



سلطنة عمان  
وزارة الصحة  
مكتب وكيل الوزارة للشؤون الصحية  
دائرة الإستخدام الرشيد للدواء

# مريض السكري و أدويته في رمضان







سلطنة عمان  
وزارة الصحة  
مكتب وكيل الوزارة للشؤون الصحية  
دائرة الإستخدام الرشيد للدواء

رمضان كريم

Ramadan Kareem

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# مريض السكري في شهر رمضان

شهر رمضان الذي انزل فيه القرآن، ذلك الشهر الفضيل الذي أوجب الله تعالى فيه على المسلمين الصيام، قال الله تعالى: ﴿يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون﴾.

## هل يمكن لمرضى السكري الصيام؟

يمكن لمرضى السكري الصيام ولكن بعد موافقة الطبيب.

## ماهي أنواع أدوية السكري؟

✱ أدوية السكري لمرض السكري من النوع الأول ( المعتمد على الأنسولين ).

✱ أدوية السكري لمرض السكري من النوع الثاني ( غير المعتمد على الأنسولين ).

## ماهي أهم المضاعفات التي يتعرض لها مريض السكري أثناء الصيام في شهر رمضان؟

✱ ارتفاع السكر في الدم.

✱ انخفاض السكر في الدم.

✱ الجفاف.

✱ حدوث تجلط الدم.

## ماهي الأمور الواجب تحديدها لتساعدك على معرفة مدى مقدرتك على الصيام والتي يجب أيضا مناقشتها مع طبيبك قبل شهر رمضان؟

\* عدد المرات التي حدث فيها هبوط شديد في سكر الدم خلال الأشهر الثلاثة الماضية قبل بداية رمضان وهل إستوجبت تدخل شخص آخر في المساعدة.

\* مدى استقرار وتذبذب مستوى السكر في الدم بين ارتفاع وانخفاض متكرر.

\* مدى الشعور بمعرفة اعراض الهبوط وهي التعرق والدوخة والشعور بالجوع الشديد وتشويش الرؤية.

\* المقدرة على التحكم والسيطرة على السكري لفترات طويلة.

\* عدد مرات الغيبوبة بسبب مضاعفات السكري في الأشهر الثلاثة التي سبقت شهر رمضان.

\* معرفة نوع مرض السكري المصاب به هل من النوع الأول أو من النوع الثاني.

\* تحديد إذا كنت مصابا بأعراض حادة مثل ارتفاع في درجة الحرارة أو صداع في الرأس أو أيضا أي أمراض مزمنة أخرى غير السكري كالضغط وغيره.

\* تحديد إذا كنت تعاني من مشاكل صحية أخرى في الكلى أو الكبد أو أي إعتلال في الشرايين أو أمراض في القلب.

\* تحديد بعض المعلومات الخاصة كالعمر، الحمل، الرضاعة، تناول أدوية أخرى، تناول أدوية عشبية، كيفية المعيشة (مفرد أو عائلية).

# ماهي الأمور الواجب اتباعها لمنع حدوث مضاعفات أثناء الصيام؟

- \* استشر الطبيب والصيدلي لتنظيم أخذ أدويةك في شهر رمضان.
- \* قبل شهر رمضان قم بمراجعة الطبيب وذلك ليتم تحديد مدى قدرتك على الصيام ومن ثم يتم تعديل العلاج والجرعات إذا لزم الأمر.
- \* عند الإفطار يتم البدء بتناول السكريات البسيطة كحبتين إلى ثلاث حبات تمر أو تناول نصف كوب من العصير الطبيعي ومن ثم اتباعها بالكربوهيدرات مثل الخبز والأرز وتجنب الأطعمة المشبعة بالدهون الحارقة وأيضاً تجنب الإكثار من ملح الطعام.
- \* التقليل من التعرض المباشر أثناء الصوم لأشعة الشمس والحرارة الزائدة لتفادي الجفاف ونقص السوائل.
- \* الحرص على شرب كمية كافية من الماء في الليل وعند تناولك للدواء.
- \* عدم التوقف أو تغيير جرعة العلاج من تلقاء نفسك.
- \* مراقبة مستوى السكر في الدم عدة مرات أثناء النهار قبل وجبة الإفطار وبعد ٢ إلى ٣ ساعات من الإفطار وقبل السحور وذلك لضبط جرعة الأنسولين ومنع حدوث نقص أو ارتفاع السكر في الدم ويتم تحديد عدد مرات القياس حسب إرشادات الفريق الطبي المعالج.
- \* اتباع السنة المحمدية وذلك بتعجيل الفطور وتأخير السحور وذلك لتحسين نظام أخذ الدواء وأيضاً لتفادي الهبوط والجفاف أثناء فترة الصوم.

## ماهي قراءة مستوى السكر في الدم التي توجب على مريض السكري الإفطار؟

\* يتوجب على مريض السكري الإفطار إذا كانت قراءة مستوى السكر في الدم كالاتي:

\* إذا كان مستوى السكر في الدم أقل من ٣,٩ مليمول / لتر في أي وقت من الصيام (هبوط مستوى سكر الدم).

\* إذا كان مستوى السكر في الدم ٣,٩ مليمول / لتر في بداية الصيام وكان المريض من المرضى الذين يتناولون أي نوع من أنواع الأنسولين أو ممن يتناولون الحبوب الخاصة بالسكري من مجموعة السلفوناميد يوريا sulphonylureas.

\* إذا كان مستوى السكر في الدم أكثر من ١٦,٧ مليمول / لتر (ارتفاع مستوى سكر الدم).



# كيفية اخذ ادوية السكري في شهر رمضان

## أدوية السكري لمرض السكري من النوع الأول

| نوع الانسولين                            | اسم الانسولين المعتمد<br>مؤسسات وزارة الصحة                                          | كيفية اخذ الدواء<br>قبل شهر رمضان   | كيفية اخذ الدواء في شهر رمضان                                                                                             |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| انسولين متوسط او<br>انسولين طويل المفعول | انسولين ان جي التقي (إيزوفان)<br>100 وحدة/مل<br>Isophan (NPH) Insulin<br>100 unit/ml | مرة واحدة في اليوم                  | مرة واحدة في اليوم عند وقت الافطار مع خفض<br>الجرعة بنسبة 15 - 30% ويتم ذلك بعد استشارة<br>الطبيب                         |
|                                          | انسولين جلارجين 100 وحدة/مل<br>Glargine Insulin<br>100 unit/ml                       | مرتان في اليوم<br>في الصباح والمساء | مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الافطار وتؤخذ<br>جرعة المساء وقت السحور مع خفضها بنسبة 50% ويتم<br>ذلك بعد استشارة الطبيب |

| نوع الانسولين           | اسم الانسولين<br>المقعد لأمراض<br>وزارة الصحة                                                      | كيفية اخذ الدواء قبل شهر<br>رمضان                         | كيفية اخذ الدواء في شهر رمضان                                                                                                                                        |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| انسولين قصير<br>المفعول | انسولين منتظم اكر ارايد<br>محلول صافي 100 اوحده / مل<br>Regular Actaprid<br>insulin<br>100 unit/ml | مرة واحدة في اليوم<br>مرتان في اليوم<br>في الصباح والمساء | مرة واحدة في اليوم عند وقت الافطار<br>مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الافطار وتؤخذ<br>جرعة المساء وقت السحور مع خفضها بنسبة 25 - 50%<br>ويتم ذلك بعد استشارة الطبيب |
|                         | انسولين ليسبر ومحلول<br>صافي 100 اوحده / مل<br>Insulin lispro<br>100 unit/ml                       | ثلاث مرات في اليوم<br>في الصباح ووقت الظهر وفي المساء     | مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الافطار وتؤخذ<br>جرعة المساء وقت السحور مع خفضها بنسبة 25 - 50%<br>وتحذف جرعة الظهر ويتم ذلك بعد استشارة الطبيب                      |
|                         | انسولين اسبارت محلول<br>صافي 100 اوحده / مل<br>Insulin Aspart<br>100 unit/ml                       |                                                           |                                                                                                                                                                      |

| نوع الانسولين               | اسم الانسولين المعتمد لمؤسسات وزارة الصحة                                                                                        | كيفية اخذ الدواء قبل شهر رمضان                     | كيفية اخذ الدواء في شهر رمضان                                                                                                              |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| انسولين مخلوط متوسط المفعول | انسولين مخلوط (منتظم وان بي انش) (30% / 70%) معلق 100 وحدة/ مل<br>Insulin mixed (regular & NPH) suspension (30%/70%) 100 unit/mL | مرة واحدة في اليوم                                 | مرة واحدة في اليوم عند وقت الافطار                                                                                                         |
|                             | انسولين مخلوط اسبرارت معلق (50% / 50%) 100 وحدة/ مل<br>Insulin mixed aspart suspension (50%/50%) 100 unit/mL                     | مرتان في اليوم في الصباح والمساء                   | مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الافطار وتؤخذ جرعة المساء وقت السحور مع خفضها بنسبة 25 - 50% ويتم ذلك بعد استشارة الطبيب                   |
|                             | انسولين مخلوط ليسبرو معلق (50% / 50%) 100 وحدة/ مل<br>Insulin mixed lispro suspension (50% / 50%) 100 unit/mL                    | ثلاث مرات في اليوم في الصباح ووقت الظهر وفي المساء | مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الافطار وتؤخذ جرعة المساء وقت السحور مع خفضها بنسبة 25 - 50% وتُحذف جرعة الظهر ويتم ذلك بعد استشارة الطبيب |

| الجموعة<br>الدوائية                         | اسم الدواء<br>المتعدد المؤسسات<br>وزارة الصحة | كيفية اخذ الدواء قبل شهر<br>رمضان                     | كيفية اخذ الدواء في شهر<br>رمضان                                                                               |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مجموعة<br>البيجوانايد<br>Biguanide<br>group | ميثفورمين ٥٠٠ ملجم<br>Metformin<br>500mg      | مرة واحدة في اليوم                                    | مرة واحدة في اليوم عند وقت الافطار                                                                             |
|                                             |                                               | مرتان في اليوم<br>في الصباح والمساء                   | مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الافطار وتؤخذ<br>جرعة المساء وقت السحور ويتم ذلك بعد استشارة<br>الطبيب         |
|                                             |                                               | ثلاث مرات في اليوم<br>في الصباح ووقت الظهر وفي المساء | مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت السحور وتؤخذ<br>جرعتي الظهر والمساء وقت الافطار ويتم ذلك بعد<br>استشارة الطبيب |

| <p>الجموعة<br/>الدوائية</p>       | <p>اسم الدواء<br/>المقصد لتؤسسات<br/>وزارة الصحة</p> | <p>كيفية اخذ الدواء قبل<br/>شهر رمضان</p>   | <p>كيفية اخذ الدواء في شهر رمضان</p>                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>مجموعة السلفانيل<br/>يوربا</p> | <p>جليكلازيد 80 ملجم<br/>Gliclazide 80 mg</p>        | <p>مرة واحدة في اليوم</p>                   | <p>مرة واحدة في اليوم عند وقت الإفطار مع احتفالية<br/>خفضها في حال استقرار قراءة مستوى السكر في<br/>الدم ويتم ذلك بعد استشارة الطبيب</p>                                       |
| <p>مجموعة السلفونيل<br/>يوربا</p> | <p>جليميريد 2 ملجم<br/>Glimeptide 2 mg</p>           | <p>مرتان في اليوم<br/>في الصباح والمساء</p> | <p>مرتان بحيث تؤخذ جرعة الصباح وقت الإفطار وتؤخذ<br/>جرعة المساء وقت السحور مع احتفالية خفضها في<br/>حال استقرار قراءة مستوى السكر في الدم ويتم ذلك بعد<br/>استشارة الطبيب</p> |
|                                   | <p>جليبنكلاميد 5 ملجم<br/>Glibenclamide 5 mg</p>     |                                             |                                                                                                                                                                                |

| الجموعة<br>الدوائية    | اسم الدواء<br>المتعدد لمؤسسات<br>وزارة الصحة | كيفية اخذ الدواء قبل<br>شهر رمضان | كيفية اخذ الدواء في شهر رمضان      |
|------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| مجموعة مثبطات<br>DDP-4 | سيتاجليبتين ١٠٠ ملجم<br>Sitagliptin 100 mg   | مرة واحدة في اليوم                | مرة واحدة في اليوم عند وقت الافطار |

| الجموعة<br>الدوائية                              | اسم الدواء<br>المتمند لؤسسات<br>وزارة الصحة                                  | كيفية اخذ الدواء قبل<br>شهر رمضان                              | كيفية اخذ الدواء في شهر رمضان                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| مجموعة<br>الببتيد المشابه<br>للجلوكاجون<br>GLP-1 | ليراجلوتايد 6 ملجم / مل<br>(حقنة)<br>Liraglutide<br>6 mg / mL<br>(injection) | تؤخذ كحقنة بجرعة 1.2 الى 1.8<br>ملجم مرة واحدة يوميا في أي وقت | تؤخذ كحقنة بجرعة 1.2 الى 1.8 ملجم مرة واحدة<br>يوميا عند الافطار ولكن إذا حصلت أي مضاعفات<br>كحدوث غثيان يتم خفض الجرعة بعد استشارة<br>الطبيب |

### References:

- Diabetes and Ramadan :A Challenge and an Opportunity ?Dr Mohamed Hassanein, International Diabetes federatio (www.idf.org)
- Drug Therapy during Holy Month of Ramadan ,Yousef Alomi ,Ministry of Health Saudi Arabia, updated 2018 ([https://www.researchgate.net/publication\\_325146277/Update\\_-2018\\_Drug\\_Therapy\\_during\\_Holy\\_Month\\_of\\_Ramadan](https://www.researchgate.net/publication_325146277/Update_-2018_Drug_Therapy_during_Holy_Month_of_Ramadan))

# الجدول اليومي لقياس مستوى السكر في الدم لمرضى السكري خلال شهر رمضان

| التاريخ    | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|------------|--------------------------|---------------------|
| ١<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٣<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |



| التاريخ    | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|------------|--------------------------|---------------------|
| ٤<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٥<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٦<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٧<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|            | بعد السحور               |                     |
|            | الظهر                    |                     |
|            | قبل الإفطار              |                     |
|            | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

| التاريخ     | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|-------------|--------------------------|---------------------|
| ٨<br>رمضان  | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٩<br>رمضان  | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٠<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١١<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

| التاريخ     | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|-------------|--------------------------|---------------------|
| ١٢<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٣<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٤<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٥<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

| التاريخ     | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|-------------|--------------------------|---------------------|
| ١٦<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٧<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٨<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ١٩<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

| التاريخ     | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|-------------|--------------------------|---------------------|
| ٢٠<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢١<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢٢<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢٣<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

| التاريخ     | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|-------------|--------------------------|---------------------|
| ٢٤<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢٥<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢٦<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢٧<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

| التاريخ     | وقت فحص مستوى السكر      | مستوى السكر في الدم |
|-------------|--------------------------|---------------------|
| ٢٨<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٢٩<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |
| ٣٠<br>رمضان | قبل السحور               |                     |
|             | بعد السحور               |                     |
|             | الظهر                    |                     |
|             | قبل الإفطار              |                     |
|             | بعد الإفطار من ٢-٣ ساعات |                     |

































بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



