaan perut</li> <li>- Kembang perut atau gas</li> <li>- Cirit-birit</li> </ul> <p>Ini akan kemudian bertambah baik selepas badan anda membiasakan diri dengan ubat ini.</p>
<p>Meglitinide contohnya Repaglinide (Novonorm®)</p>	<p>Membantu pankreas anda melepaskan lebih banyak insulin</p>	<p>Ambil ubat sejurus sebelum makan. Jangan terlepas atau menangguhkan makan selepas ambil ubat ini. Kalau tidak, paras gula darah anda boleh turun ke paras terlalu rendah.</p>	
<p>Thiazolidinedione contohnya Pioglitazone (Actos®)</p>	<p>Menjadikan badan anda lebih sensitif dan responsif terhadap kesan insulin. Insulin membantu mengawal paras gula darah dalam badan anda.</p>	<p>Ambil ubat sebelum makan atau selepas makan</p>	<p>Beritahu profesional penjagaan kesihatan anda jika anda mempunyai sebarang masalah jantung.</p> <p>Beritahu profesional penjagaan kesihatan anda jika anda terjatuh lebih daripada sekali dalam setahun yang lalu kerana ubat ini boleh meningkatkan</p>

			kemungkinan patah tulang
--	--	--	--------------------------

## Penafian

*Sila ambil perhatian bahawa maklumat yang diberikan di atas bukan senarai lengkap semua kemungkinan kesan sampingan. Jika anda mempunyai kebimbangan mengenai ubat atau anda mengalami kesan sampingan lain yang anda fikir disebabkan oleh ubat ini, sila dapatkan nasihat doktor atau ahli farmasi anda.*

*Jika anda mengambil lebih daripada dos yang disyorkan, sila dapatkan nasihat perubatan dengan segera. Maklumat yang diberikan di halaman ini tidak menggantikan maklumat daripada profesional penjagaan kesihatan anda. Sila rujuk kepada profesional penjagaan kesihatan anda untuk mendapatkan maklumat lanjut.*

*Rencana ini dihasilkan secara bersama oleh para anggota kumpulan kerja Maklumat Ubat Kebangsaan (NMI), dan disokong oleh Kementerian Kesihatan. Kumpulan kerja ini terdiri daripada rakan kongsi kelompok (National Healthcare Group, Sistem Kesihatan Universiti Nasional dan SingHealth), farmasi masyarakat (Guardian, Unity dan Watsons) dan Persatuan Farmaseutikal Singapura. Kandungannya tidak menggambarkan ketersediaan ubat dan maklumat bekalan di farmasi dan institusi penjagaan kesihatan. Anda dinasihatkan untuk bertanya kepada institusi-institusi berkenaan untuk mendapatkan maklumat tersebut.*