

MyCARE

With me, every step of the way



“ হাইপ’গ্লাইচেমিয়াৰ
ক্ষেত্ৰত, তৎক্ষণাত চিকিৎসা
আৰম্ভ কৰিব লাগে ”



মাত্র

15-15

চিকিৎসা
নিয়ম

মানি চলক

পদক্ষেপ 1

15 গ্রাম দ্রুত ক্রিয়াশীল
কার্ব'হাইড্রেট সেবন করক



15 গ্রাম কার্ব'হাইড্রেট প্রায় 3 চামুচ
চেনি / গ্লুকোজ বা প্রায় 4 গ্লুকোজ
টেবলেট হয়



পদক্ষেপ ২

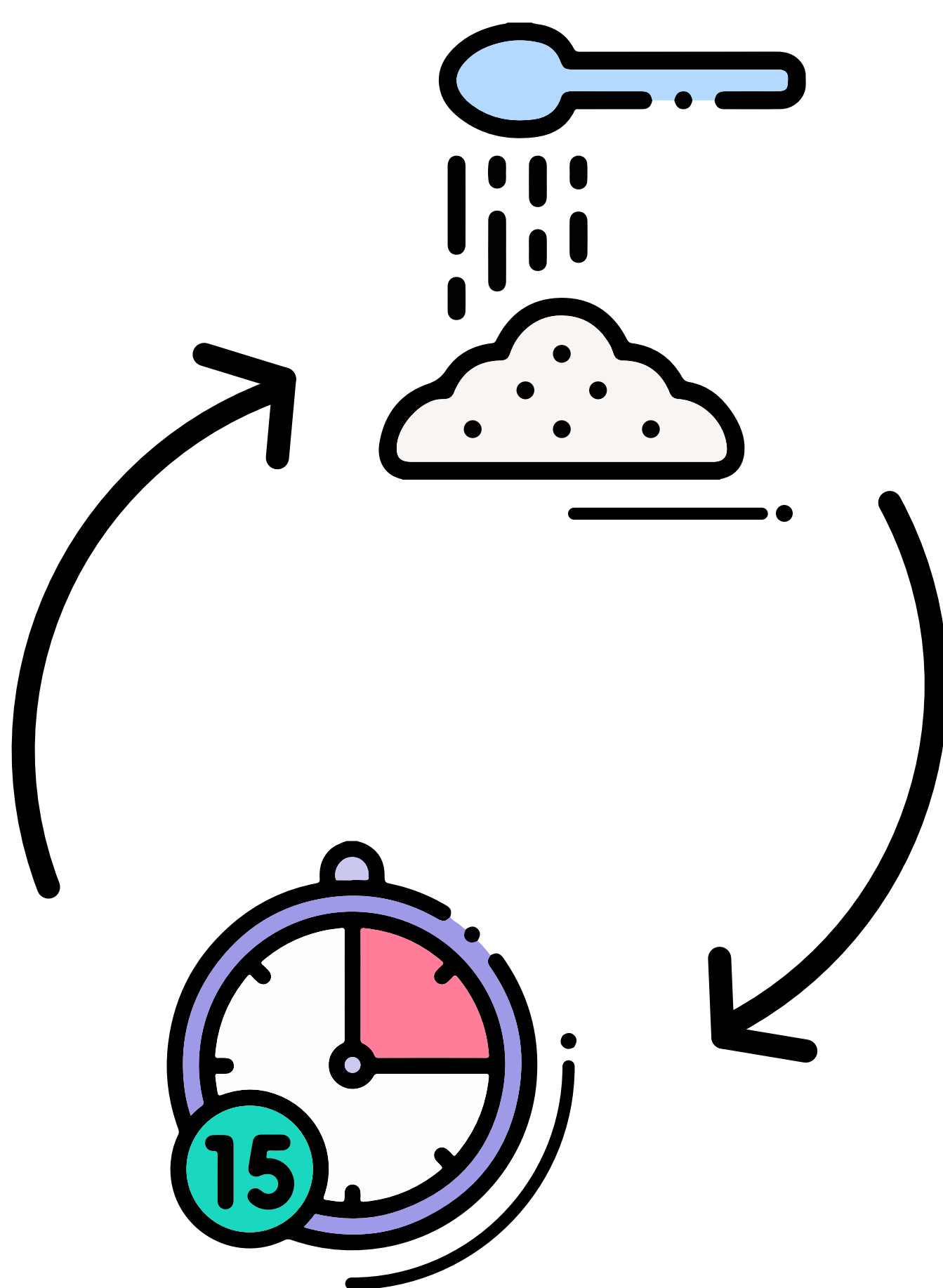
15 মিনিটলৈকে অপেক্ষা কৰক,

আৰু তাৰ পিছত আকৌ তেজৰ

গ্লুকোজৰ মাত্ৰা পৰীক্ষা কৰক



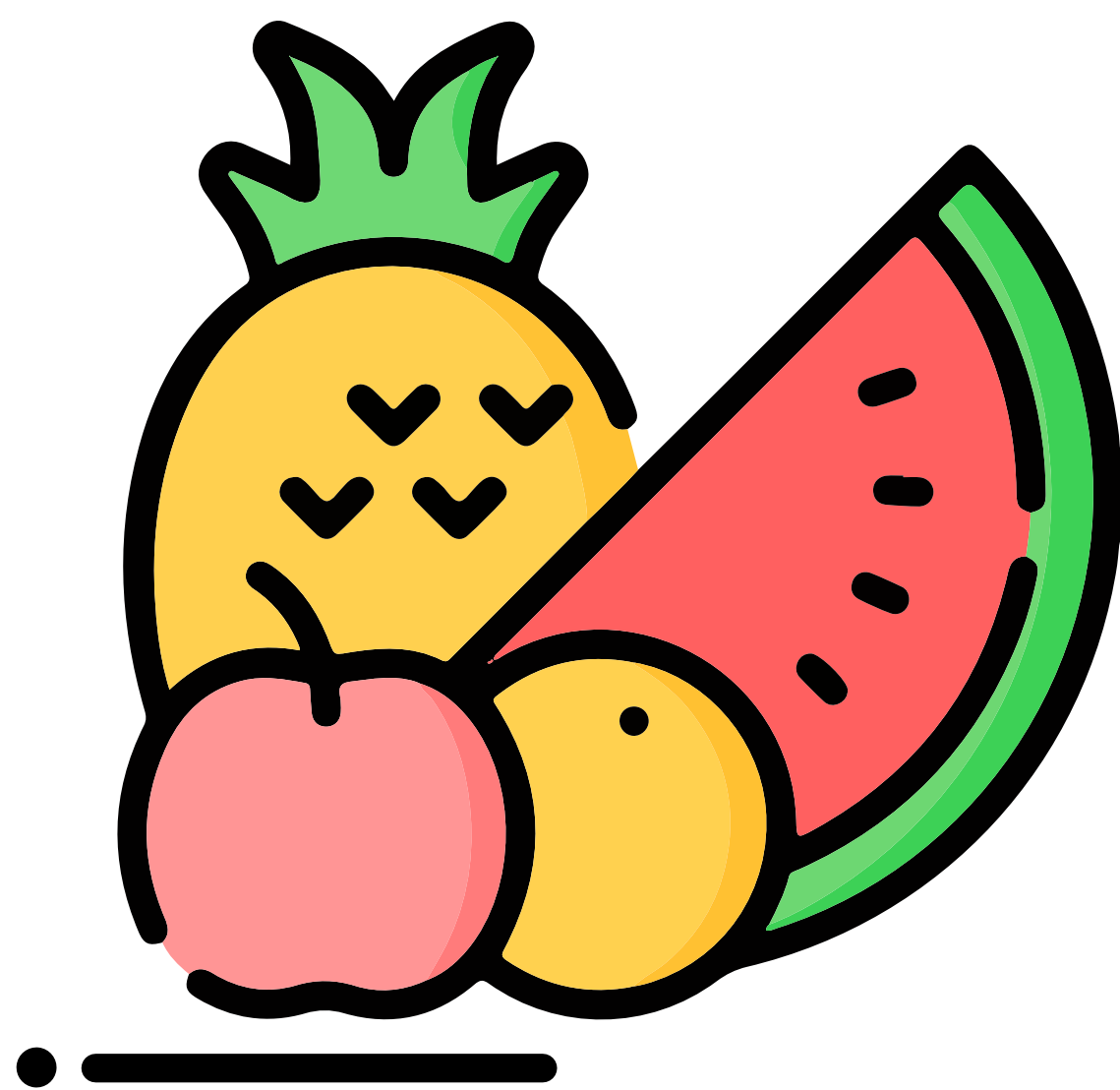
যদি তেজৰ গ্লুকোজৰ মাত্ৰ এতিয়াও
<70 মিলিগ্ৰাম / ডেচিলিটাৰ হয়,
একেটা চিকিৎসাৰ পুনৰাবৃত্তি কৰক ।



মনত ঝাখিবলগীয়া
কিছুমান গুৰুত্বপূৰ্ণ
সতৰ্কতা



তেজৰ গ্লুকোজৰ মাত্ৰা >70 মিলিগ্ৰাম /
ডেচিলিটাৰ হ'লে বাদাম, পনীৰ / কণীৰ
মোনা আদিৰ দৰে **কাৰ্ব'হাইড্ৰেট আৰু
প্ৰটিন সমৃদ্ধ স্নেক / আহাৰ খাব লাগে,**
যাতে হাইপ'গ্লাইচেমিয়া পুনৰ দেখা নাযায় ।



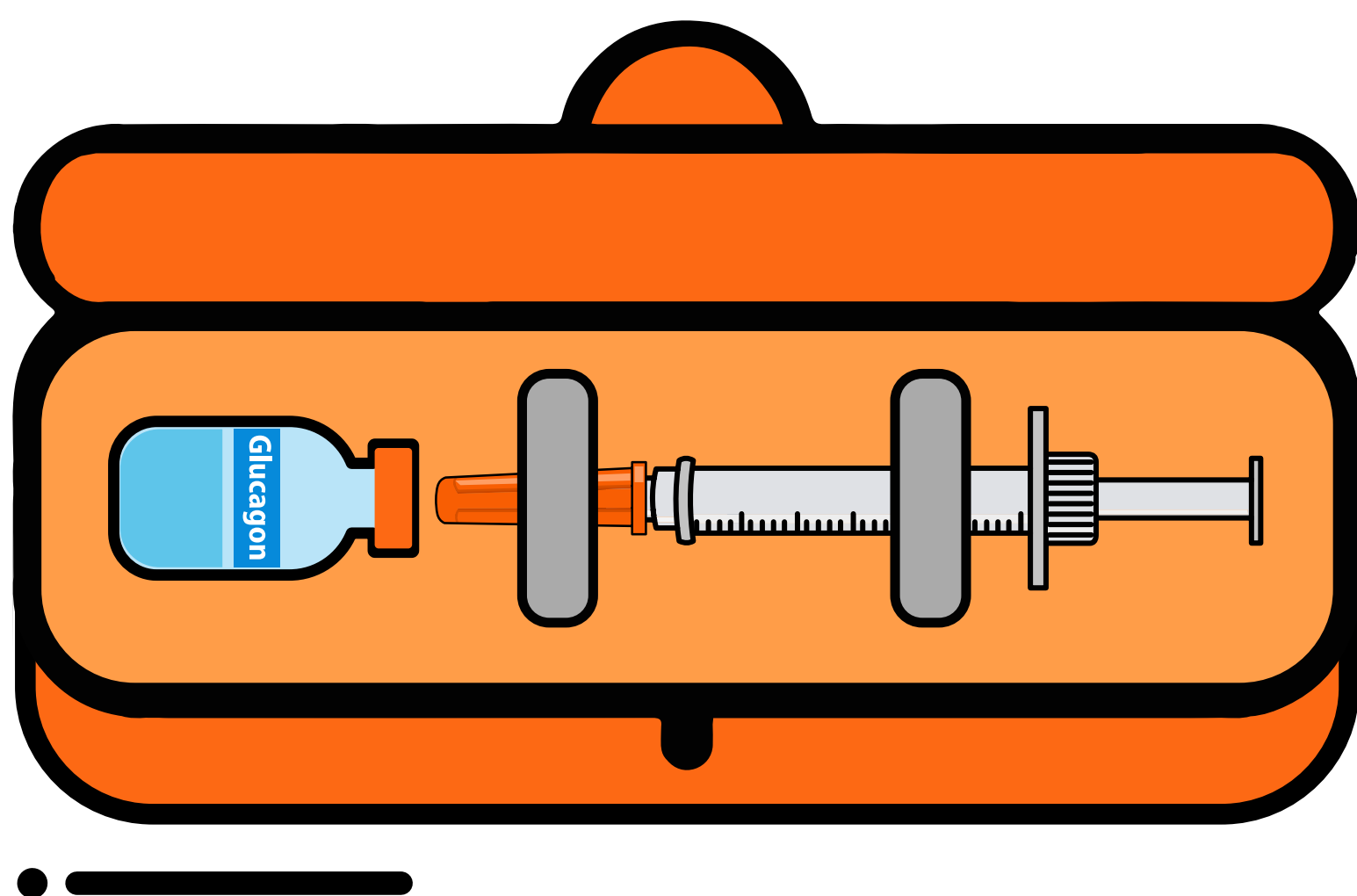
কেতিয়াও হাইপ'গ্লাইচেমিয়াক
ফেটী আহাৰৰ সৈতে সঠিক নকৰিব
যেনে ধৰক আইচক্ৰীম, চকলেট, ভাৰতীয়
মিঠাই, বা ডেজাৰ্টৰ দৰে চৰ্বিযুক্ত খাদ্যৰ
সৈতে হাইপ'গ্লাইচেমিয়া আদি, কাৰণ
তেওঁলোকে তেজৰ গ্লুকোজৰ মাত্ৰা বৃদ্ধি
কৰিবলৈ সময় ল'ব ।



যদি আপোনাক তেজৰ গ্লুকোজ কম হোৱাৰ
বাবে অচেতন অৱস্থাত পোৱা যায়, তেন্তে
আত্মীয় বা যত্ন লোৱা লোকক **মুখত একো
নিদিয়াৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ** ক'ব লাগিব
আৰু আপোনাক ওচৰৰ চিকিৎসালয়লৈ লৈ
যাবলৈ ক'ব লাগিব ।

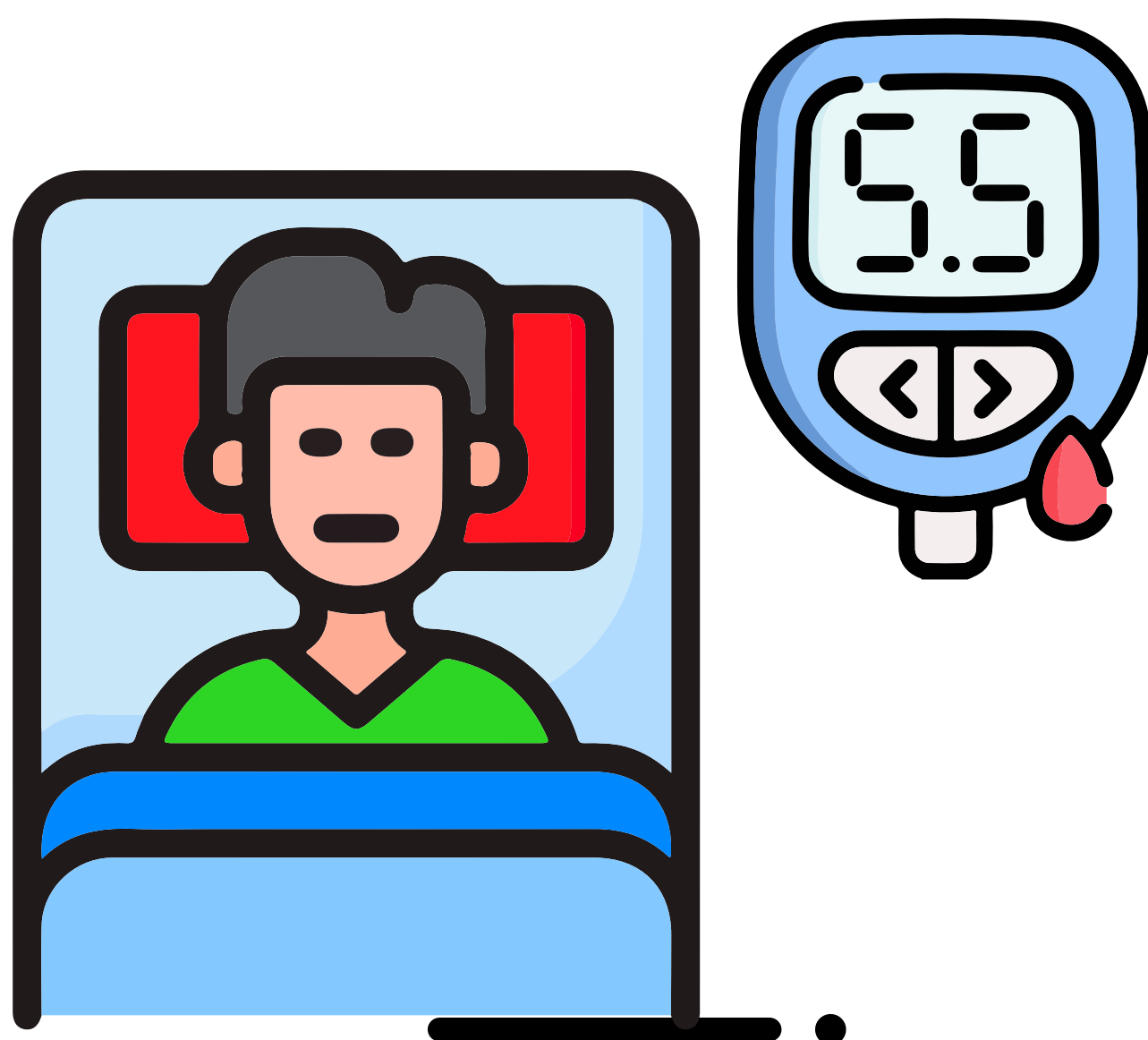


নতুবা, গুৰুতৰ হাইপ'গ্লাইচেমিয়াৰ
চিকিৎসাৰ বাবে আপুনি গ্লুকেগ'ন
বেজী ঘৰতে ৰাখিব পাৰে ।

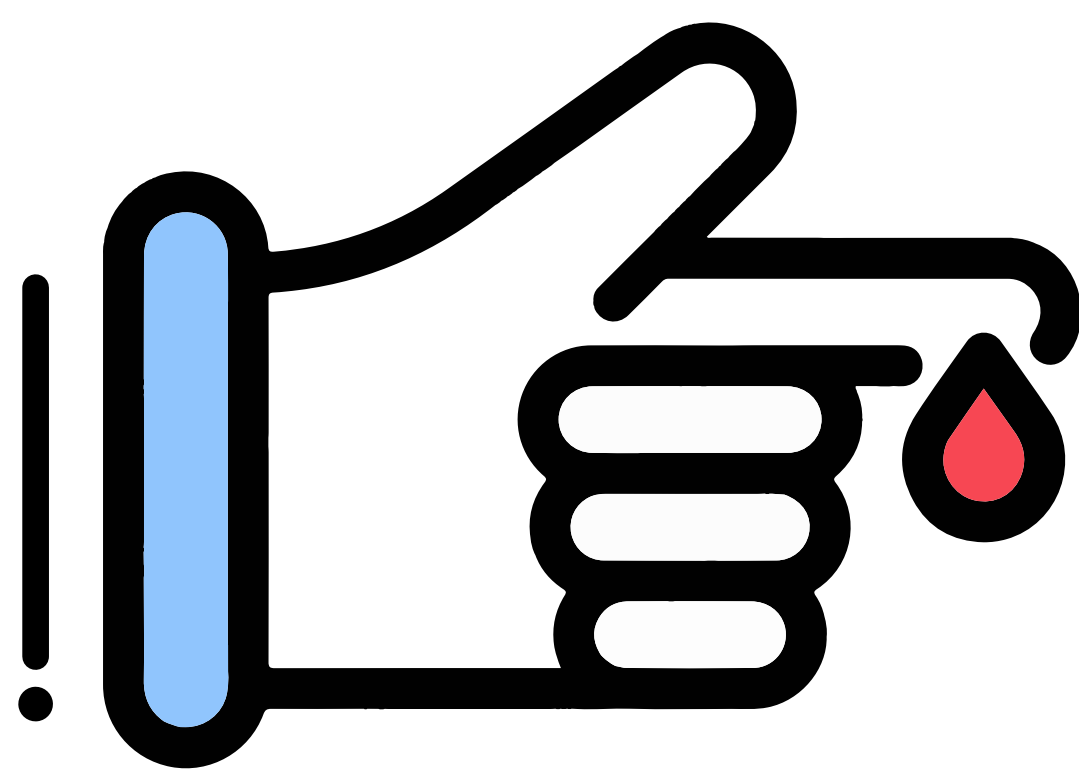


Note: Talk to your doctor for more information

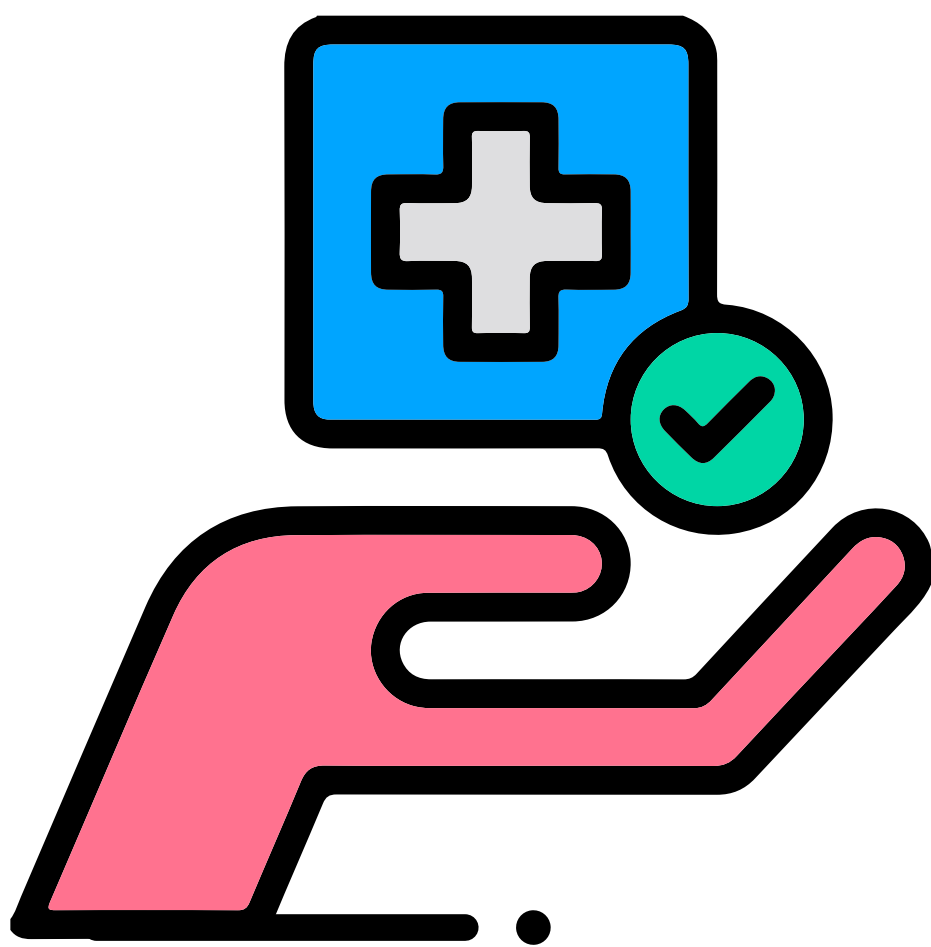
নিশাৰ সময়ত হাইপ'গ্লেচেমিয়াৰ পৰা হাত
সাৰিবলৈ ৰাতি সময়ত আৰু নিশা
3 বজাত তেজৰ গ্লুকোজৰ মাত্ৰা
পৰীক্ষা কৰাৰ পৰামৰ্শ দিয়া হয় ।



আপুনি তেজৰ গ্লুকোজৰ নিম্নতম অনুভৱ
কৰিছে নে নাই সেইটো জানিব পৰা একমাত্ৰ
নিশ্চিত উপায় হ'ল আপোনাৰ তেজৰ
গ্লুকোজ পৰীক্ষা কৰা, যদি সম্ভৱ হয় ।



যদি আপুনি লক্ষণৰ সন্মুখীন হৈছে আৰু
আপুনি কোনো কাৰণত তেজৰ গ্লুকোজ
পৰীক্ষা কৰিব নোৱাৰে তেন্তে
হাইপ'গ্লাইচেমিয়াৰ চিকিৎসা
কৰক ।



“ অধিক তথ্যৰ বাবে, আপোনাৰ চিকিৎসক
বা আপোনাৰ **MyCARE** ডায়েৰেটিজ
এডুকেটৰৰ লগত যোগাযোগ কৰক ”



MyCARE

With me, every step of the way

Reference

- Salis S. (2020) Diet in Diabetes Simplified (2nd ed.). Chennai: Notion Press.
- McTavish L, Wiltshire E. Effective treatment of hypoglycemia in children with type 1 diabetes: a randomized controlled clinical trial. *Pediatr Diabetes*. 2011;12(4 Pt 2):381-387.
doi:10.1111/j.1399-5448.2010.00725.x

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.

