MyCARE

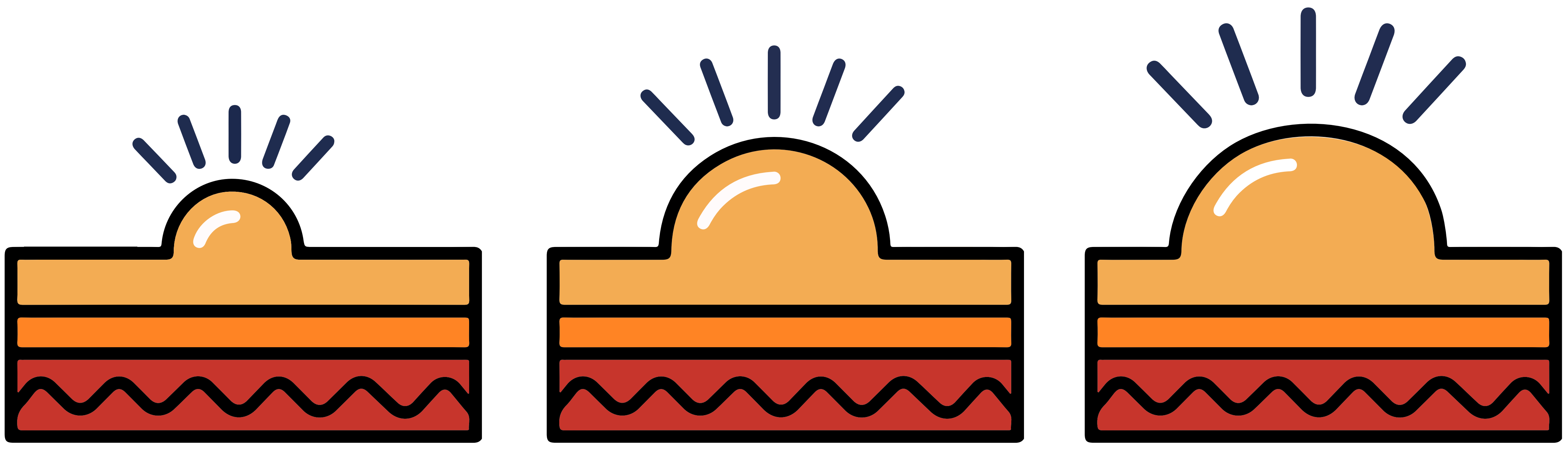
With me, every step of the way

“ઇન્જેક્શનનું સ્થાન બદલવાની અગત્યતાને જોતાં, **ચાલો સમજીએ કે ‘લિપોહાયપરટ્રોફી’ શું છે** અને તમે તેને કેવી રીતે શોધી શકો છો.”

USV

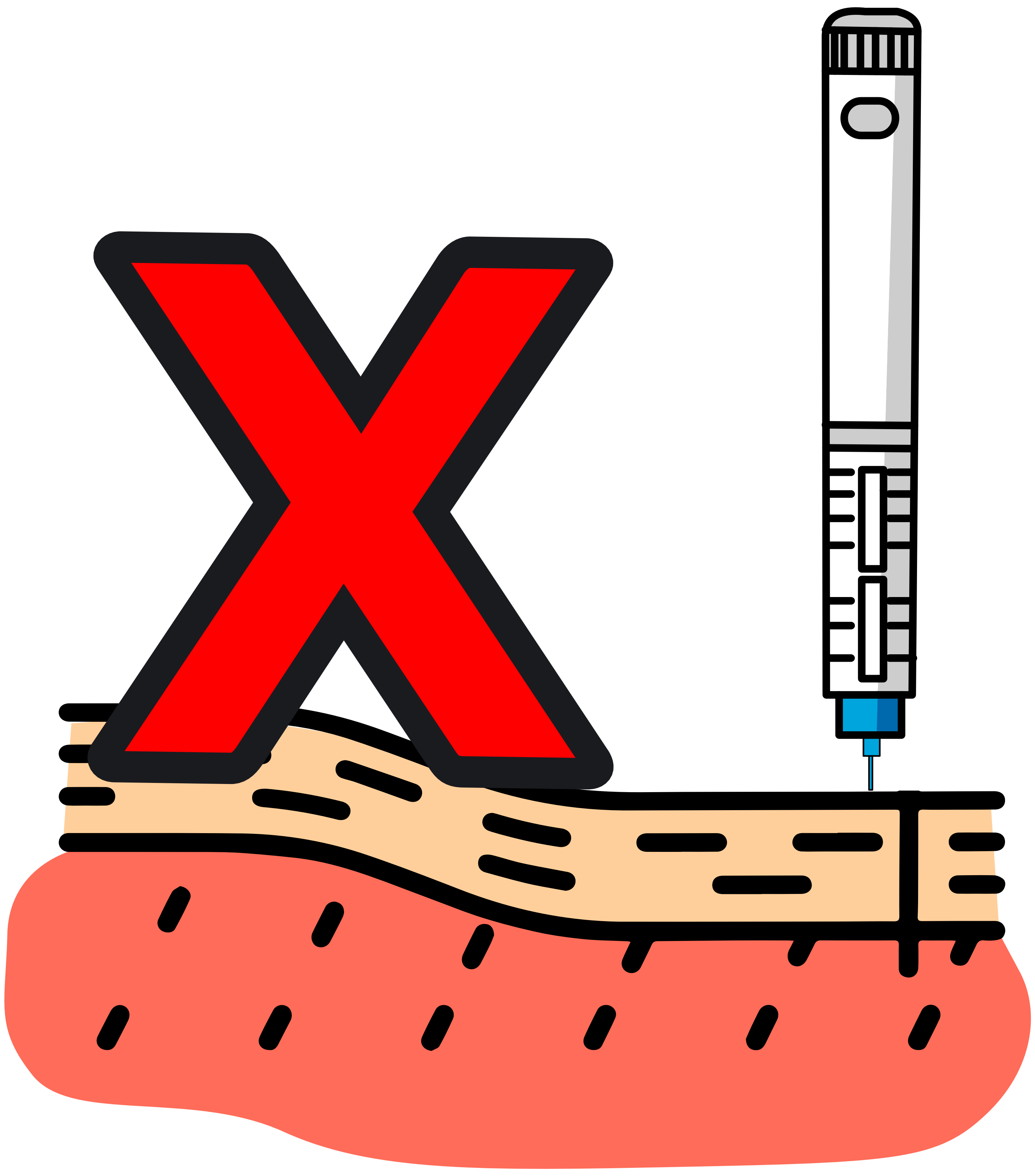
લિપોહાયપરટ્રોફી (LIPO) ચામડીની સપાટીની તરત નીચે ચરબીની જમાવટ છે.

ત્વચા તમારા શરીરની બાકીની ત્વચા કરતાં ગઠ્ઠીવાળી અને મજબૂત લાગશે, સામાન્ય રીતે જો સમયાંતરે ત્વચાના એક જ ભાગમાં બહુવિધ ઇન્જેક્શન આપવામાં આવે તો સામાન્ય રીતે થાય છે.

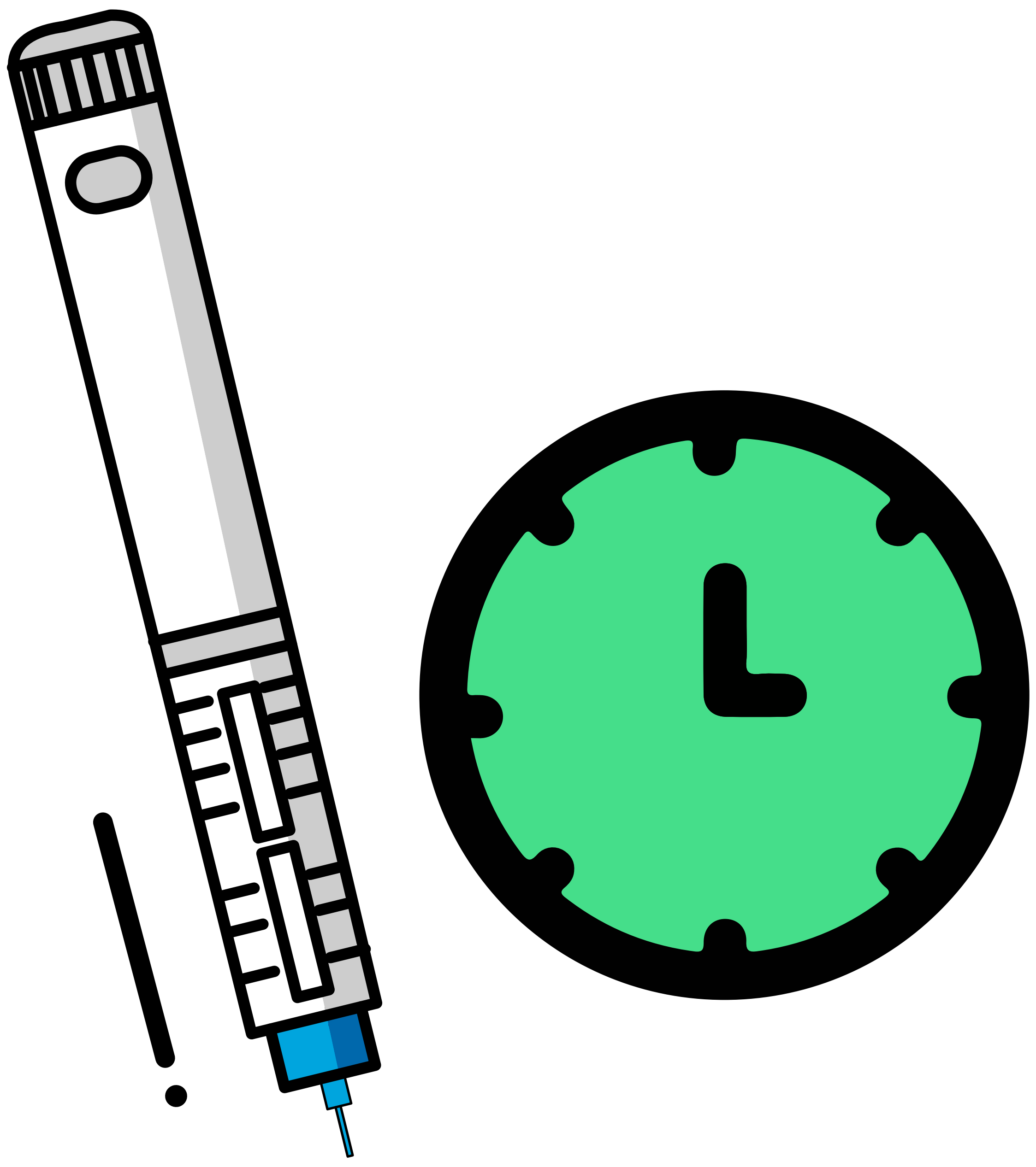


નોંધ : લિપો સાઇટ્સ પર પીડા સંવેદના ઓછી થાય છે જે સૂચક હોઈ શકે છે

લિપો ગઠ્ઠાઓ ઇન્સ્યુલિનને યોગ્ય રીતે કામ કરતા અટકાવે છે. જ્યારે ત્વચા ગઠ્ઠાદાર બની જાય, અને ગઠ્ઠાવાળા ભાગમાં ઇન્સ્યુલિન ઇન્જેક્ટ કરવામાં આવે, **ત્યારે તે સમાનપણે શોષાઈ શકતું નથી.**



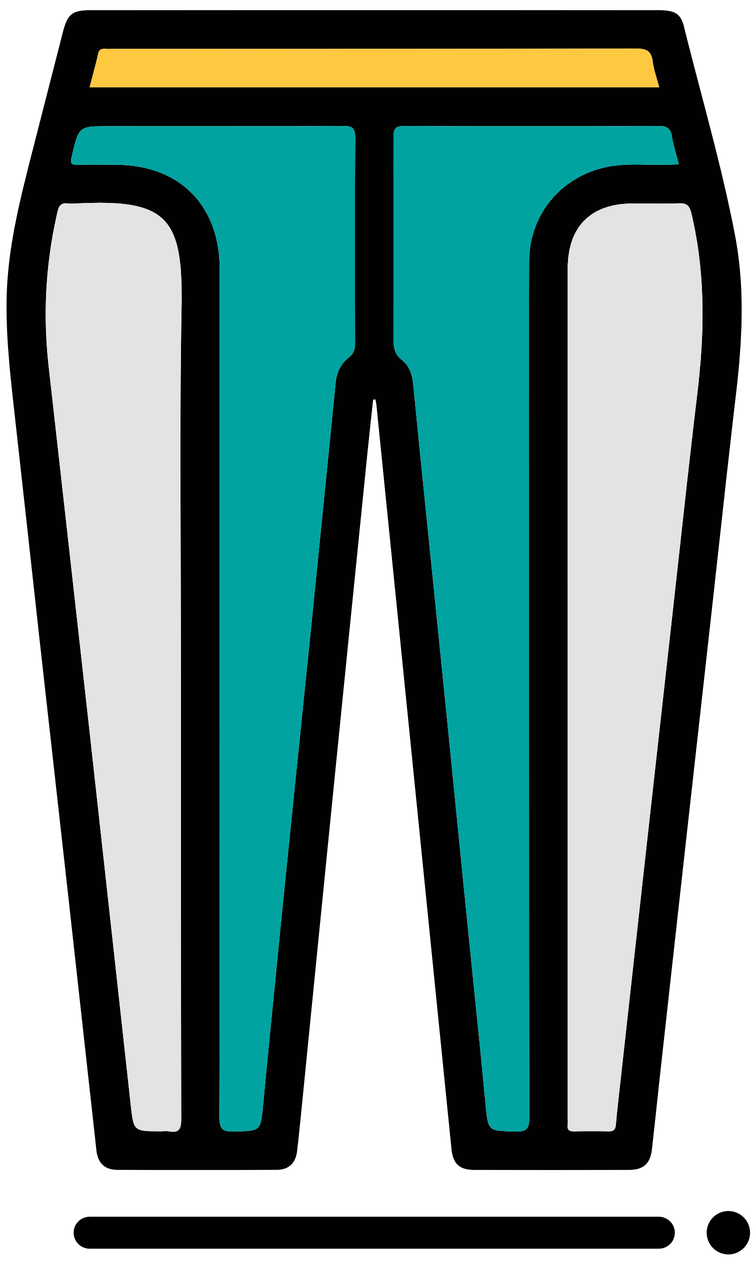
આનો અર્થ એ છે કે, **ઇન્સ્યુલિનને**
શોષાવામાં વધુ સમય લાગે છે,
જેને લઈને લોહીમાં શર્કરાનું સ્તર વધે છે,
અથવા તે અતિ ઝડપભેર શોષાય છે,
જેને કારણે હાઈપોગ્લાયસેમિઆ સંભવે છે.



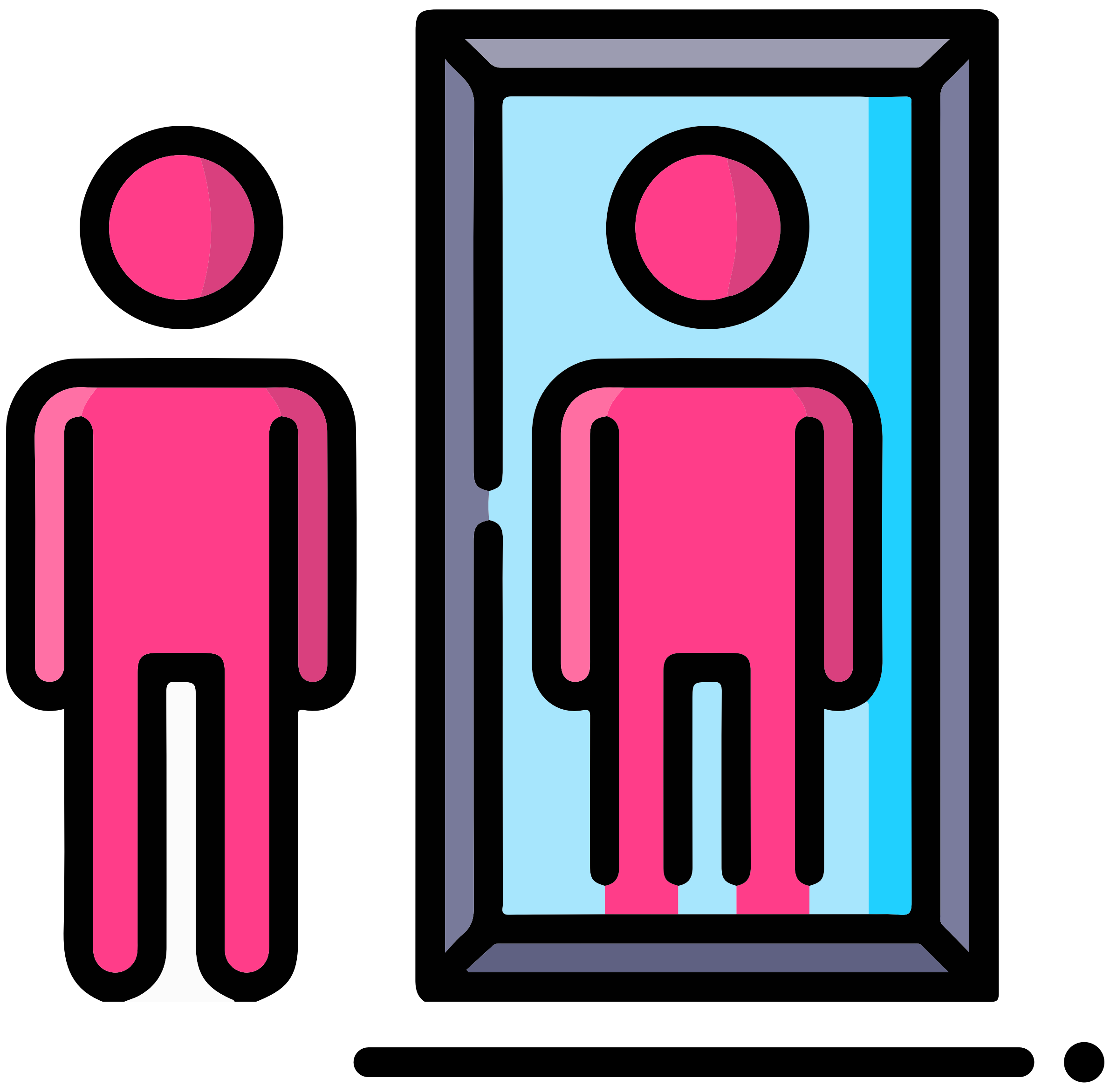
ઈન્જેક્શન સાઇટ્સની નિયમિત તપાસ કરીને **લિપો જમાવટને ઓળખવું મહત્વપૂર્ણ છે**

લિપો કેવી રીતે શોધી શકાય ?

તમે જે સ્થાને ઈન્જેક્ટ કરો છો
એ જગ્યાએથી અને તેની ઉપરથી,
કોઈપણ સંકોચક વસ્ત્રો દૂર કરો



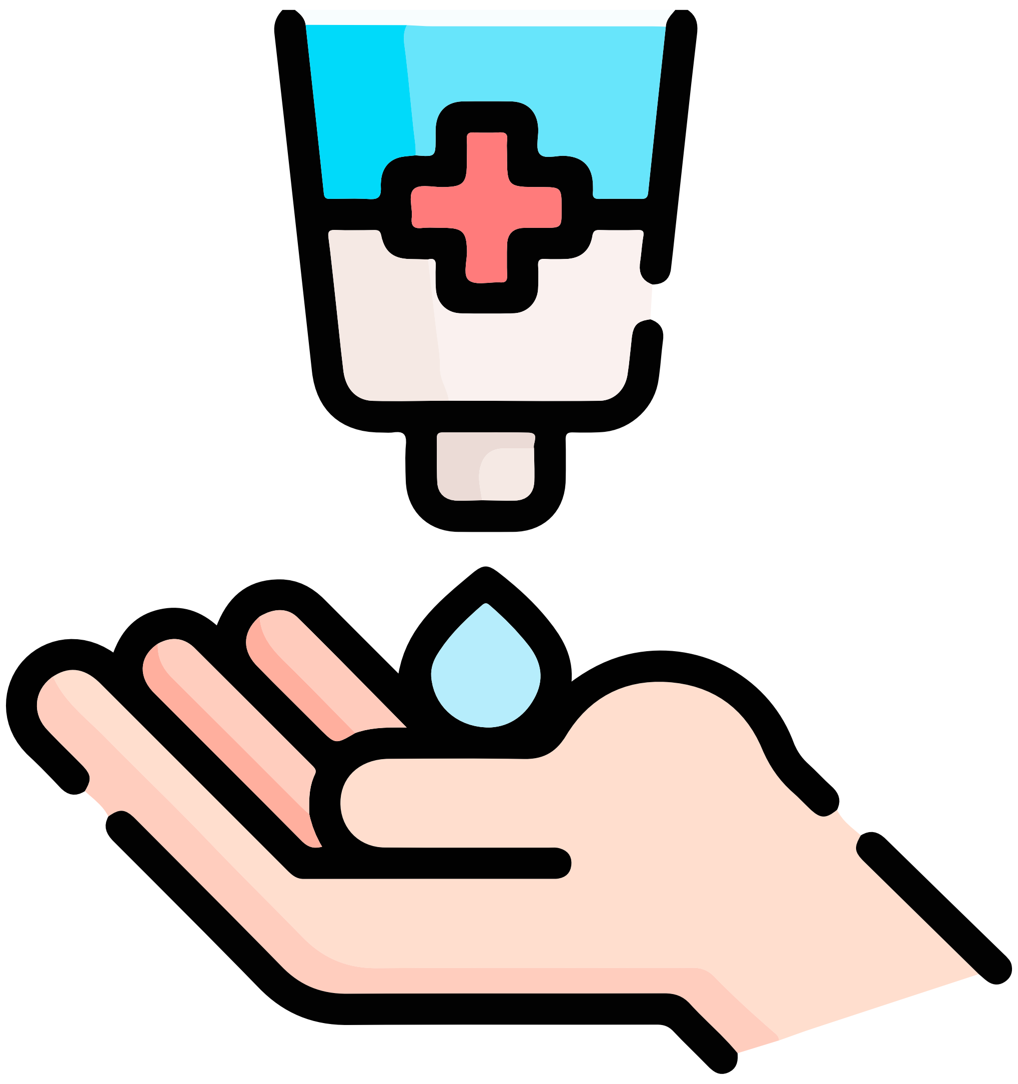
પૂર્ણ-લંબાઈના અરીસામાં
તમારી જાતનું અવલોકન કરો



ઈન્જેક્શનના સ્થાન ની આસપાસ બે આંગળીઓ મૂકો.

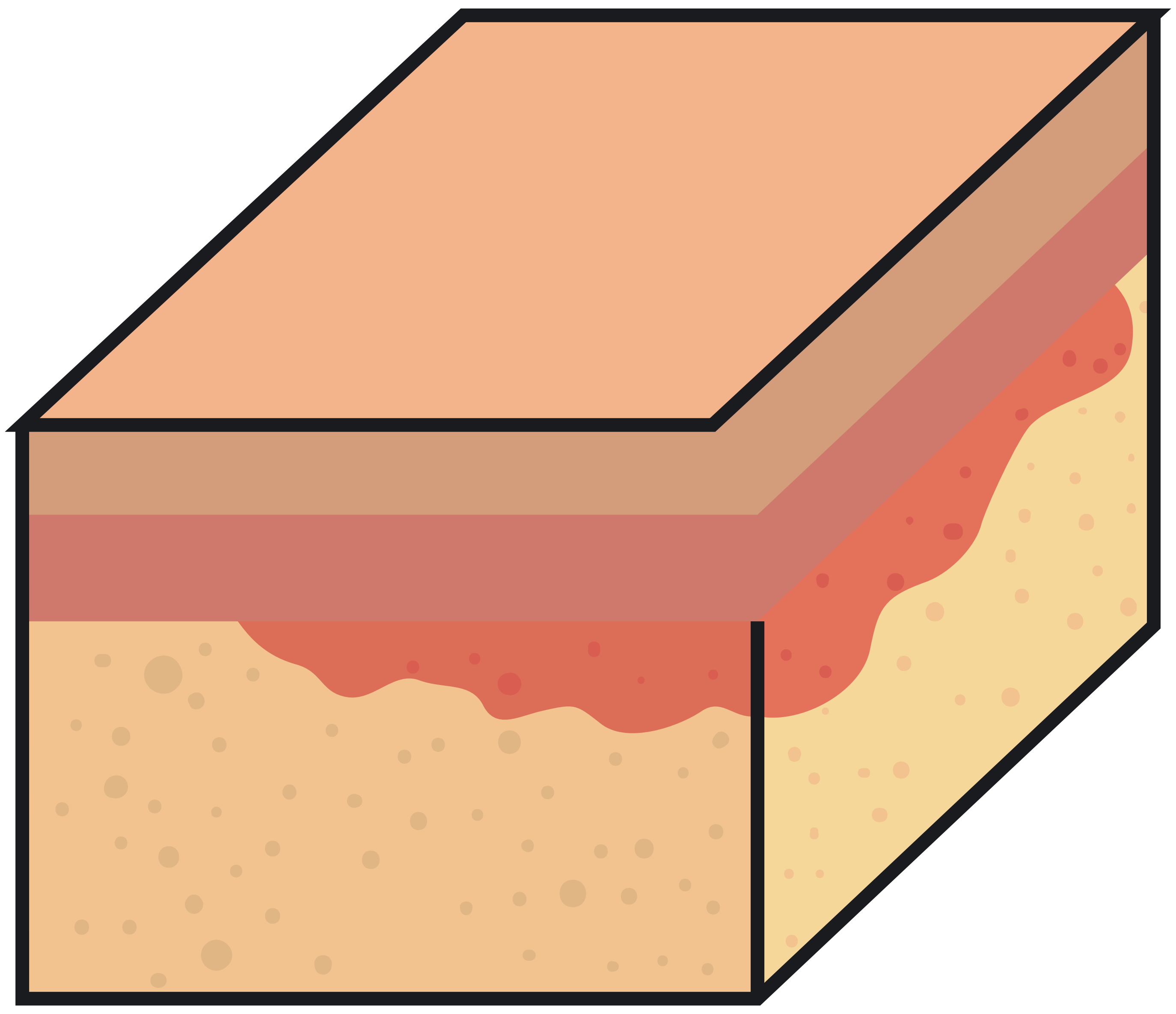
આંગળીઓને ઘુમાવદાર રીતે સરકાવવાની સાથોસાથ, ચરબીના સ્તરમાં નીચે તરફ અથવા ઊંડે દબાવો.

જો તમે પરીક્ષણ વિસ્તારમાં જેલ અથવા મોઇશ્ચરાઇઝર લગાવો છો, **તો તમને પરીક્ષણ કરવાનું વધુ સરળ** અને વધુ આરામદાયક લાગશે.

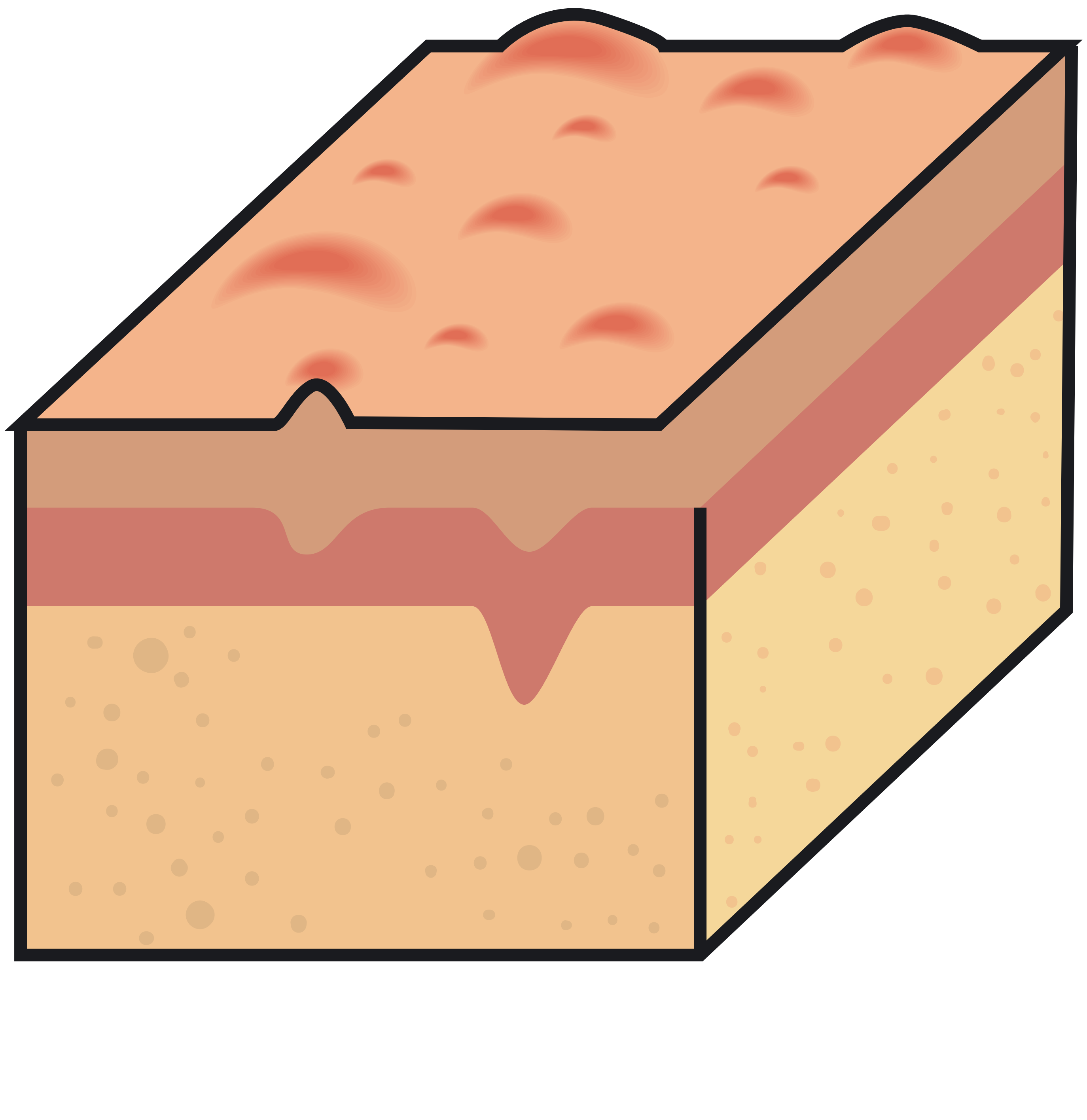


નોંધઃ તમે સાબુવાળી ત્વચાથી સ્નાન કરતી વખતે પણ આ કરી શકો છો

જો લિપો ન હોય તો, જો પેશી
સ્વસ્થ હોય તો, **તમારી આંગળીઓ
સરળ રીતે કોમળ ચરબી કોષોને દબાવશે.**

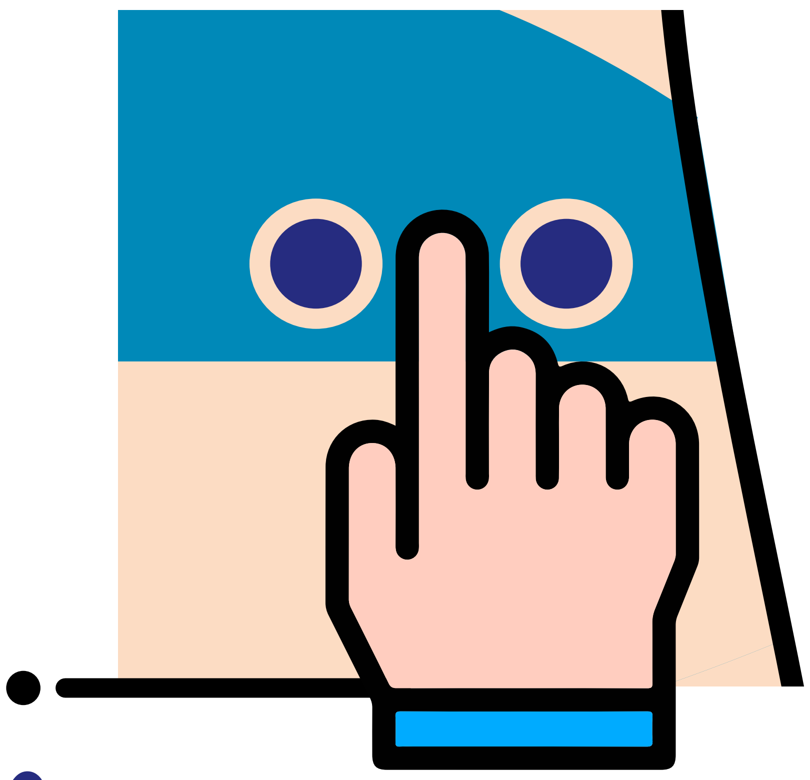


જો લિપોસ ઉપસ્થિત હશે તો,
તો તમારી આંગળીને સખતાઈ / રબર જેવી પેશીઓના પ્રતિકારની અનુભૂતિ થશે.

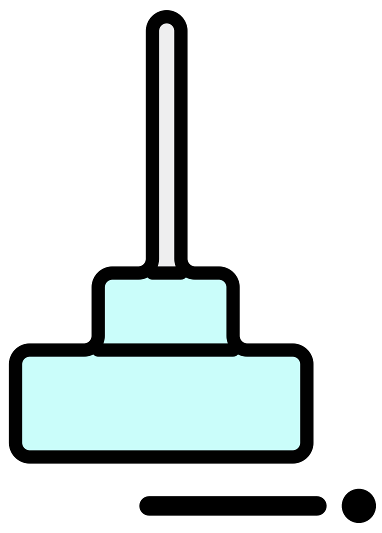


લિપોહાયપરટ્રોફી નિવારવી

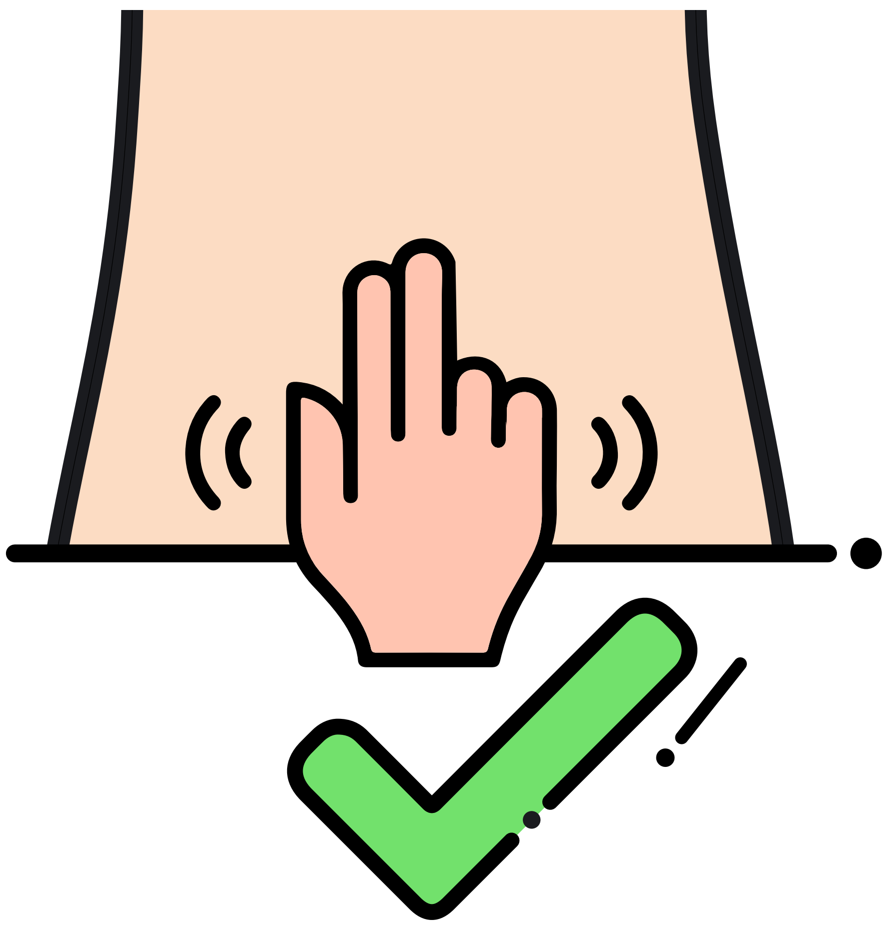
એક જ સ્થાન પર વારંવાર
ઈન્જેક્ટ કરશો નહીં
અળેફ લળઇચ
અને સ્થાન ફેરબદલીને અનુસરો.
છેલ્લા ઈન્જેક્શનના બિંદુથી
લગભગ એક આંગળીની પહોળાઈ
દૂર ઈન્જેક્શન કરો.



સોયનો એક જ વાર ઉપયોગ કરવાનો
પ્રયાસ કરો અને અનુસરો

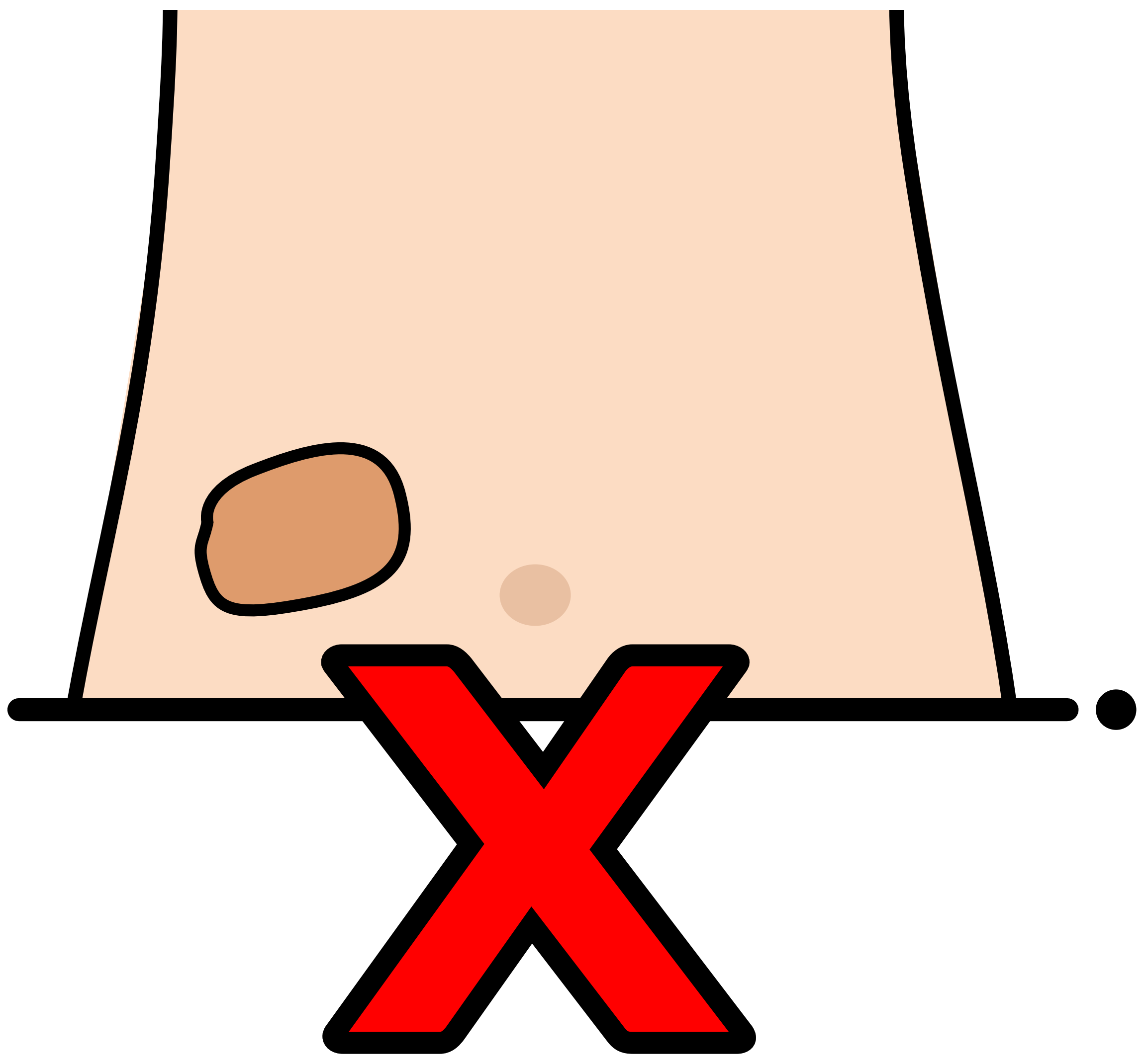


ગઠ્ઠા માટે નિયમિતપણે
ઈન્જેક્શનના
ક્ષેત્રનું નિરીક્ષણ કરો



જો લિપોહાયપરટ્રોફી હોય તો શું કરવું?

જ્યાં સુધી તે સંપૂર્ણપણે સાજું ન થાય ત્યાં સુધી **એક જ સ્થાનમાં ઈન્જેક્ટ કરશો નહીં.** આમાં 2-3 મહિના જેટલો સમય લાગી શકે છે.



જો તમે જ્યાં ઈન્જેક્શન લેતા હો ત્યાં કોઈ ગઠ્ઠો, બમ્પ અથવા સોજો દેખાય તો તરત જ તમારા ડોક્ટર અથવા **MyCARE** ડાયાબિટીસ એજ્યુકેટરને જાણ કરો.

“વધુ માહિતી માટે તમારા ડૉક્ટરનો સંપર્ક કરો અથવા તમારા **MyCARE ડાયાબિટીસ એજ્યુકેટર**નો સંપર્ક કરો.”

MyCARE

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 USV

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.