

# MyCARE

With me, every step of the way



“ हायपोग्लायसेमिया म्हणजे काय ?  
हे समजून घेऊ या ”



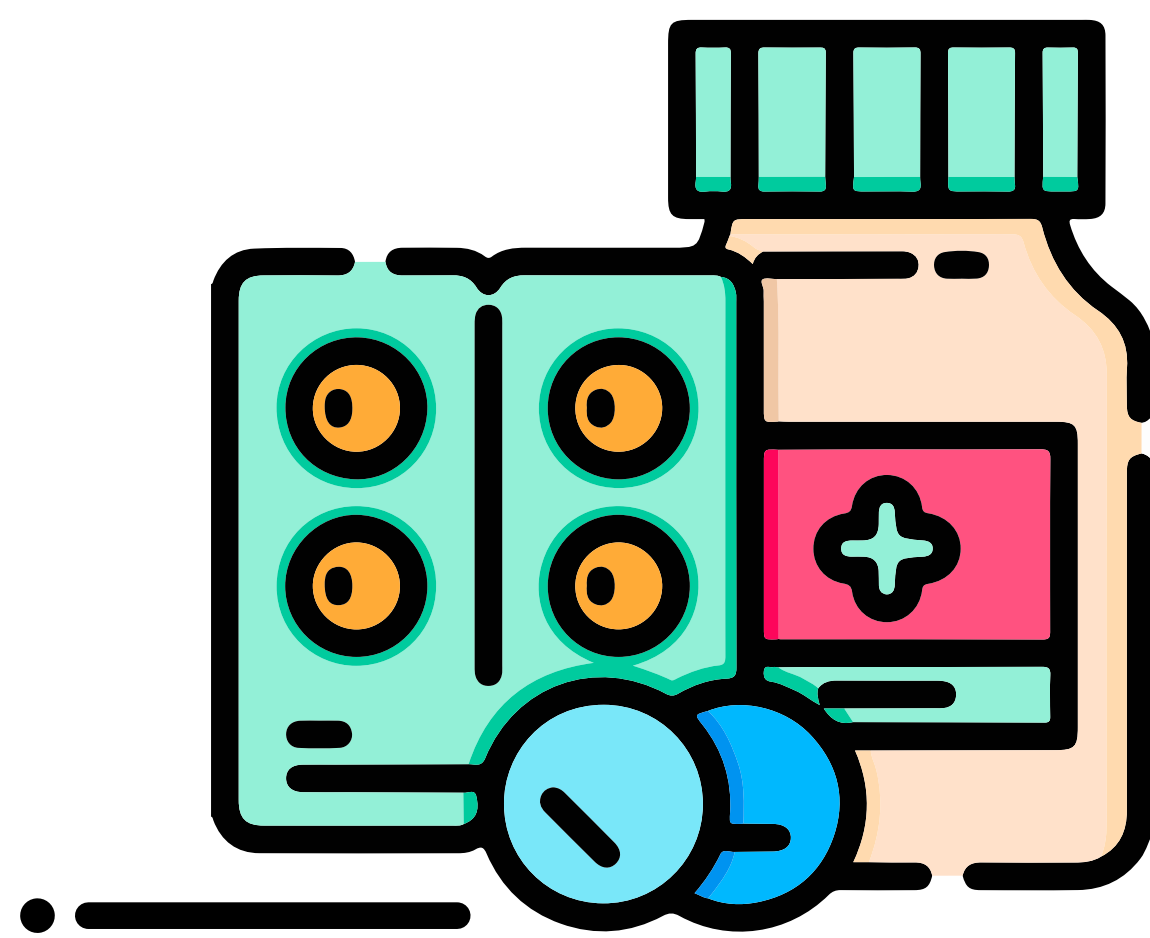
तुमच्या ब्लड ग्लूकोज (रक्त शर्करा)  
पातळ्या संपूर्ण दिवसभर बदलत  
असतात, असे असणे सामान्य आहे.

परंतु, जेव्हा तुमच्या ब्लड ग्लूकोज  
(रक्त शर्करा) पातळ्या  
70 मिग्रा / डीएल पेक्षा खाली  
जातात, तेव्हा त्याला  
हायपोग्लायसेमिया म्हटले जाते.

70 मिग्रा / डीएल



काही मधुमेह-विरोधी औषधांमुळे  
चिंता निर्माण होऊ शकते,  
उदा. सल्फोनायलुरिआज किंवा  
ग्लिनाइडस आणि इन्शुलिन.

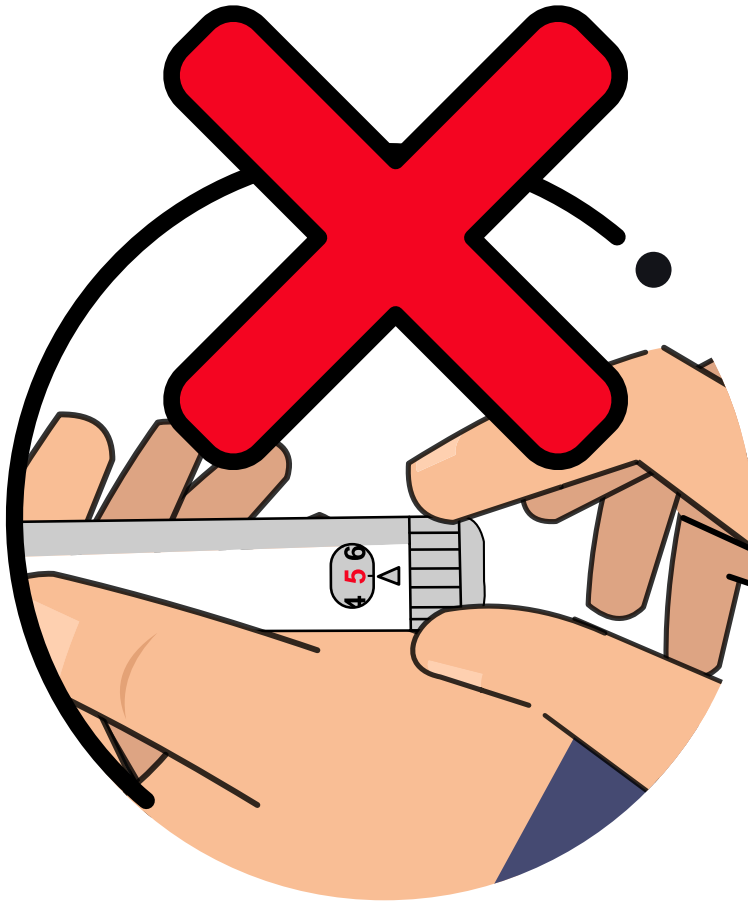
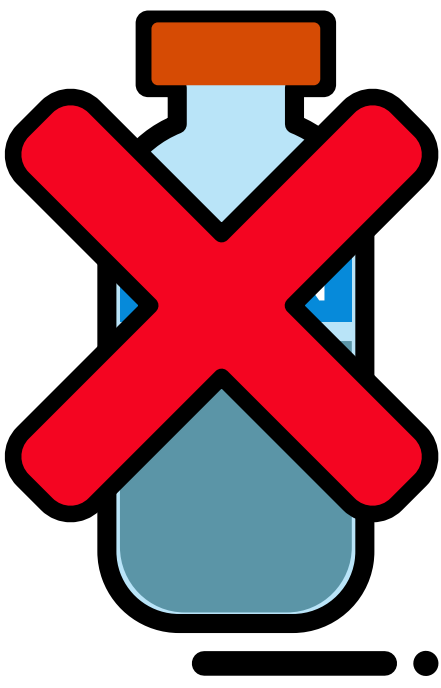


अशा वेळी, तुम्ही ब्लड ग्लूकोज  
(रक्त शर्करा) पातळ्या तुमच्या  
इच्छित व्याप्तीमध्ये आणण्यासाठी  
ताबडतोब कृती केली पाहिजे.



# परंतु हायपोग्लायसेमिया कशामुळे होतो ?

इन्शुलिनचा चुकीचा प्रकार घेणे,  
जास्त इन्शुलिन घेणे, इन्शुलिन  
त्वचेच्यालगत खाली घेण्याऐवजी  
स्नायूमध्ये घेणे.



एखादे जेवण चुकवणे किंवा  
इन्शुलिनचा डोस कमी न करता कमी  
कर्बोदके (कार्बोहायड्रेट्स) असलेले  
अन्न खाणे





नेहमीच्या रूटीनपेक्षा  
जास्त शारीरिक व्यायाम  
(हालचाली) करणे

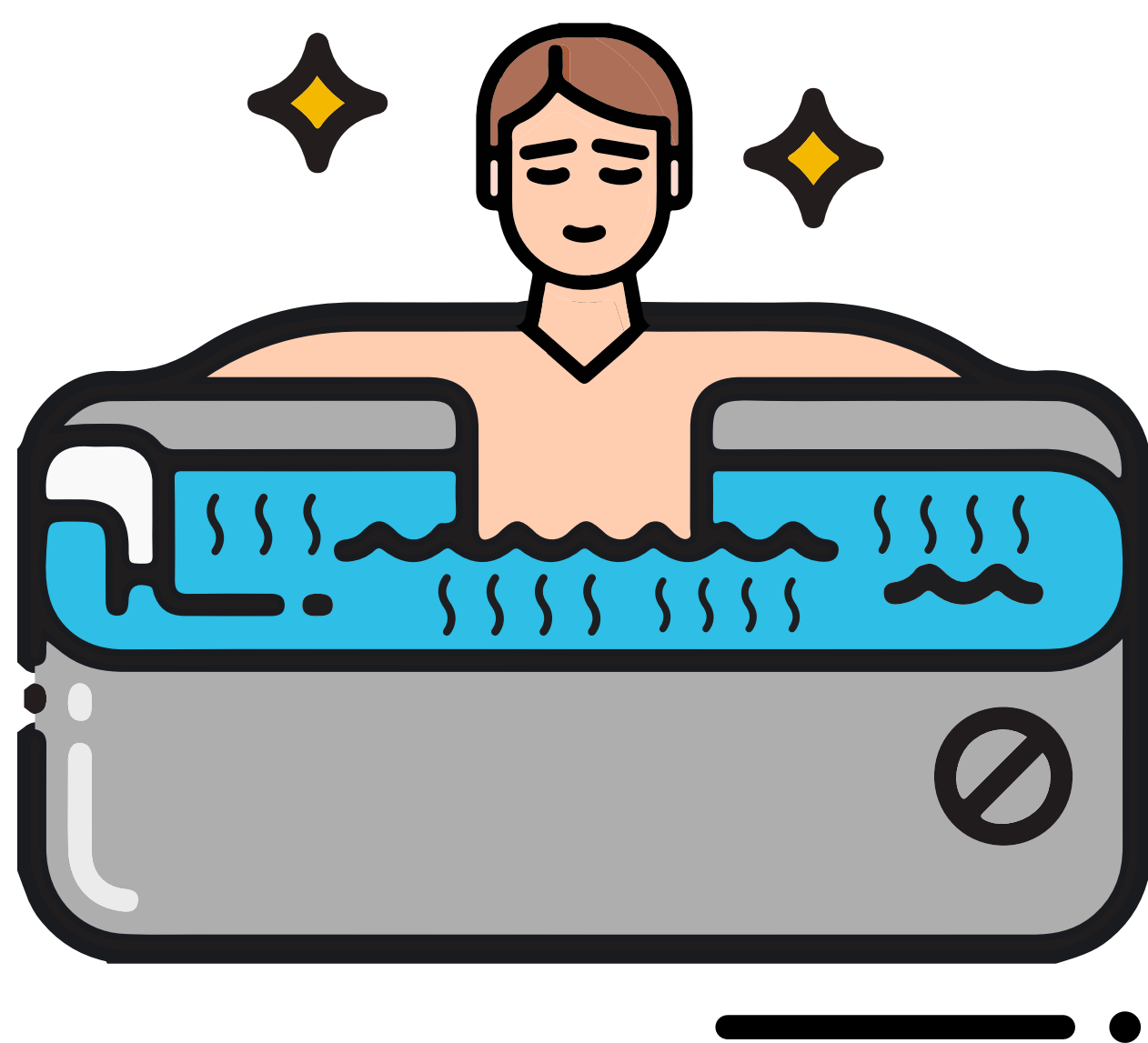


पुरेसे अन्न न खाता  
मद्यपान करणे



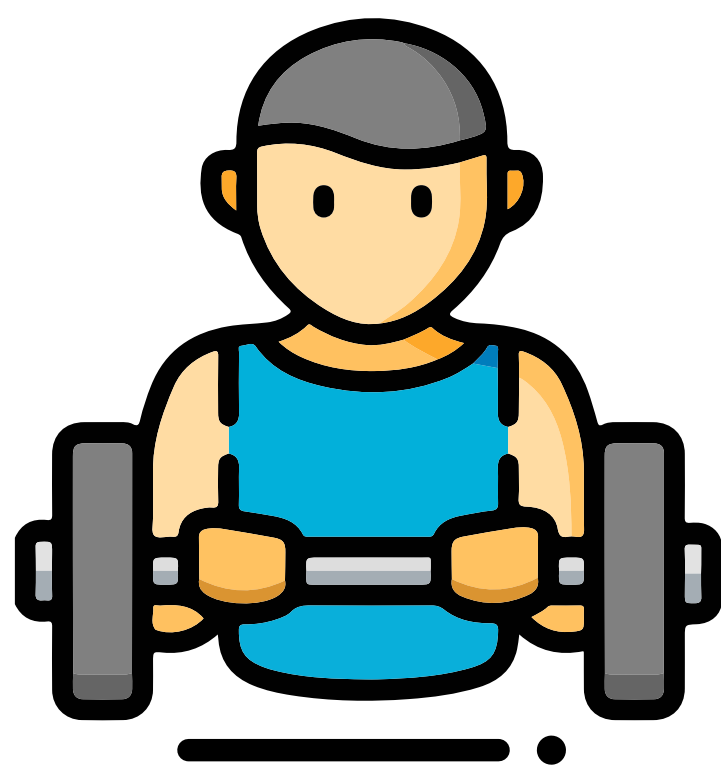
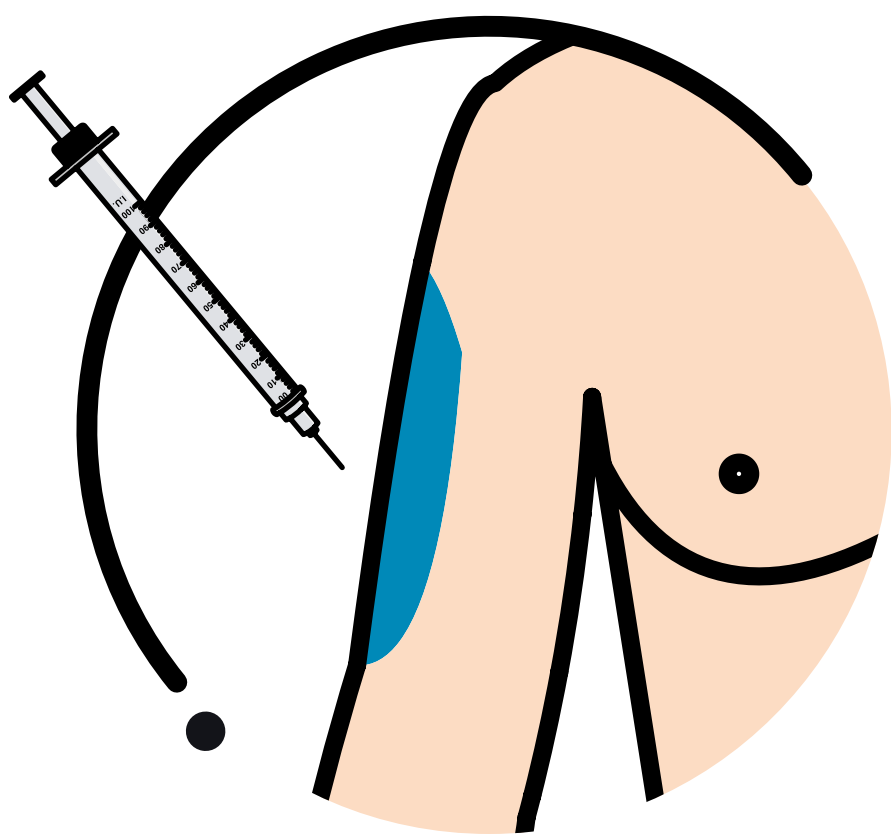
तुम्ही आजारी असताना  
कमी अन्न खाणे

इन्शुलिनच्या इंजेक्शननंतर लगेचच  
गरम पाण्याने आंघोळ / वाफ  
किंवा साँना घेणे.





तुमच्या दंडावर किंवा मांड्यांवर  
इन्शुलिन घेतल्यानंतर लगेचच  
शरीराच्या त्या भागाशी संबंधित  
व्यायाम करणे.



“ अधिक माहितीसाठी तुमच्या  
डॉक्टरांशी किंवा तुमच्या  
**MyCARE**  
संपर्क साधा.”



# MyCARE

With me, every step of the way

## Reference

- Hypoglycemia (Low Blood Glucose) | ADA. (2021). Retrieved 1 December 2021, from <https://www.Diabetes.org/healthy-living/medication-treatments/blood-glucose-testing-and-control/hypoglycemia>
- Chawla, R., Madhu, S., Makkar, B., Ghosh, S., Saboo, B., & Kalra, S. (2020). (2020). RSSDI-ESI Clinical Practice Recommendations for the Management of Type 2 Diabetes Mellitus 2020. International Journal Of Diabetes In Developing Countries, 40(S1), 1-122. doi: 10.1007/s13410-020-00819-2

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.

