

## راهنمای مصرف متفورمین برای سالمندان

چاپ کنید و کنار جعبه دارو بگذارید؛ همراه با جدول علائم افت قند و قواعد زمان بندی مصرف

### بخش ۱ – قواعد طلایی مصرف متفورمین

☐ دارو را سر ساعت ثابت و همراه یا بعد از غذا بخورید تا دل پیچه کم شود

☐ قرص پیوسته رهش (SR/ER) را کامل ببلعید؛ نصف کردن و جویدن ممنوع

☐ هیچ وقت دوز را خودسرانه کم یا زیاد نکنید؛ تغییر دوز فقط با نظر پزشک

☐ اگر یک نوبت را فراموش کردید، دو قرص با هم نخورید؛ نوبت بعدی سر جایش

☐ دوره های بیماری (تب، اسهال، استفراغ) را به پزشک گزارش کنید؛ شاید موقتاً قطع شود

☐ قبل از سی تی اسکن با ماده حاجب، پزشک را از مصرف متفورمین خبر کنید

☐ آزمایش عملکرد کلیه (Cr) طبق نظر پزشک به طور منظم انجام شود

### بخش ۲ – جدول علائم افت قند خون و اقدام فوری

| علائم اولیه                              | علائم شدید                                | اقدام فوری                                                                             |
|------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| لرزش، تعریق سرد، گرسنگی ناگهانی، تپش قلب | گیجی، تاری دید، افتادن قدرت تکلم، بی حالی | ۳ واحد قند سریع (نصف لیوان آب میوه یا ۳ حبه قند) + استراحت + کنترل قند بعد از ۱۵ دقیقه |

**هشدار برای سالمند:** افت قند در سالمند گاهی فقط با گیجی، بی اشتهایی یا رفتار عجیب نشان می دهد نه لرزش و تعریق؛ هر تغییر رفتار تازه را به پزشک گزارش دهید. متفورمین به تنهایی به ندرت افت قند شدید می دهد، اما اگر همراه انسولین یا گلی بن کلامید است، ریسک بالاست.

### بخش ۳ – جدول ثبت قند خون هفتگی

| روز      | ناشتا (صبح) | ۲ ساعت بعد صبحانه | ۲ ساعت بعد شام | یادداشت (بی اشتهایی/اسهال/داروی جدید) |
|----------|-------------|-------------------|----------------|---------------------------------------|
| شنبه     |             |                   |                |                                       |
| یکشنبه   |             |                   |                |                                       |
| دوشنبه   |             |                   |                |                                       |
| سه شنبه  |             |                   |                |                                       |
| چهارشنبه |             |                   |                |                                       |
| پنجشنبه  |             |                   |                |                                       |
| جمعه     |             |                   |                |                                       |

**نکته:** این دفترچه را در هر ویزیت به پزشک نشان دهید؛ الگوی قند خانه، مهم ترین ابزار تنظیم دوز متفورمین است. مصرف مکمل B12 دوره ای را با پزشک بررسی کنید؛ مصرف طولانی متفورمین می تواند B12 را کم کند.

پرستار آموزش دیده پایش قند و داروی سالمند در منزل – کرج و البرز

0764 767 0912

فرم ثبت درخواست آنلاین در سایت hilahealth.com

tel: 09127670764 | hilahealth.com

هیلا هلت | خدمات پرستاری و پزشکی در منزل کرج و البرز