

MyCARE

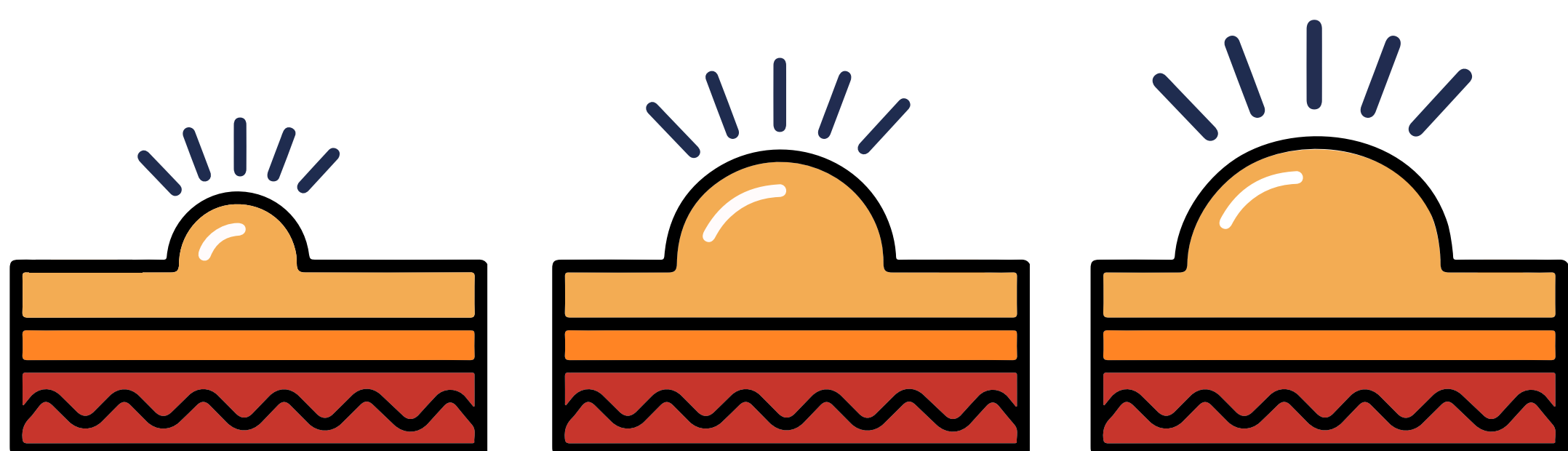
With me, every step of the way



“ इंजेक्शन की जगह बदलने के महत्त्व को समझने के बाद, आइए यह जानें कि लिपोहाइपरट्रॉफी क्या है और इसका पता आप कैसे लगा सकते हैं ”

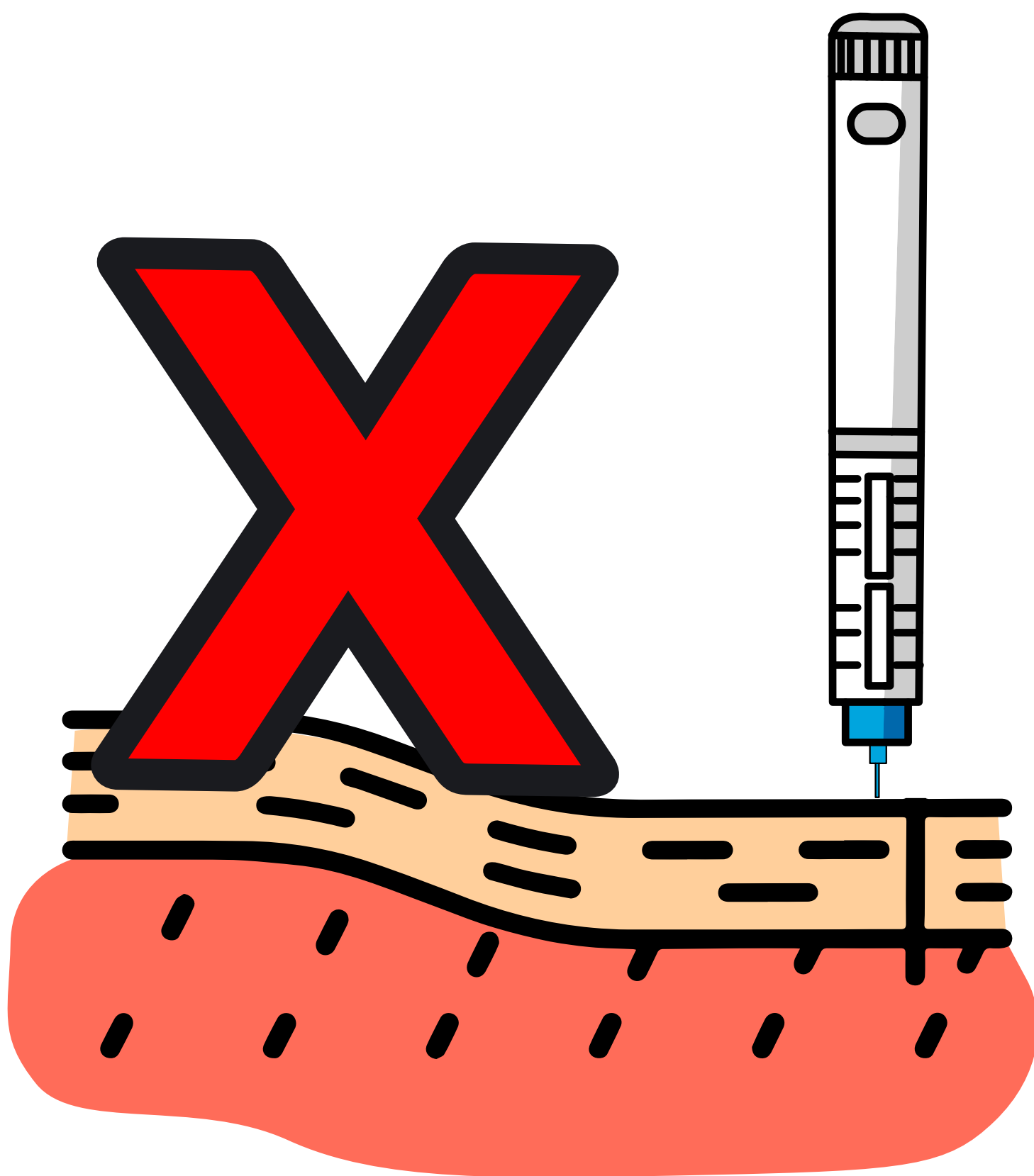


लिपोहाइपरट्रॉफी (LIPO) वसा की
एक असामान्य जमावट है, जो त्वचा की
सतह के ठीक नीचे बनती है। इस जगह की
त्वचा गद्गदेदार और सख्त हो जाती है, जो
बाकी के शरीर से बिल्कुल अलग महसूस
होती है। ऐसा तब होता है, जब त्वचा के
किसी एक ही हिस्से पर लगातार बहुत
समय तक इंजेक्शन लिया जाता है।

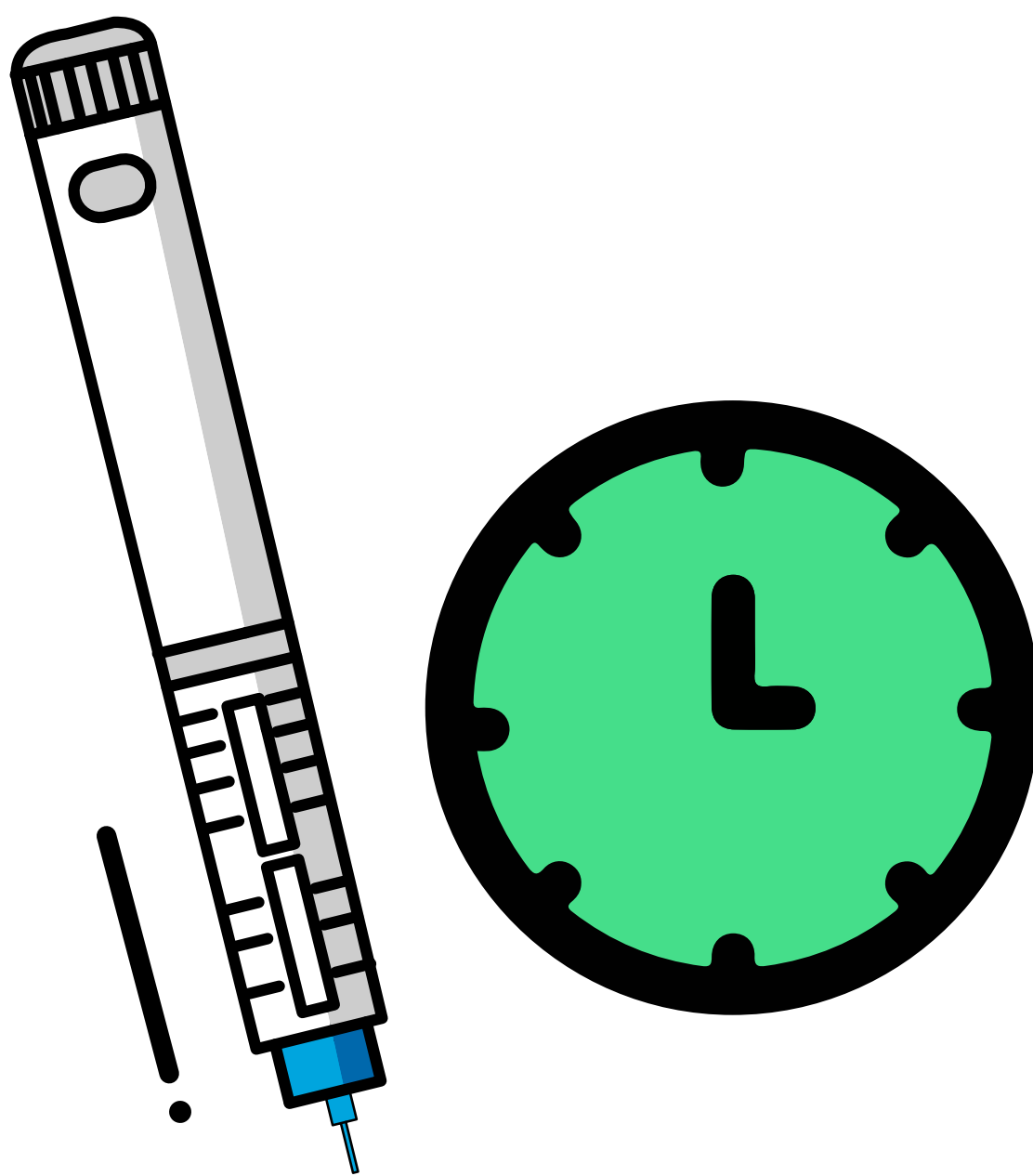


**सूचना: लिपो साइट्स पर दर्द महसूस करने की संवेदनशीलता कम हो जाती है।
यही इसका लक्षण या संकेत है।**

लिपोज़ के कारण इंस्युलिन अच्छी तरह काम नहीं करता। जब त्वचा के नीचे गट्ठे बन जाते हैं और इसी जगह पर इंस्युलिन का इंजेक्शन लिया जाता है तो इंस्युलिन अच्छी तरह शरीर में अपशोषित नहीं होता।



इसका मतलब, इंस्युलिन के अपशोषण में अधिक समय लगता है, जिसके कारण रक्त में ग्लूकोज़ का स्तर बढ़ जाता है या फिर बहुत जल्दी इसका अपशोषण हो जाता है, नतीज़ा हाइपोग्लायसीमिया हो सकता है।



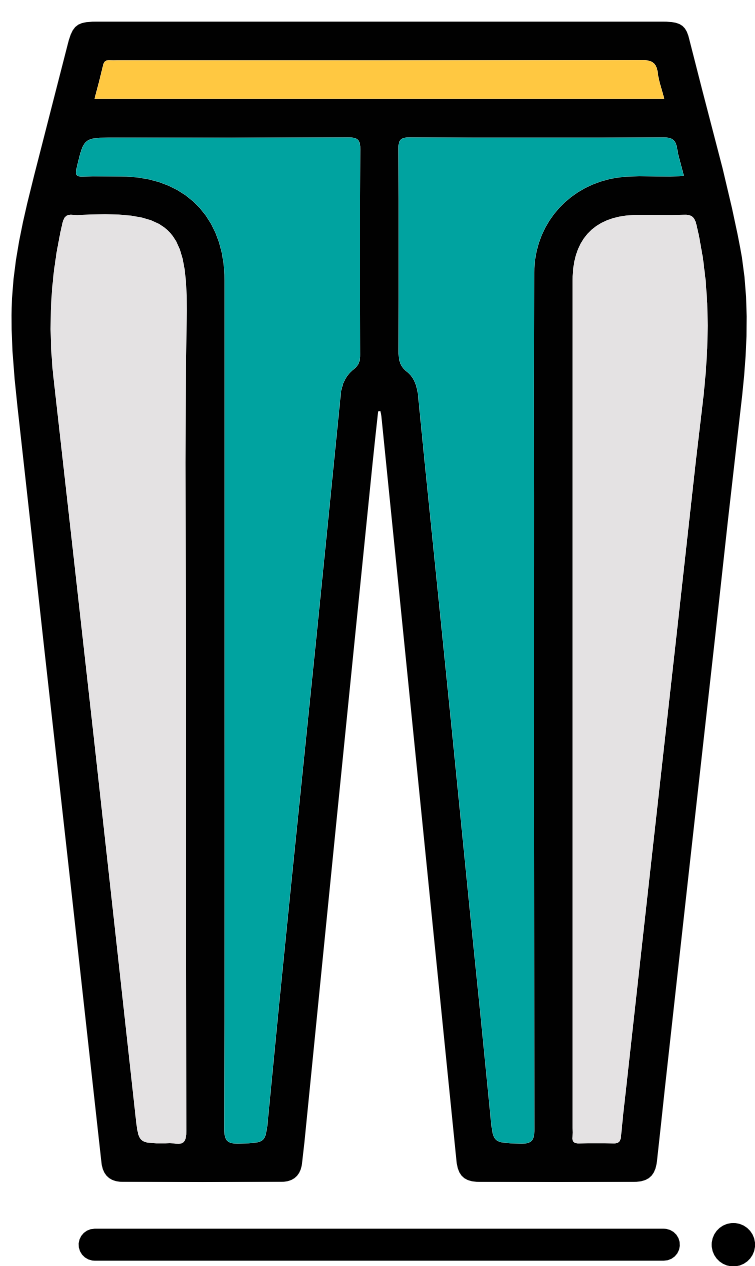
लिपो की जमावट के लिए इंजेक्शन
की साइट की **जांच नियमित रूप से
करना ज़रूरी है।**



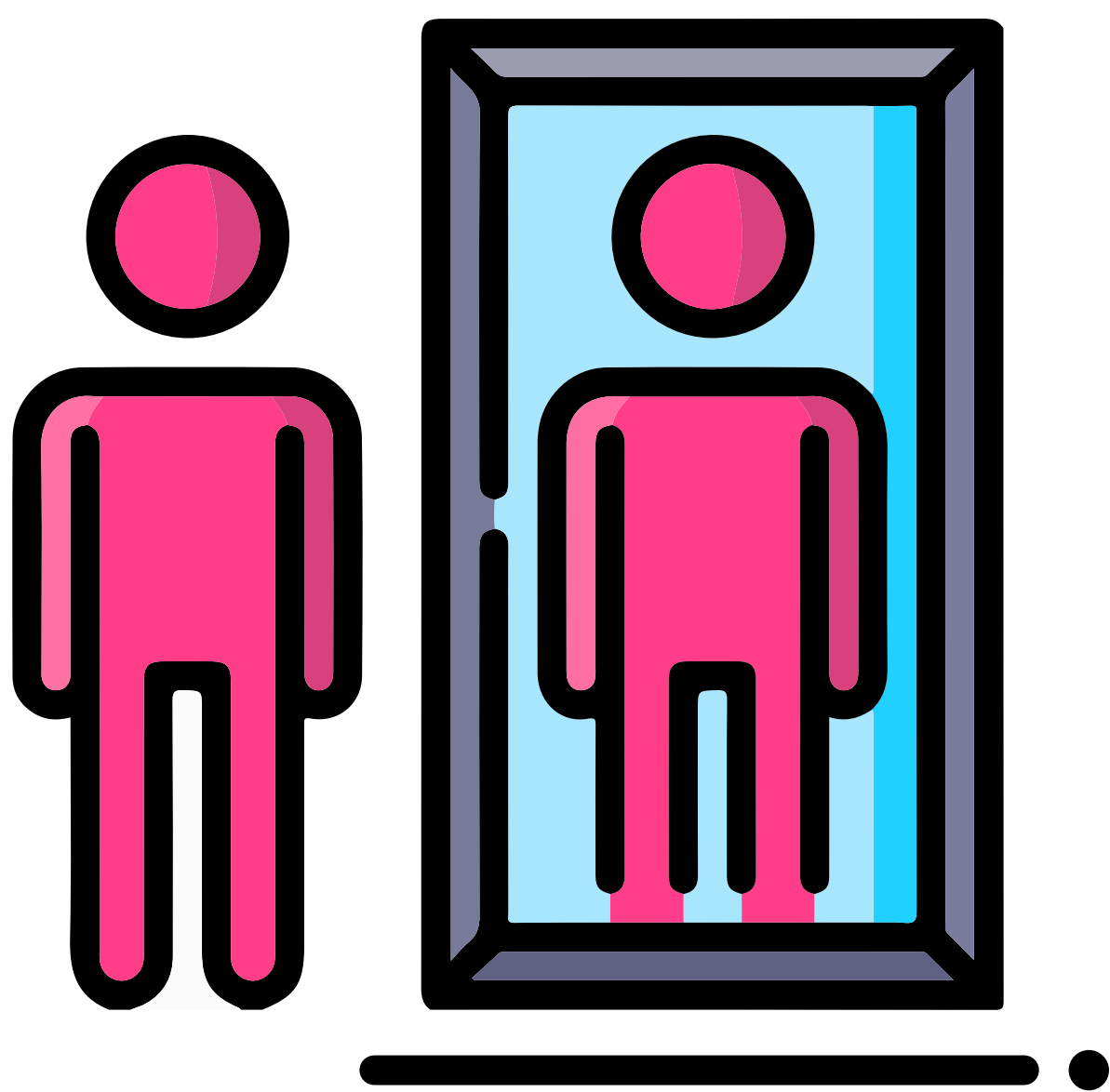


लिपो की
जमावट का
पता कैसे लगाएं ?

इंजेक्शन लेने वाली जगह के आसपास
और इस पर **मौजूद कपड़ों को**
अलग कर दें।



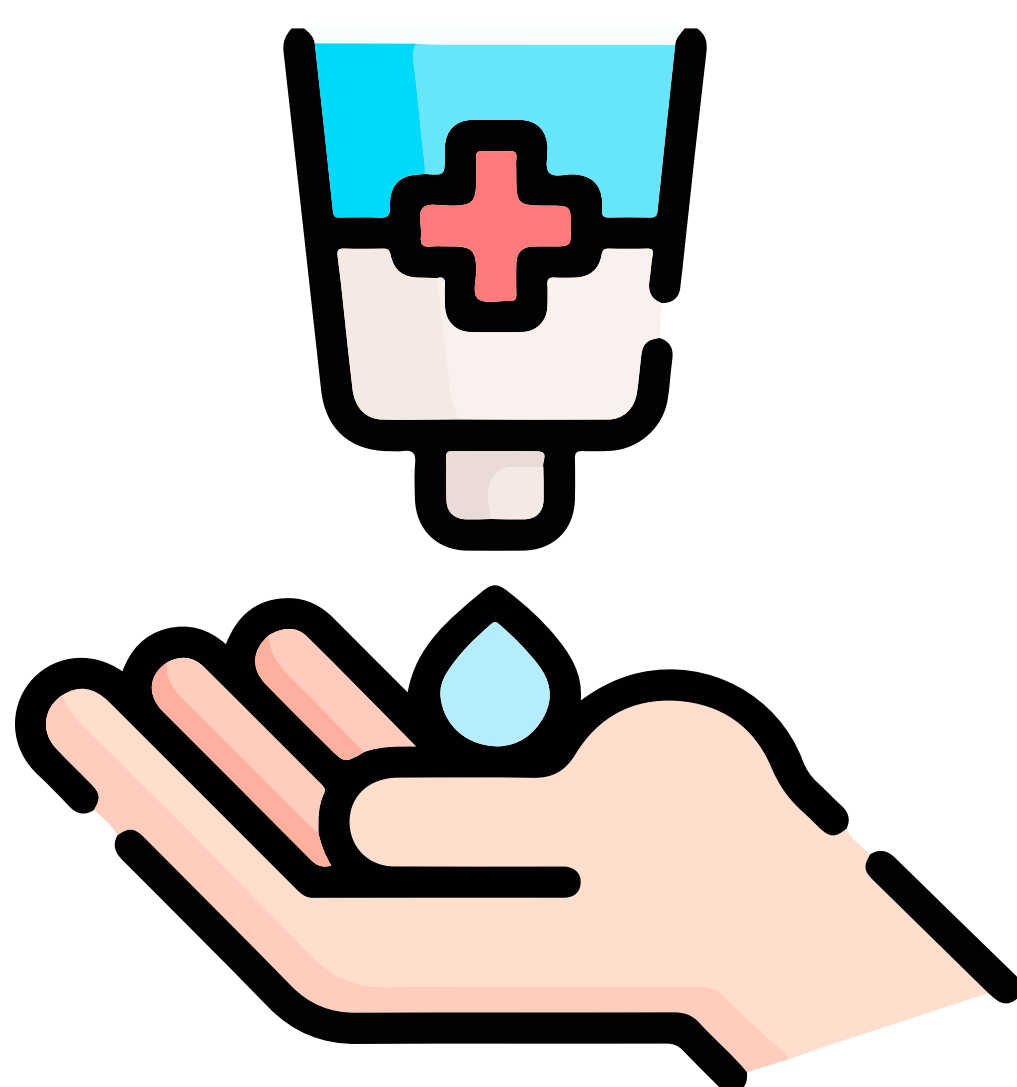
अपने-आप को आदमकद आइने
के सामने खड़े रहकर देखें।



इंजेक्शन साइट के दोनों तरफ अपनी दो उंगलियां रखकर, इन्हें गोलाकार स्थिति में इसके आसपास घुमाए। साथ ही, चर्बी की परत में नीचे की तरफ गहराई तक ज़ोर से दबाएं।

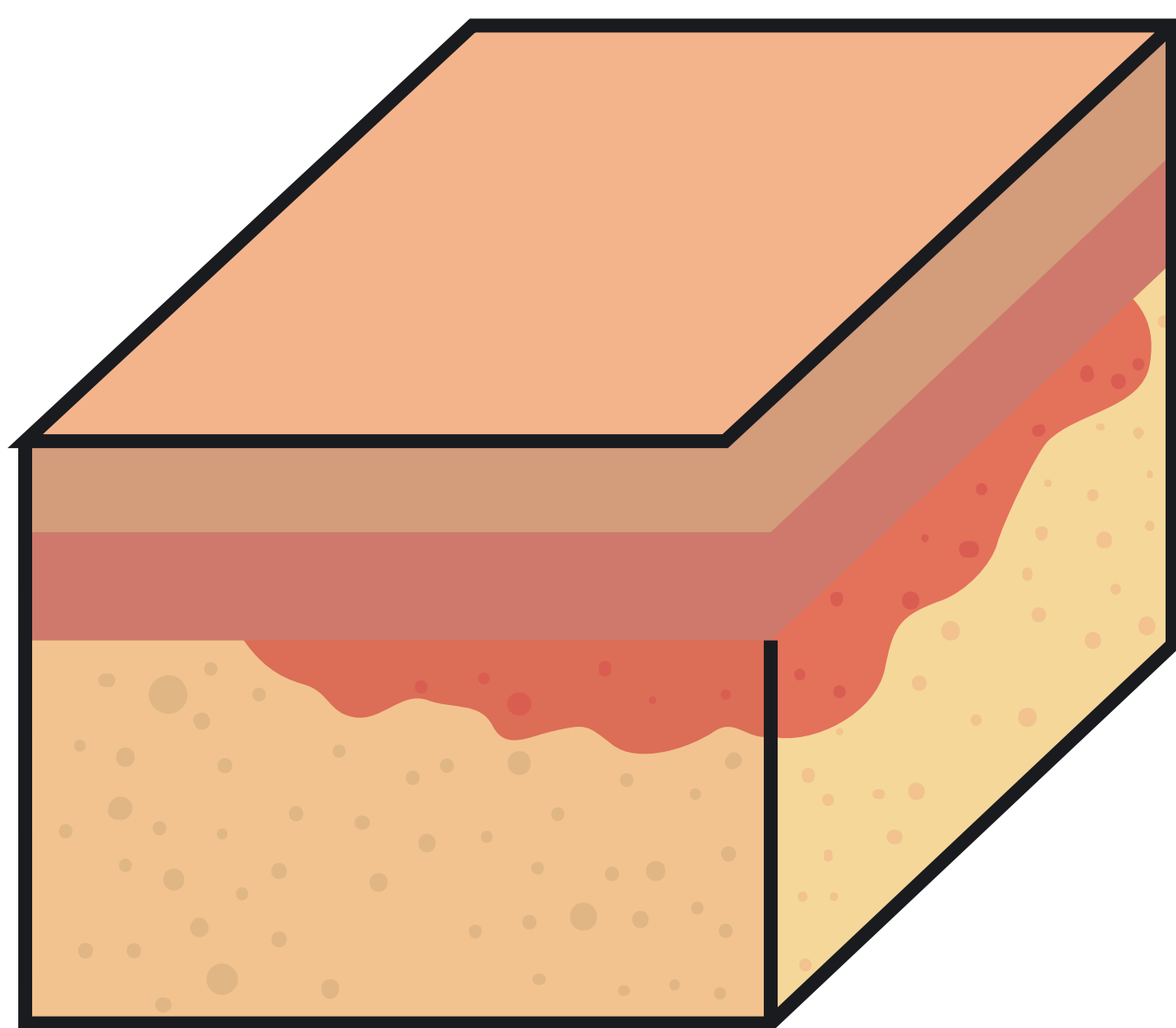


यदि आप जांच वाले हिस्से पर जैल
या मॉइश्चराइज़र लगाएंगे तो **आप**
यह जांच आसानी से और आरामसे
कर सकेंगे।

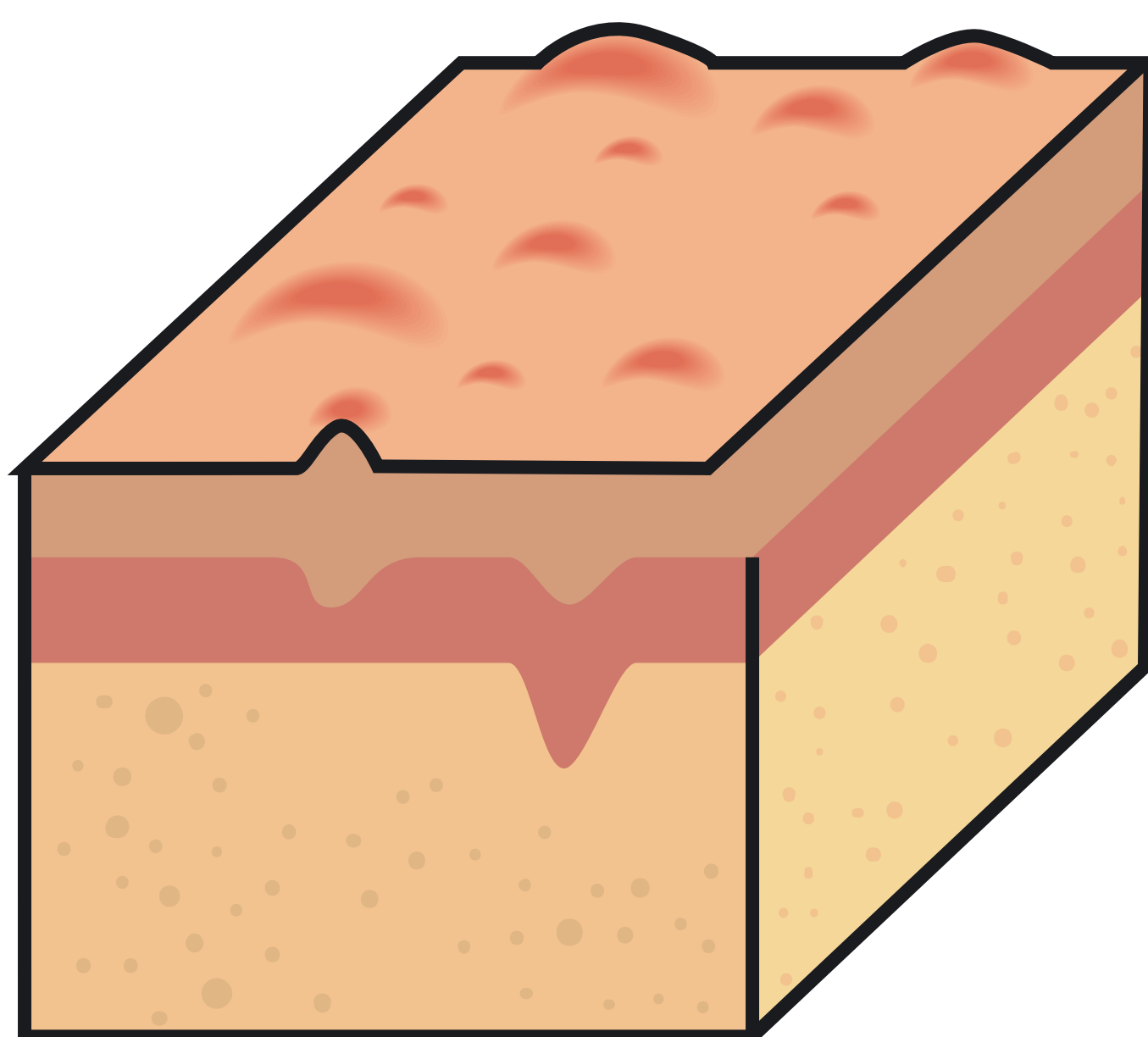


सूचना: आप चाहें तो नहाते समय यह जांच तब कर सकते हैं,
जब त्वचा पर साबुन लगा हो।

यदि लिपो की जमावट नहीं है, तो आपकी
उंगली त्वचा के नर्म फ़ैट टिशू तक पहुंचेगी,
बशर्ते आपके टिशू स्वस्थ हों।



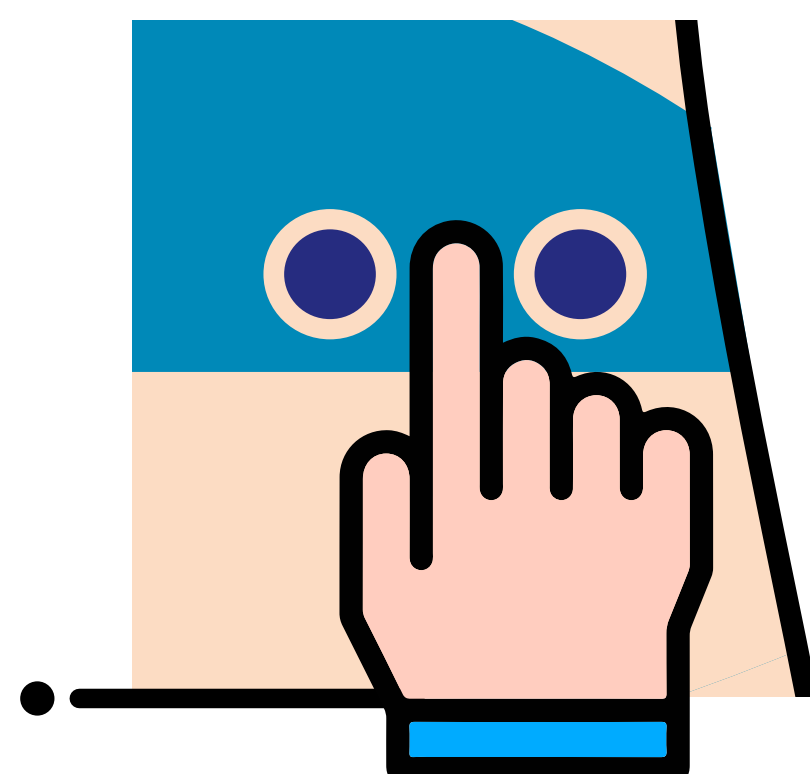
यदि त्वचा के नीचे लिपो की जमावट
मौजूद होगी, तो उंगलियों को एक सख्त/
रबर जैसे टिशू महसूस होंगे।



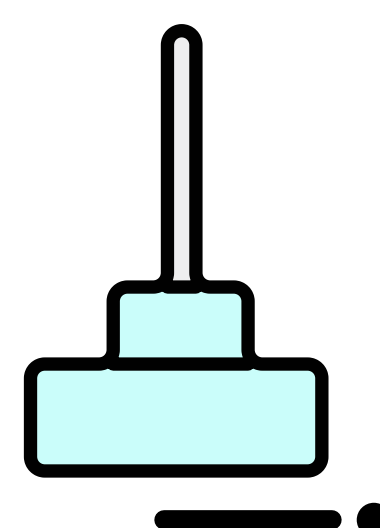


लिपोहाइपरट्रॉफी की रोकथाम

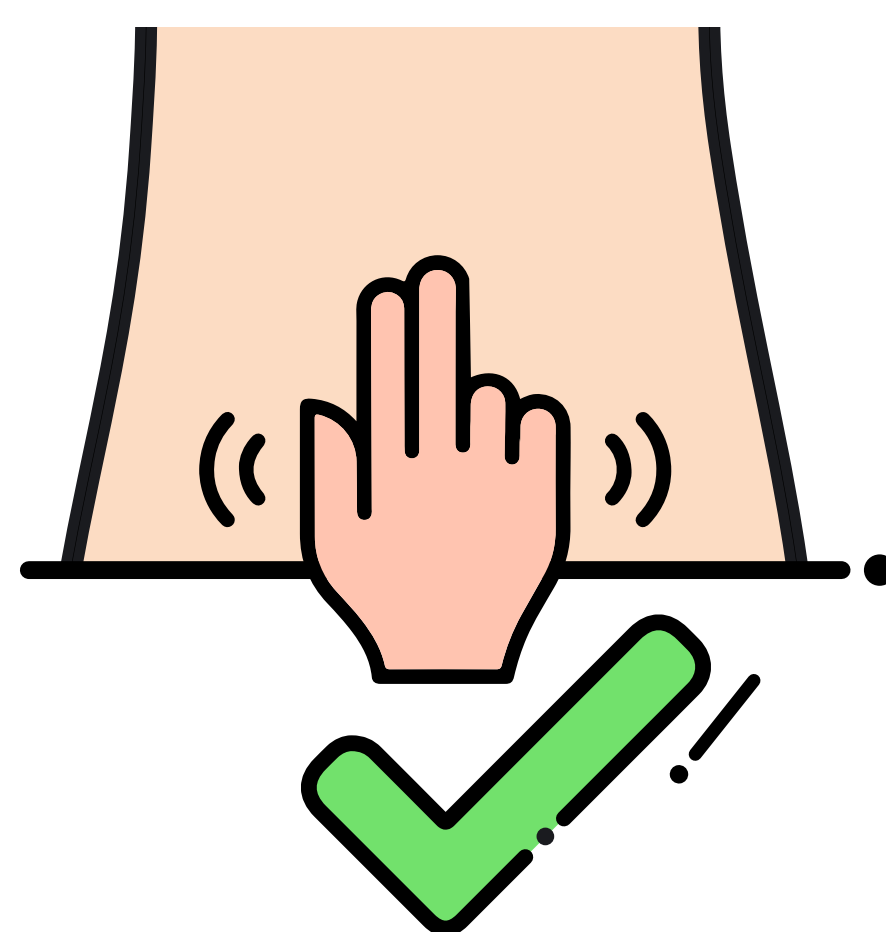
बार-बार एक ही जगह पर
इंजेक्शन न लगाएं और साइट
रोटेशन (जगह बदलना)
करते हैं। अपने पहले इंजेक्शन
ली गई जगह से एक उंगली की
दूरी पर अगला इंजेक्शन लें।



हो सके तो एक नीडल
एक ही बार इस्तेमाल करें।



नियमित रूप से इंजेक्शन
वाली जगह पर
गट्ठों की जांच करते रहें।

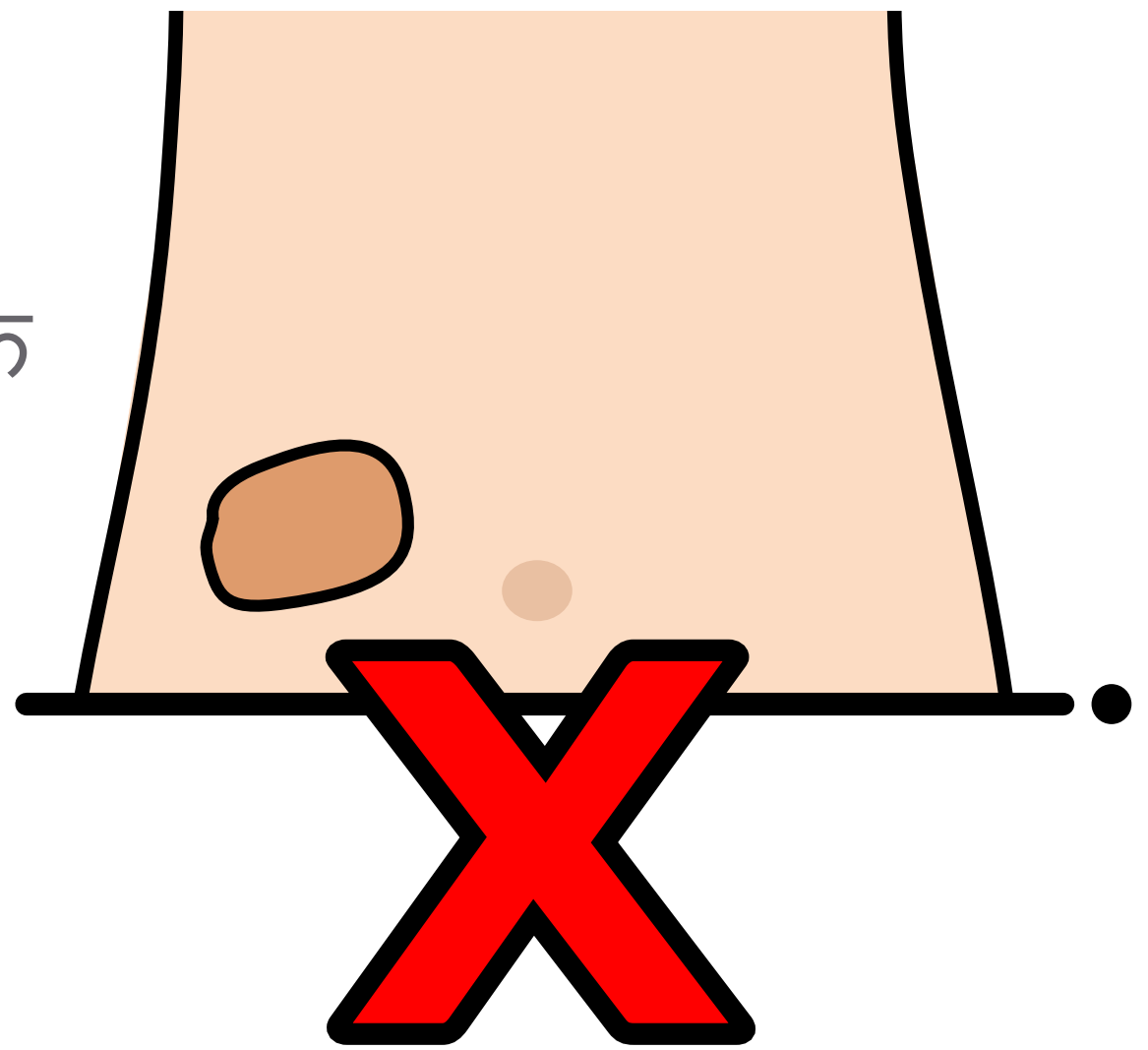




यदि
लिपोहाइपरट्राॅफी
हो तो क्या करें?

तब तक उसी हिस्से पर
इंजेक्शन न लगाएं,

जब तक यह पूरी तरह ठीक
न हो जाए। इसे ठीक होने
2 से 3 महीने तक लग
सकते हैं।



यदि इंजेक्शन ली जा रही
जगह पर आपको कोई गद्ढा,
बम्प या सूजन दिखाई दे
तो तुरंत अपने डॉक्टर या
MyCARE डाय्याबिटीज़
एज्युकएटर को तुरंत सूचित करें।



“ अधिक जानकारी के लिए अपने डॉक्टर
या अपने **MyCARE** डायबिटीज़
एज्युकएटर से सम्पर्क करें। ”





With me, every step of the way

Reference

1. Gentile, S., Guarino, G., Giancaterini, A., Guida, P., Strollo, F., & AMD-OSDI Italian Injection Technique Study Group (2016). A suitable palpation technique allows to identify skin lipohypertrophic lesions in Insulin-treated people with Diabetes. SpringerPlus, 5, 563.
<https://doi.org/10.1186/s40064-016-1978-y>
2. Diabetes.co.uk . Lipohypertrophy - Injections and Lumpy Skin (2019). Available at
<https://www.Diabetes.co.uk/conditions/lipohypertrophy.html>
3. Tandon N, Kalra S, Balhara YPS, et al. Forum for Injection Technique and Therapy Expert Recommendations, India: The Indian Recommendations for Best Practice in Insulin Injection Technique, 2017. Indian J Endocrinol Metab. 2017;21(4):600-617. doi:10.4103/ijem.IJEM_97_17

Issued in Public Interest by



The guide/presentation/content/literature is for general information, guidance and educational purposes only and is not complete or exhaustive. The guide /presentation/content/literature is not intended or implied to replace or substitute any current practice and or advice/guidance/diet provided by healthcare professionals. This guide/presentation/content/literature does not constitute any treatment/therapy/medication/diet/opinions for any patients who are on diabetes medication, the patients are required to prior consult their healthcare professional before acting on any change on treatment/therapy/ medication/diet and/or opinions. USV Private Limited makes no representations as to accuracy, completeness, correctness, suitability or validity of any information contained in this guide/presentation/content/ literature and will not be liable for any losses, injuries or damages arising from its use.

