

MyCARE

With me, every step of the way



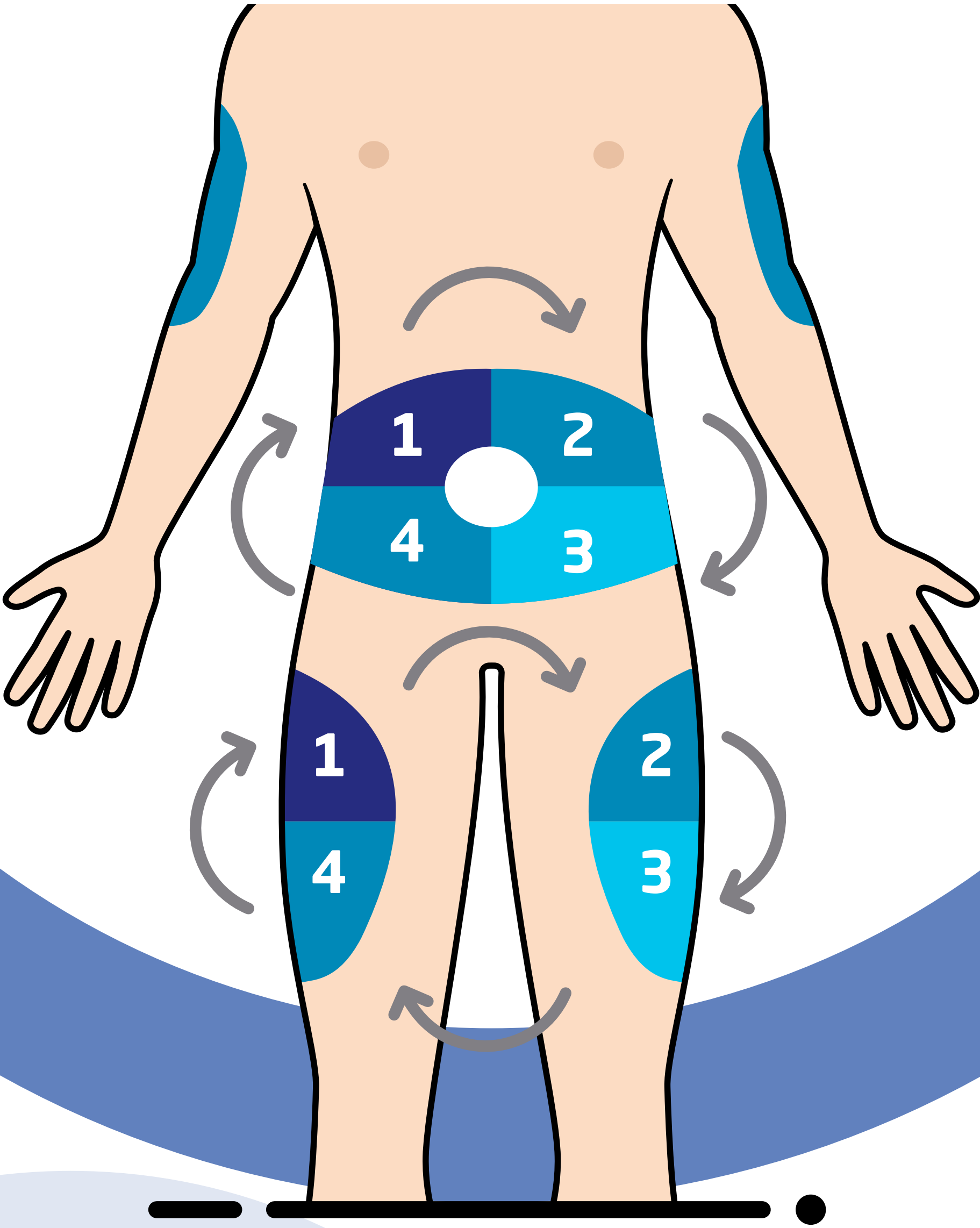
“

இன்சலினை உடல் உறிஞ்சும் தன்மையை
மேம்படுத்த மற்றும் தோலுக்கு அடியில்
கடினமான கொழுப்பு திசுக்கள் படியும்
ஆபத்தைக் குறைக்க ஊசி போட்டுக்கொள்ளும்
இடங்களை சுழற்சி முறையில்
மாற்றிக்கொள்வது முக்கியம்.”

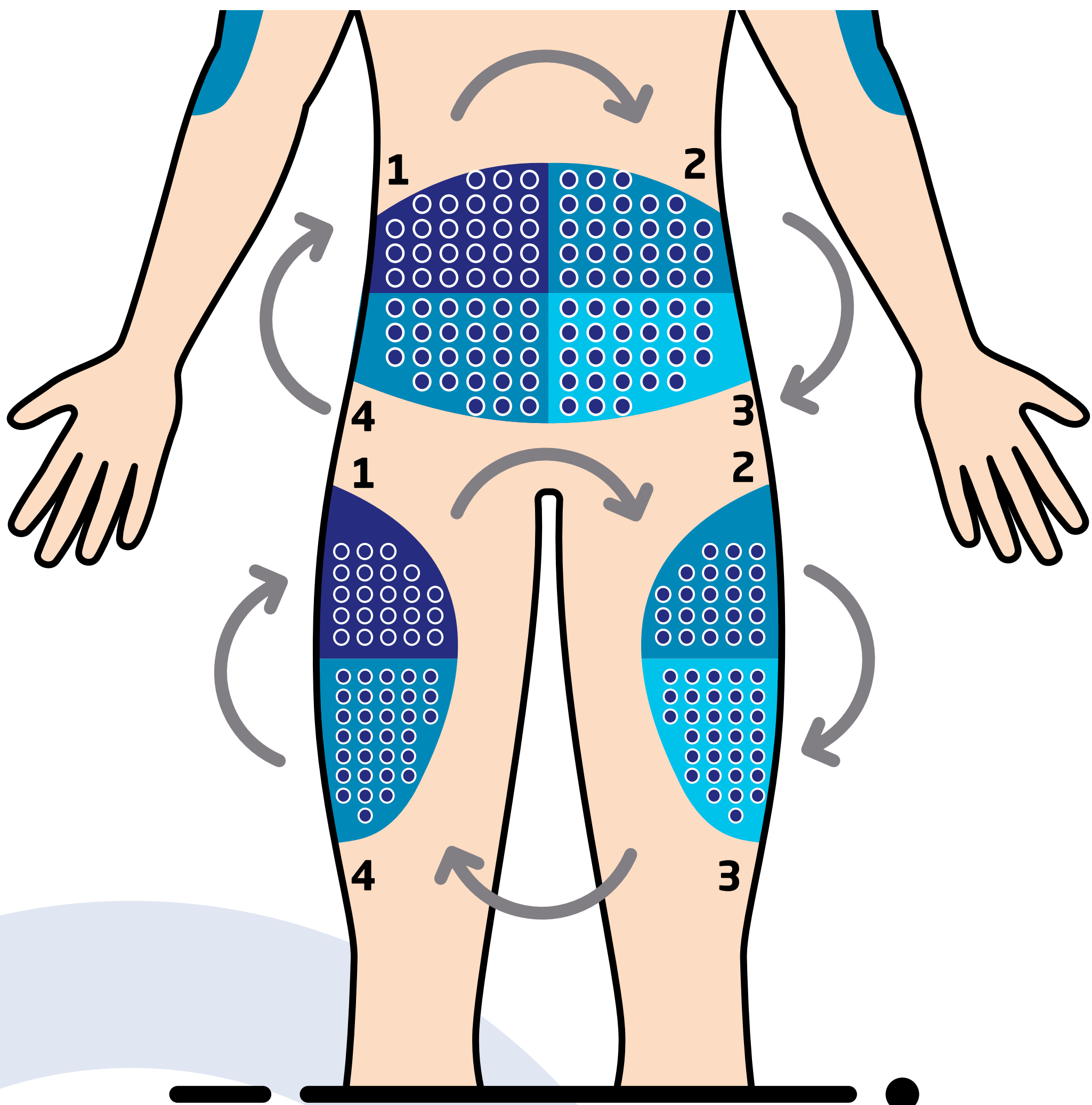


**இடங்களை எவ்வாறு சுழற்சி
முறையில் மாற்றுவது??
இதோ**

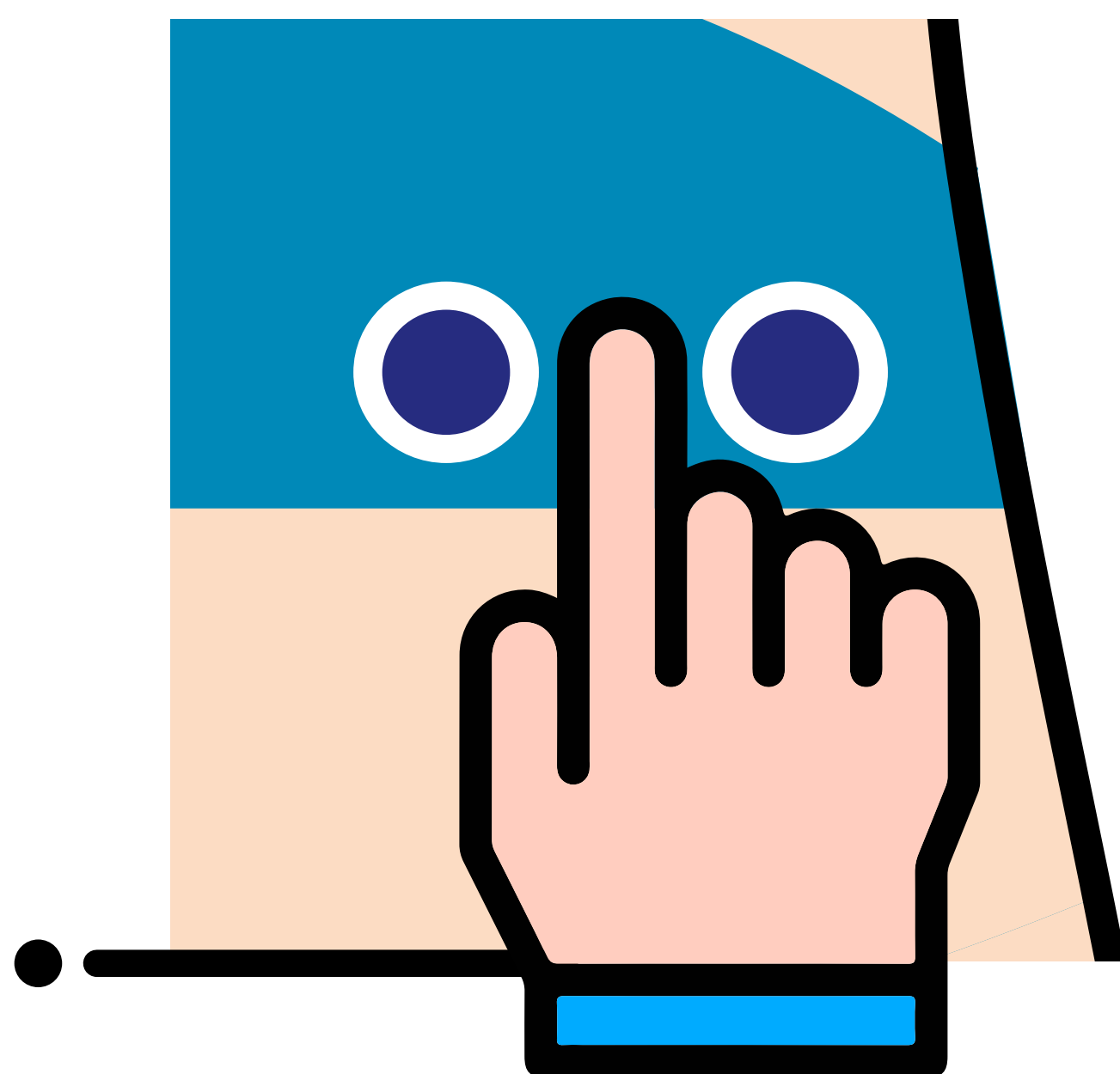
ஊசி போட்டுக்கொள்ளும் இடங்களை
வயிற்றில் 4 பகுதிகளாக அல்லது தொடைகள்,
பிட்டங்கள் மற்றும் கைகளை 2 பகுதிகளாக
பிரித்துக்கொள்ளவும்.



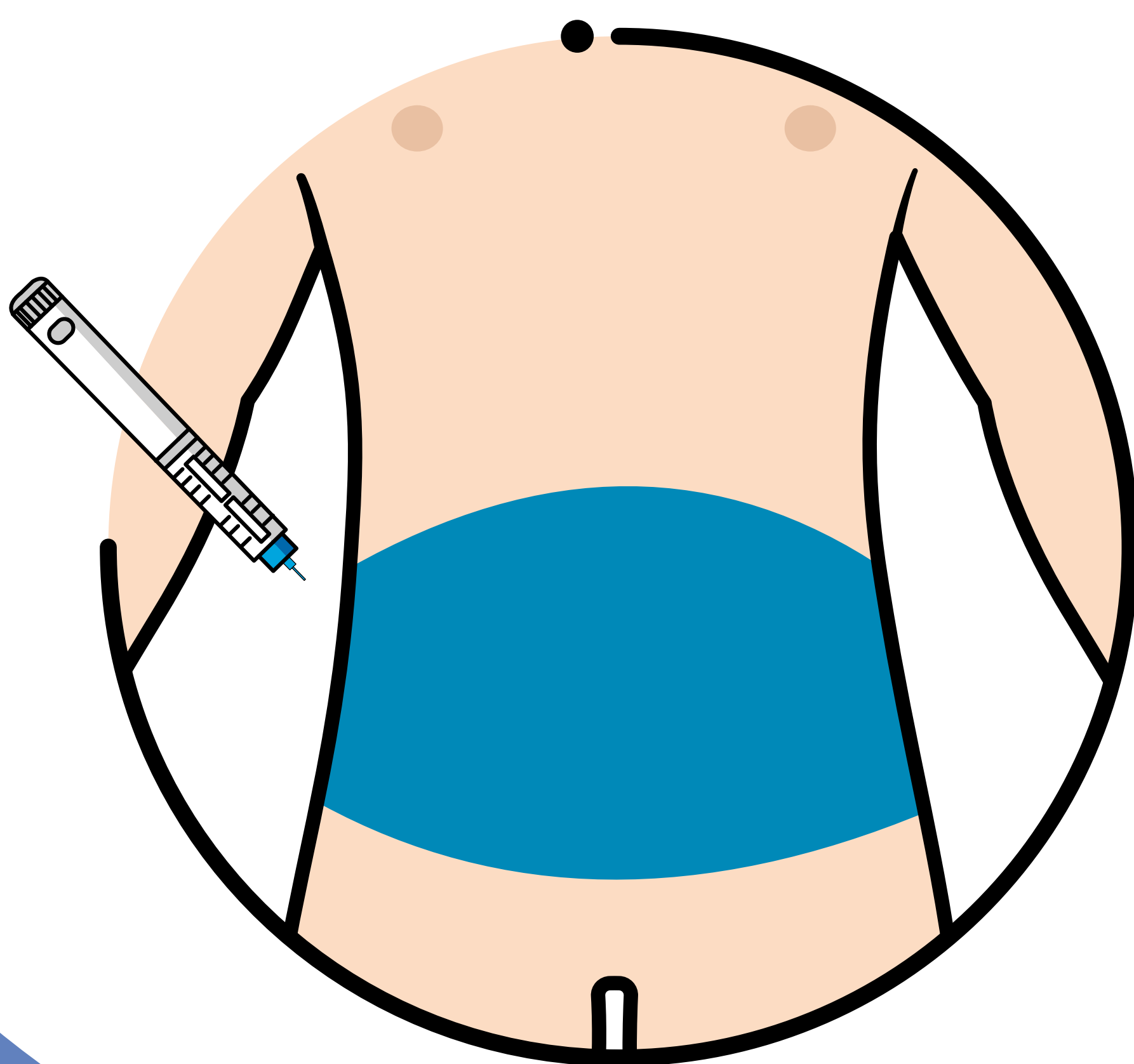
1 வட்டத்தின் கால் பகுதி அல்லது அரை
பகுதி 1 வாரத்திற்கு பயன்படுத்தப்பட
வேண்டும் மற்றும் பின்னர் அடுத்த
வாரம் இடமிருந்து வலமோ அல்லது
வலமிருந்து இடமோ மற்றொரு கால் அல்லது
அரை பகுதிக்கு நீங்கள் நகர வேண்டும்.



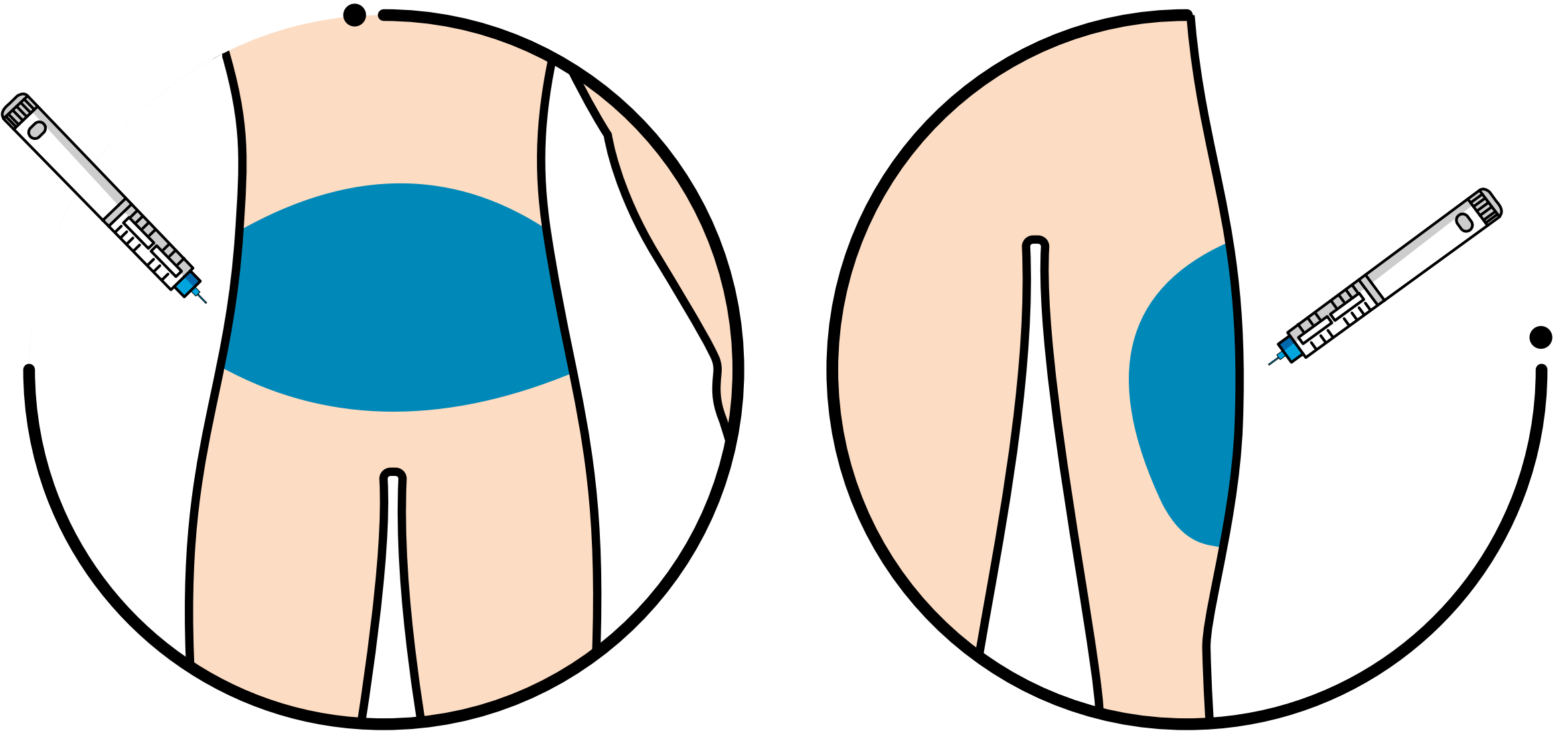
புதிய ஊசி போடும் இடம் கடைசியாக
ஊசி போட்டுக்கொண்ட இடத்திலிருந்து
குறைந்தபட்சம் ஒரு விரல் அகலத்தில்
இருக்க வேண்டும்.



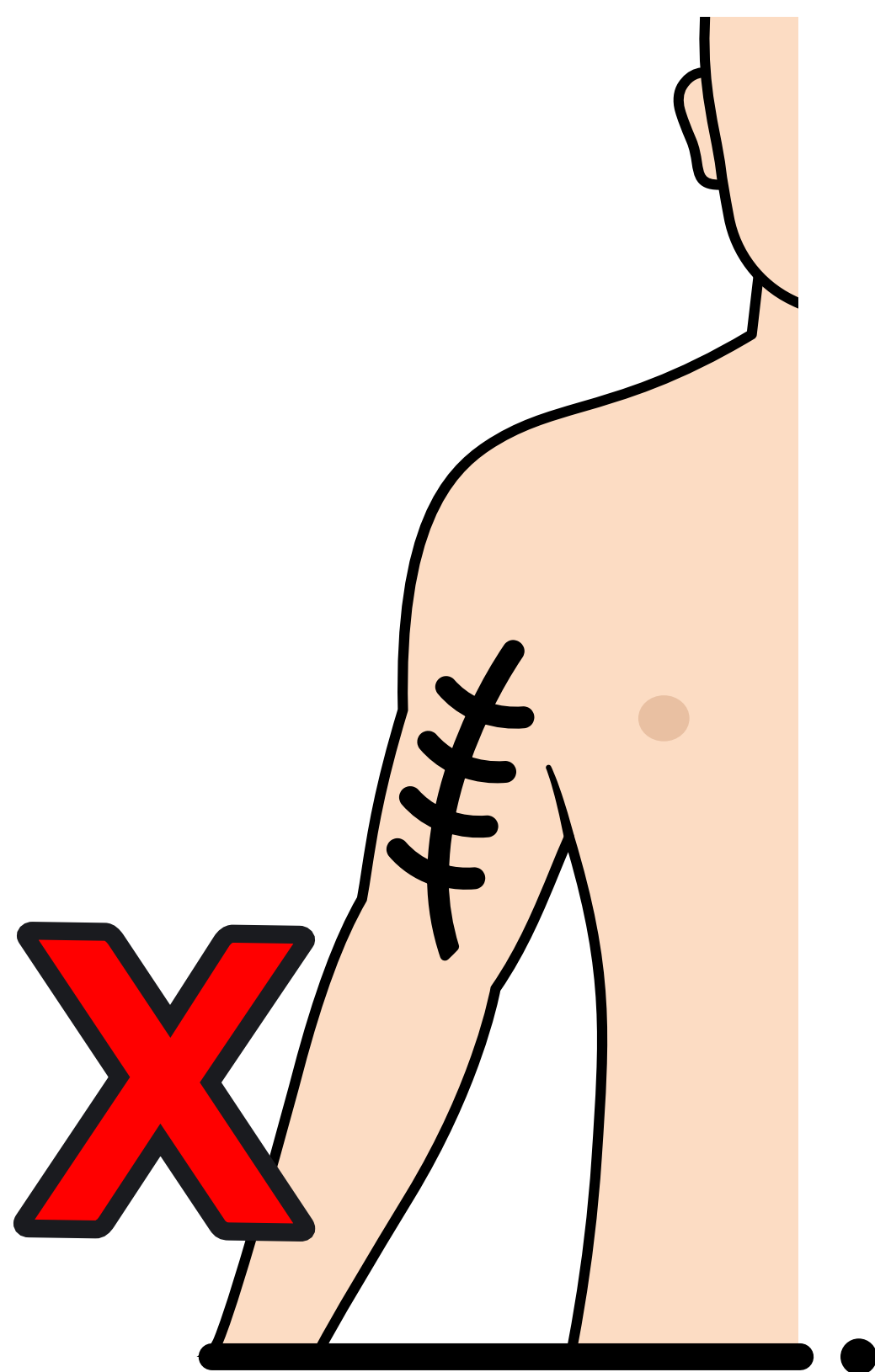
ஒவ்வொரு உணவு நேர இன்சுலின்
சிறந்த பலனைப் பெற அதே பொது இடத்தில்
கொடுக்கப்பட வேண்டும்.



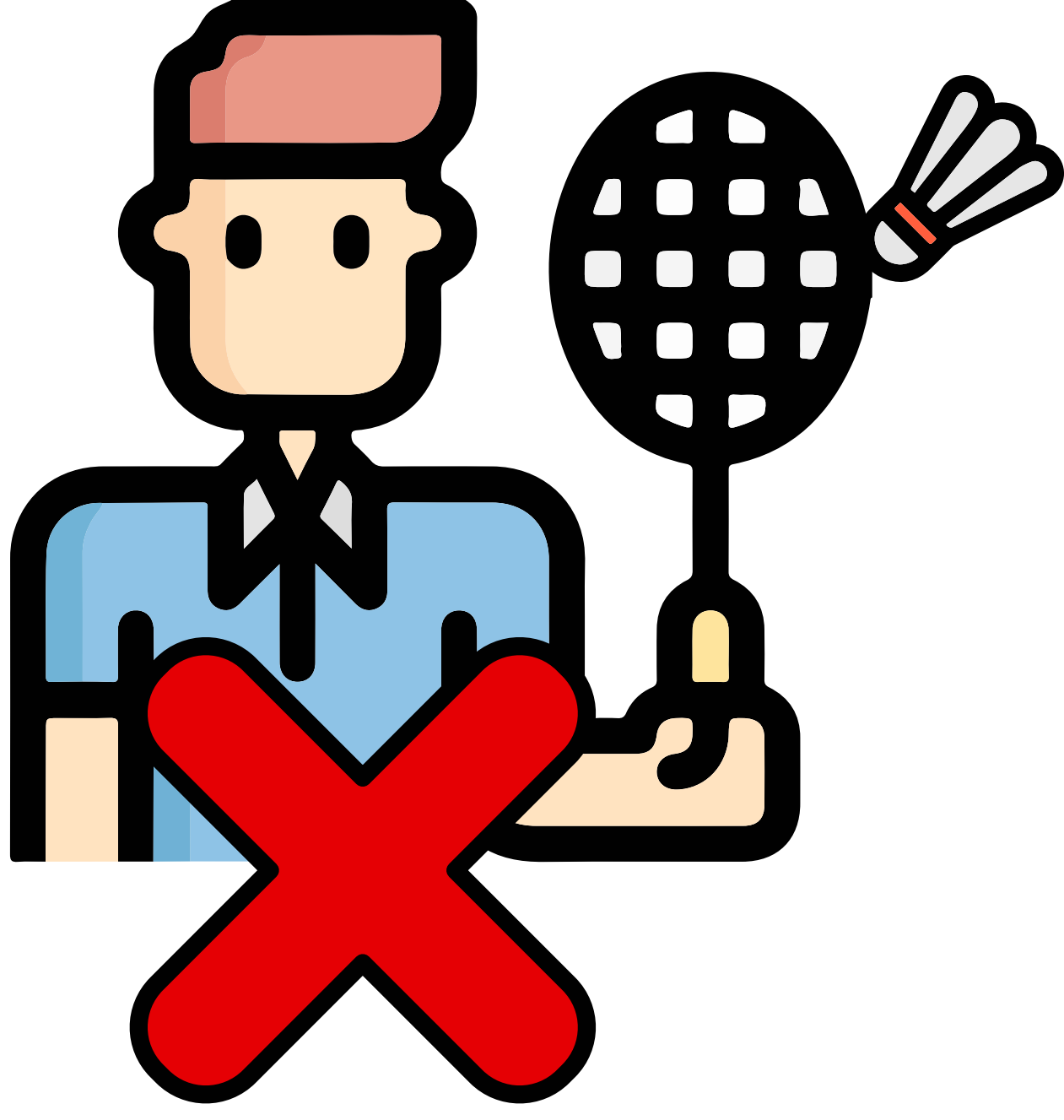
2 வெவ்வேறு இன்சுலின்களை செலுத்திக்
கொள்ளும்போது அவற்றை வெவ்வேறு
இடத்தில் செலுத்தவும்.



எந்த வடுஏற்பட்ட திசுக்கள் மீதும்
ஊசி போட்டுக் கொள்ளக் கூடாது.



ஊசி போட்டுக்கொண்ட உடனேயே
உடற்பயிற்சி செய்யத் திட்டமிட்டிருந்தால்,
உடற்பயிற்சியின்போது நீங்கள் பயன்படுத்தும்
பகுதியில் ஊசி போட்டுக் கொள்வதை
தவிர்க்கவும்.



எடுத்துக்காட்டாக : நீங்கள் உடனடியாக பூப்பந்தாட்டம் ஆடுவதாக இருந்தால்
கையில் போட்டுக் கொள்வதை தவிர்க்கவும்

“ மேலும் தகவல்களுக்கு, உங்கள்
மருத்துவரை அல்லது
MyCARE டயாபெடிஸ்
எனுகேட்டரை உடன்
தொடர்பு கொள்ளவும்.”



MyCARE

With me, every step of the way

Reference

1. 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
2. American Diabetes Association (ADA). Site Rotation. Available at <https://Diabetes.org/healthy-living/medication-treatments/insulin-other-injectables/Insulin-routines>
3. Golisano Children's Hospital. Managing Diabetes: Injection Site Rotation. Available at <https://www.urmc.rochester.edu/childrens-hospital/endocrinology/injection-site.aspx>

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.

