

တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤပၤဆၢကသံၣ်ကသီ GI အကျိၤအကွၢ်တဖၣ်အဂီၢ် (ပၣ်ဃုာ်ဒီး တၢ်ကွၢ်သမံသမိးပျံၣ်ပှၢ်)

ကလၢ် ၁ ဆံၣ်ဆၢတၢ်ဆါ

- ဖဲတၢ်ကတိၢ်တၢ်တၢ်အံၣ်ဆါအခါ-
 - ပတုၣ်ဃာ် တၢ်အီၣ်အဝံၤအံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်
 - မၤစၢၤလီၤမုၢ်ဟါလီၤ အံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်ပူၤအဆၢဖးယံာ် 50% တက့ၢ်
- တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဆိဃာ် တၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤလၢ **ဂံၤခိၣ်**-
 - ပုၤဆါမုၢ်ဆဲးဃာ် အံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်ပူၤအဆၢဖးယံာ် လၢဂံၤခိၣ်န့ၣ် ဆဲး 50% လၢန့ၣ်နီၢ်ဆဲး တချုးတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤ ဒီးဆဲးအဂၢၤ 50% ဖဲတၢ်ကွၢ်သမံသမိးဝံၤအလီၢ်ခိၣ်တက့ၢ်.
- တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဆိဃာ် တၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤလၢ **12 မုၢ်ထူၣ်အလီၢ်ခိၣ်**-
 - တၢ်မုၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဆိဃာ် တၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤလၢ မုၢ်ဆါခိၣ်, ဒီးပုၤဆါမုၢ်ဆဲးအံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်ပူၤအဆၢဖးယံာ် လၢမံၤအဆၢကတီၢ်န့ၣ် ဆဲးဘၣ် 50% ဖဲမုၢ်န့ၣ်တချုးတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤအမုၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.
 - ဂီၤခိၣ်တၢ်တၢ်အဆၢန့ၣ် မုၢ်အါန့ၣ် 180 ဖဲတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤအမုၢ်န့ၣ်တက့ၢ်ဆဲးအါထီၣ် အံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်ပူၤအဆၢဖးယံာ် 10% တက့ၢ်
 - ပုၤဆါမုၢ်ဆဲး အံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်ပူၤအဆၢဖးယံာ် လၢဂံၤခိၣ်န့ၣ် မၤစၢၤလီၤကသံၣ် 50% တက့ၢ်
- ပုၤဆါတဖၣ် ကဘၣ်ဆဲးကွၢ်အံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ် ဖဲတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤဝံၤအလီၢ်ခိၣ် ခဲ ဖဲအဝဲသ့ၣ်အံၣ်ဆါတၢ်အံၣ်ဆါန့ၣ်လီၤ.

ကလၢ် ၂ ဆံၣ်ဆၢတၢ်ဆါ

- ပတုၣ်ဃာ် ကသံၣ်ကသီလၢလၢ်တဖၣ် ဖဲတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤတက့ၢ်- metformin, glimepiride, glipizide, glyburide, DPP4s
- ပတုၣ်ဃာ် SGLT2i ဒ်တၢ်နီၣ်လိအသိး အစၢၤကတၢၢ် 3 သီအဆိတက့ၢ် (ကွၢ်စရိလၢလၢ်)
- ပတုၣ်ဃာ် တနွံတဘျီ GLP-1 agonists 7 သီတချုးတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤတက့ၢ်
 - စူးကါ အံၣ်ဆါလၢၣ်တက့ၢ်ပူၤအဆၢဖးယံာ် ဒီးသန့သးလၢအယၢဖီခိၣ် တနံၤတဘျီ ဖဲပတုၣ်ဃာ်တနွံတဘျီ GLP-1 agonists (Glargine 10 units, or Glargine 0.4 units/kg) အခါတက့ၢ်
 - သမံသမိး သွံၣ်ပူၤအဆၢကိးမုၢ်န့ၣ်ဒဲး (ReliON မီနီထၢၣ်တဖၣ် အိၣ်လၢ Walmart, Amazon အိၣ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်ဝံၤလီၤ \$20 အဖီလၢ) တက့ၢ်
- ပတုၣ်ဃာ်တနံၤတဘျီ GLP-1 agonists ဖဲတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤအမုၢ်န့ၣ်လီၤခိၣ်တက့ၢ်

SGLT2i စရိဒီး တၢ်ပတုၣ်အဆၢကတီၢ်တဖၣ်

ကသံၣ်အမံၤမိၢ်ပှၢ်	ကသံၣ်အပုၣ်အမံၤ	ပတုၣ်ဃာ်တချုးတၢ်ကွၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိၣ်ပူၤ
Bexagliflozin	Brenzavvy	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Canagliflozin	Invokana	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Canagliflozin + Metformin	Vokanamet	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Dapagliflozin	Forxiga, Edistride	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Dapagliflozin + Metformin	Ebymect / Xigduo	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Dapagliflozin + Saxagliptin	Qtern	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Empagliflozin	Jardiance	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Empagliflozin + Metformin	Synjardy	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Empagliflozin + Linagliptin	Glyxambi	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Empagliflozin + Linagliptin + Metformin	Trijardy XR	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)
Ertugliflozin	Steglatro	ပတုၣ်ဃာ် 4 သီ (96 န့ၣ်ရံၣ်)
Ertugliflozin + Metformin	Segluromet	ပတုၣ်ဃာ် 4 သီ (96 န့ၣ်ရံၣ်)
Ertugliflozin + Sitagliptin	Steglujan	ပတုၣ်ဃာ် 4 သီ (96 န့ၣ်ရံၣ်)
Sotagliflozin	Inpefa	ပတုၣ်ဃာ် 3 သီ (72 န့ၣ်ရံၣ်)

သးဖျဉ်ကသိပ်ကသိတဖန်

- ပတုန်ဃာ် 3 သီ လၢ SGLT2i (ကွၢ်စရီလၢထး) အဂီၢ်တက့ၢ်
 - တၢ်ပတုန်ဃာ်ကသိပ်န့ၣ် တလိာ်သးဖျဉ်ကသိပ်သရၣ်အတၢ်တူၢ်လိာ်ဟ့ၣ် ပျဲဘၣ်. မ့ၢ်လၢတၢ်န့ၣ်မ့ၢ် American College of Cardiology အတၢ်ဟ့ၣ် ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး တချုးတၢ်ဟ့ၣ်ကသိပ်သးသပုၤအပိန့ၣ်လီၤ.

ကသိပ်မၤဘုသ့ၣ်တဖန်

**နမ့ၢ်ဘၣ်အီၤ ကသိပ်မၤဘုသ့ၣ်အါန့ၢ် (1) ခါန့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆဲးကျိးနကသိပ်သရၣ်လၢအန့ၣ်န့ၣ်ကသိပ်အံၤ ဒ်သးကဆၢတၢ် တၢ်ပတုန်အဆၢကတီၢ်တဖန်အဂီၢ် န့ၣ်လီၤ*

- ပတုန်ဃာ် 5 သီ
 - Aggrenox, Brilinta, Coumadin (Warfarin, Jantoven), Effient, Heparin (Enoxaparin), Plavix (Clopidogrel), Pletal, Ticlid
- ပတုန်ဃာ် 3 သီ
 - Angiomax, Argatroban, Bivalirudin, Cilostazol, Lepirudin, Pradaxa, Xarelto
- ပတုန်ဃာ် 2 သီ
 - Eliquis (Apixiban)
- ပတုန်ဃာ် 12 သီ
 - Lovenox

သ့ၣ်တၢ်ဆိပ်သနးကသိပ်ကသိတဖန်

- Diuretics
 - ကဘၣ်ဆဲးကျိး ကသိပ်သရၣ်လၢအန့ၣ်လီၤနကသိပ် လၢကဆၢတၢ်တၢ်ပတုန်အဆၢကတီၢ်တဖန်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ

တၢ်အိၣ်ကသိပ်ကသိတဖန်

- ပတုန်ဃာ် 7 သီ တချုးတၢ်မၤအကျိၤအကွၢ်တက့ၢ်
- Phentermine, Wegovy, Ozempic, ဒ်န့ၣ်တဖန်

သ့ၣ်ဂံၢ်ဝဲကသိပ်ကသိတဖန်

- ပတုန်ဃာ် 7 သီ တချုးတၢ်ကွဲးကွဲးယါဘျါတက့ၢ်
- ပတုန်ဃာ် ညှိသီတၢ်အိၣ်ခဲလၢာ် (Omega-3 ဖဲးတံအဲးစ့) တက့ၢ်

ဘိၣ်တၢ်မိၣ်တဖန်

- အီသုဘၣ်ဆၣ် မ့ၢ်ပုၤဃုာ် ထးဂံၢ်တမံၤမဲၤန့ၣ် ပတုန်ဃာ်အီၤ 5 သီအဆိတက့ၢ်

ကသိပ်ကသိတဖန်လၢ တၢ်အီၤအီၤသ့ၣ်လၢ ထံတဖ်း ဖဲးဂီၤခိတချုး-

- Ace Inhibitors (သ့ၣ်ထီၣ်ဒီးသးဖျဉ်ကသိပ်တဖန်) (the -prils ... benazepril, captopril, enalapril, lisinopril ဒ်န့ၣ်တဖန်)
- Angiotensin receptor blockers (ကသိပ်မၤစၢၤလီၤသ့ၣ်ထီၣ်ဒီး ဒီးသဒါသးဖျဉ်ဒီးကလ့ၢ်) (the -sartans ... Losartan (Cozaar), Olmesartan (Benicar) ဒ်န့ၣ်တဖန်)
- Beta blockers (ကသိပ်မၤစၢၤသးဖျဉ်တၢ်စိာ်ဒီး သ့ၣ်ထီၣ်) (the -lols ... carvedilol, labetalol, metoprolol, propranolol ဒ်န့ၣ်တဖန်)
- Beta blockers ဃုာ်ဒီး diuretic (bisoprolol/ hydrochlorothiazide, metoprolol/ hydrochlorothiazide, atenolol/chlorthalidone ဒ်န့ၣ်တဖန်).
- Calcium channel blockers (ကသိပ်မၤဃာ်သးဖျဉ်တၢ်စိာ်တဖန်)
- Glucocorticoids
- Alpha blockers (Cardura, Flomax, ဒ်န့ၣ်တဖန်)
- Alpha-2 agonists (Clonidine, ဒ်န့ၣ်တဖန်)
- သဲးစ့ကသိပ်ကသိတဖန်
- Anti-arrhythmics (Digoxin, ဒ်န့ၣ်တဖန်)
- Statins
- ကသိပ်တြီတၢ်ထီၣ်တဖန်
- ကလံၤကျိၤကသိပ်ကသိတဖန်, ကသိပ်သါန့ၣ်တဖန်
- ကဖုအဲးစ့ထီၣ်က့ၤဆူ ကလံၤကျိၤကသိပ်ကသိတဖန်
- ကသိပ်ကူၤစါသးဂ့ၢ်ဝီတဖန်
- တၢ်ဆါအုၣ်ထုးယံာ်ထၢကသိပ်ဒီး ကသိပ်ကူၤစါတၢ် ကိာ်တၢ်ဂီၤတဖန်
- ကသိပ်တြီနီၢ်ခိအတၢ်ဆိပ်ထုးထီၣ် နီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤလၢ တၢ်ကွဲးကွဲးထၢန့ၣ်အီၤ
- Tylenol/acetaminophen
- Aspirin – 81mg မ့တမ့ၢ် 325mg