

MyCARE

With me, every step of the way



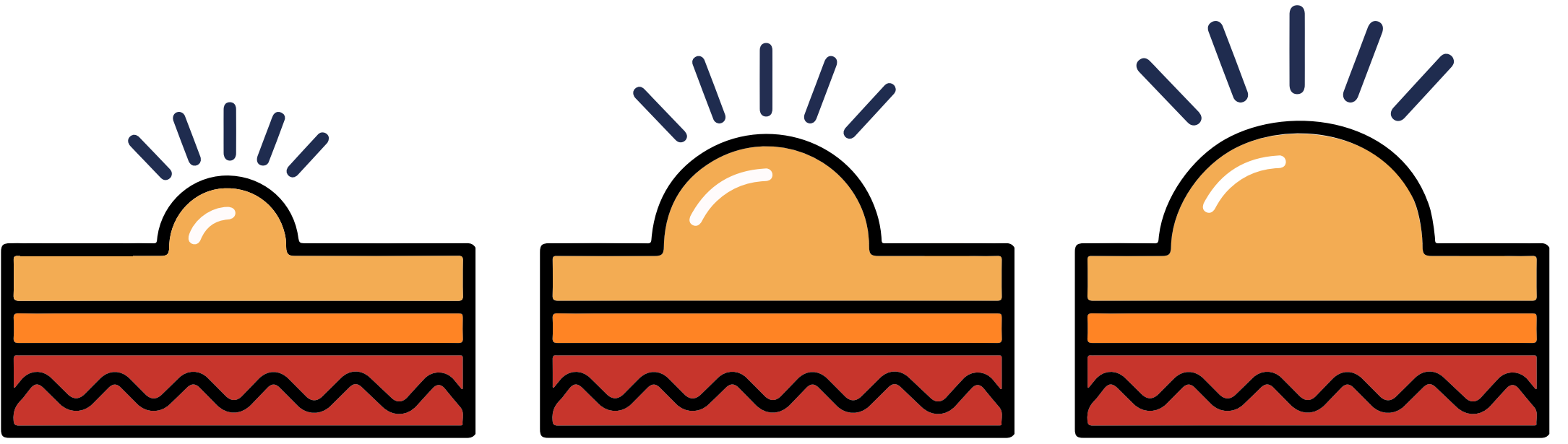
“

ಸ್ಥಳ ಆವರ್ತನದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು
ಗಮನಿಸಿ, 'ಲಿಪೋಹೈಪಟೋಫಿ'
ಎಂದರೇನು ಮತ್ತು ನೀವು ಅದನ್ನು
ಹೇಗೆ ಪತ್ತೆ ಮಾಡಬಹುದು
ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ”

”

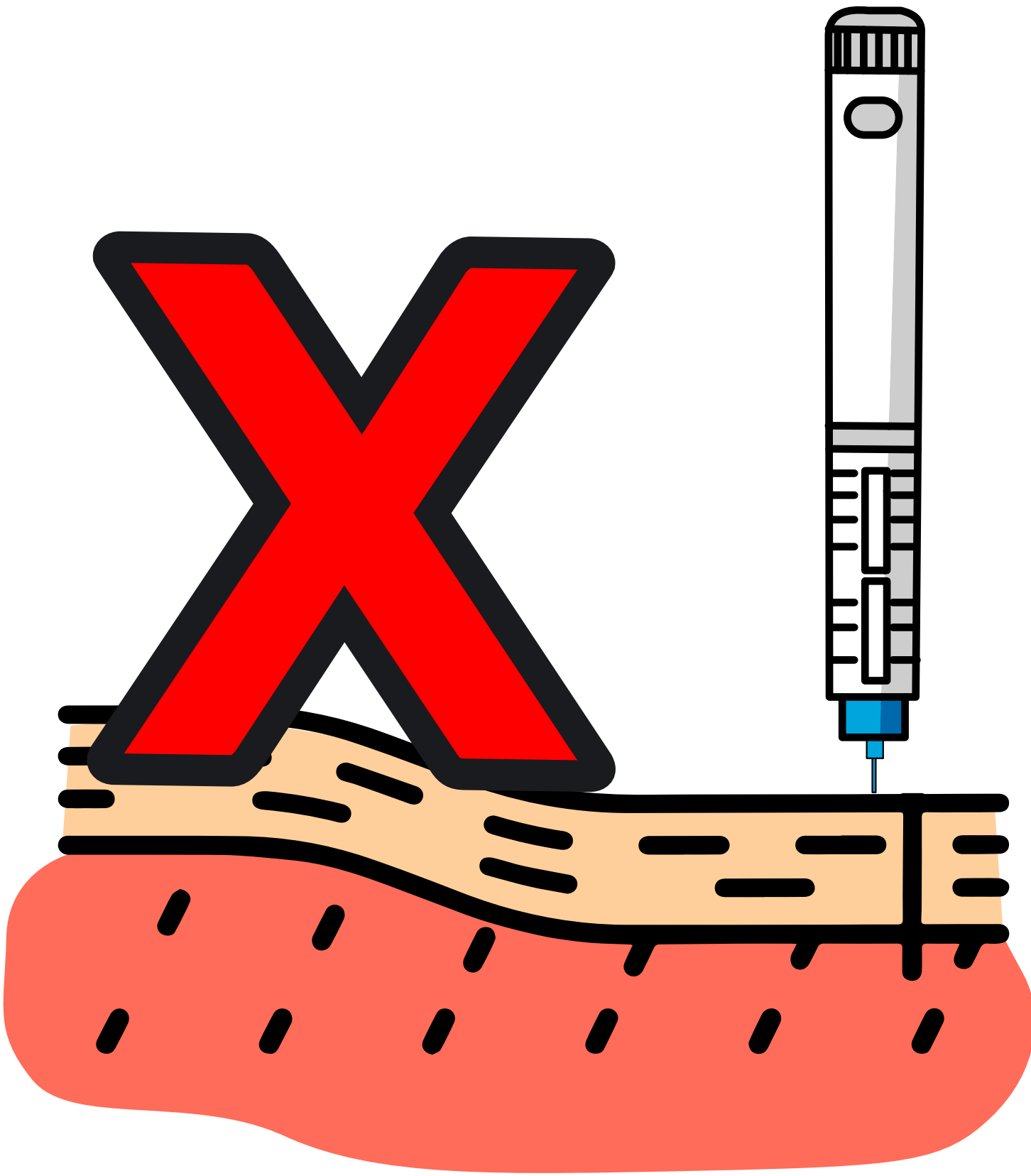


ಲಿಪೊಹೈಪಟ್ರೋಫಿ (ಲಿಪೊ) ಮೇಲ್ಮೈನ
ಚರ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೆಳಗಿರುವ ಕೊಬ್ಬಿನ
ಅಸಹಜ ರಚನೆಯಾಗಿದೆ. ಚರ್ಮವು ನಿಮ್ಮ
ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಉಳಿದ ಚರ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಗಂಟಿನಂತೆ
ಮತ್ತು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ,
ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಲವಾರು ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳನ್ನು
ಒಂದೇ ಸಮಯದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ
ಒಂದೇ ಭಾಗಕ್ಕೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ.

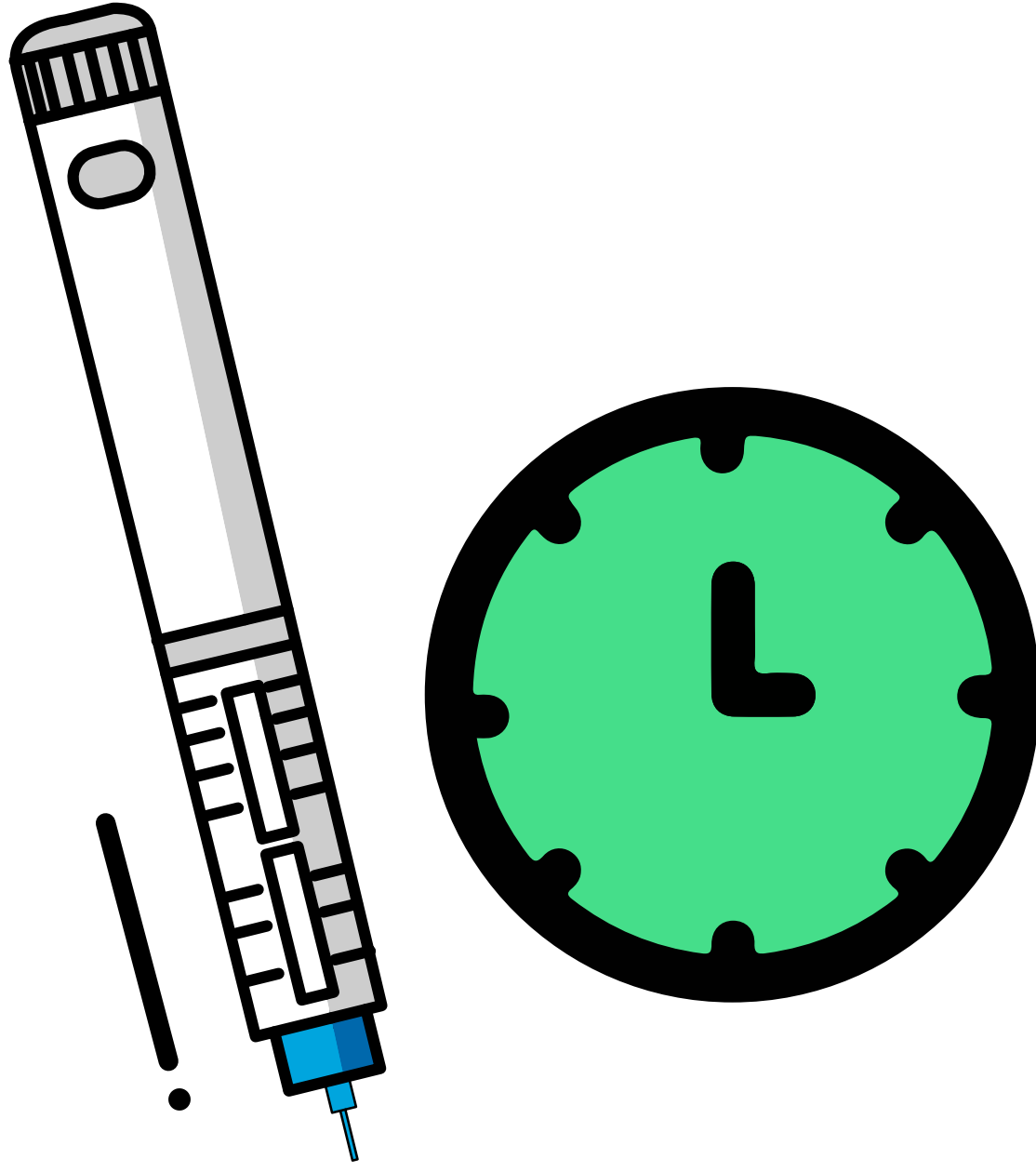


ಗಮನಿಸಿ: ಲಿಪೊ ಸೈಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನೋವಿನ ಸಂವೇದನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಸೂಚಕವಾಗಿರಬಹುದು

ಲಿಪೋಸು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ
ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಅನ್ನು
ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮವು ಗಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು
ಗಂಟಿನ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಚುಚ್ಚಿದಾಗ, ಅದು
ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೀರಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ.



ಇದರರ್ಥ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೆಚ್ಚು
ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಇದು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ
ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಮಟ್ಟ ಅಧಿಕವಾಗಲು
ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಅಥವಾ ತ್ವರಿತವಾಗಿ
ಹೀರಲ್ಪಡುತ್ತದೆ, ಇದು ಹೈಪೋಗ್ಲಿಸಿಮಿಯಾಕ್ಕೆ
ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

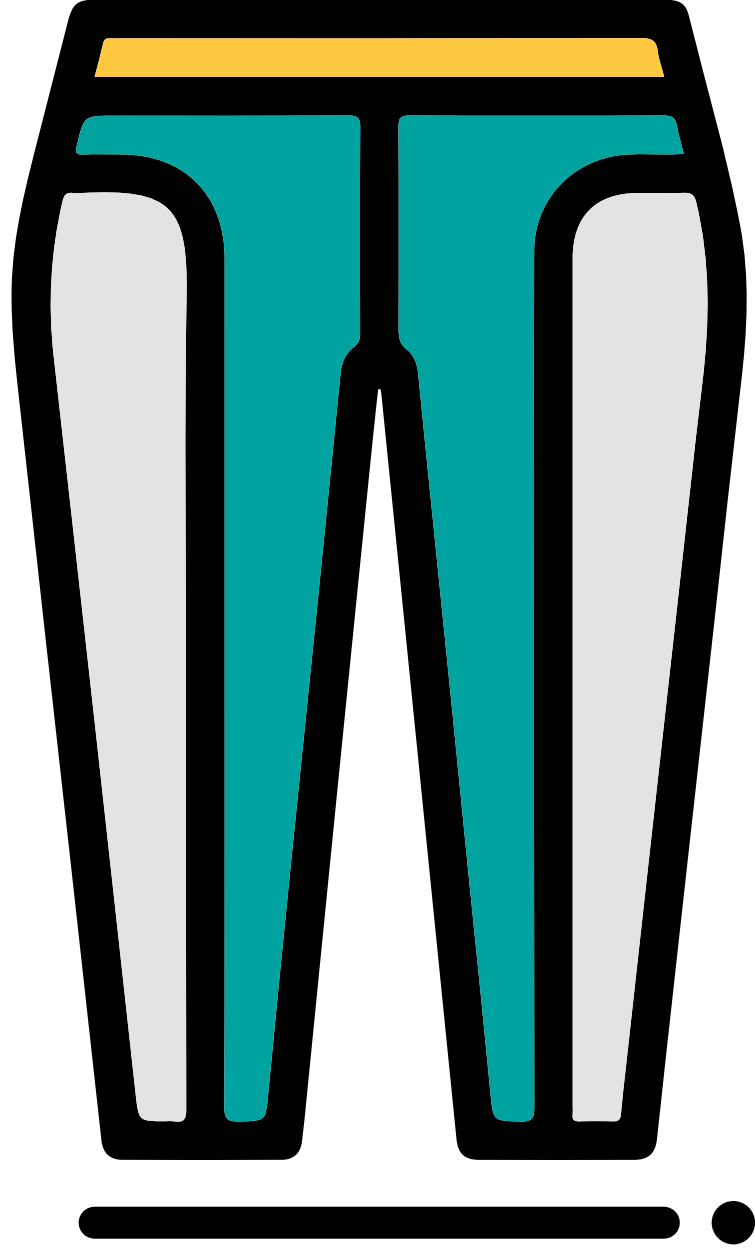


ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು
ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ಲಿಪೊ
ರಚನೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು
ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

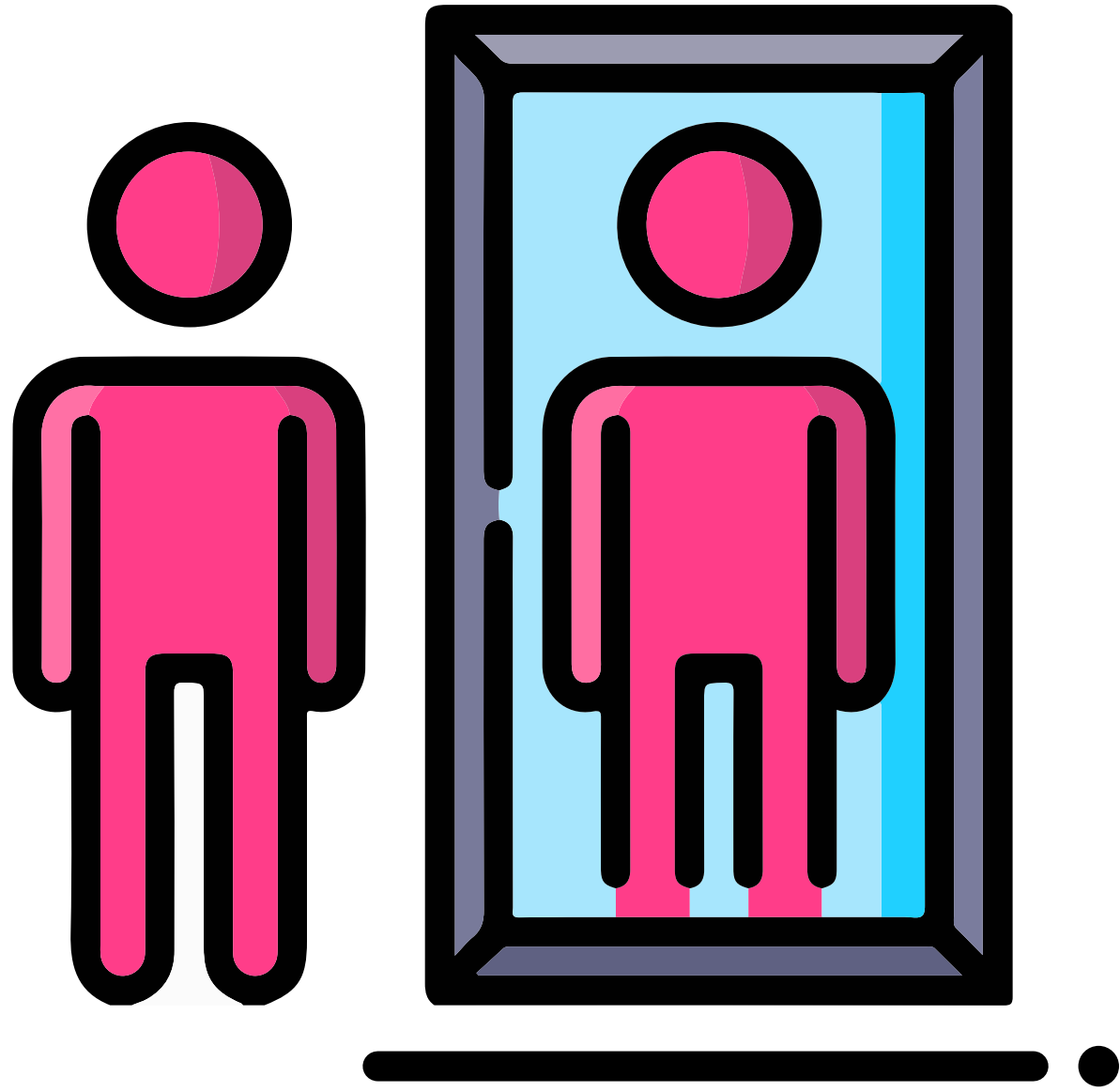


**ಲಿಪೋ ಪತ್ತೆ
ಮಾಡುವುದು
ಹೇಗೆ?**

ನೀವು ಚುಚ್ಚುವ ಸ್ಥಳಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಮತ್ತು
ಮೇಲಿಂದ ಯಾವುದೇ ಬಿಗಿಯಾದ
ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ



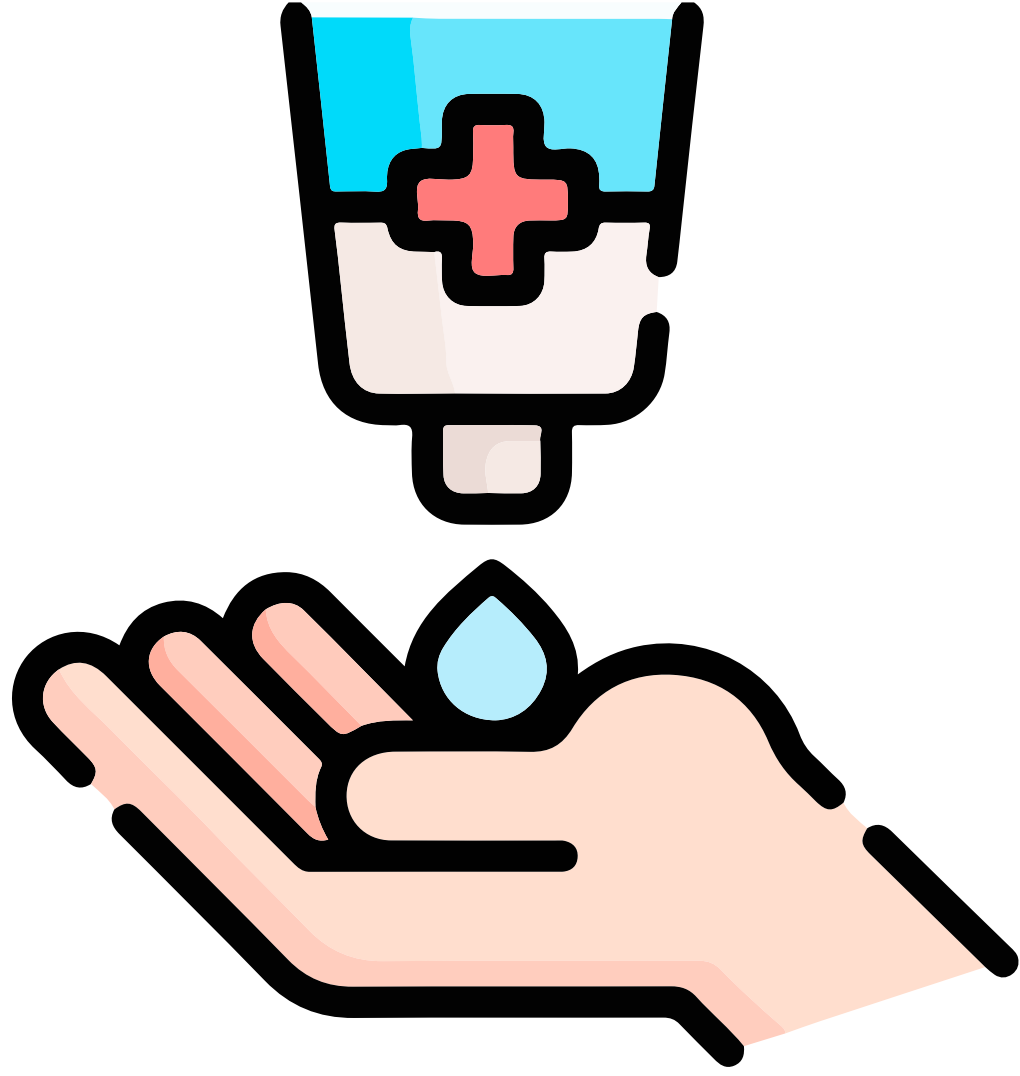
ಪೂರ್ಣ ಉದ್ಧವಿರುವ ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ
ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ಗಮನಿಸಿ



**ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಸ್ಥಳದ ಸುತ್ತಲೂ ಎರಡು
ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ. ವೃತ್ತದ ಗುಡಿಸುವ
ಚಲನೆಯೊಂದಿಗೆ, ಕೊಬ್ಬಿನ ಪದರಕ್ಕೆ
ಕೆಳಮುಖವಾಗಿ ಅಥವಾ
ಆಳವಾಗಿ ಒತ್ತಿರಿ.**

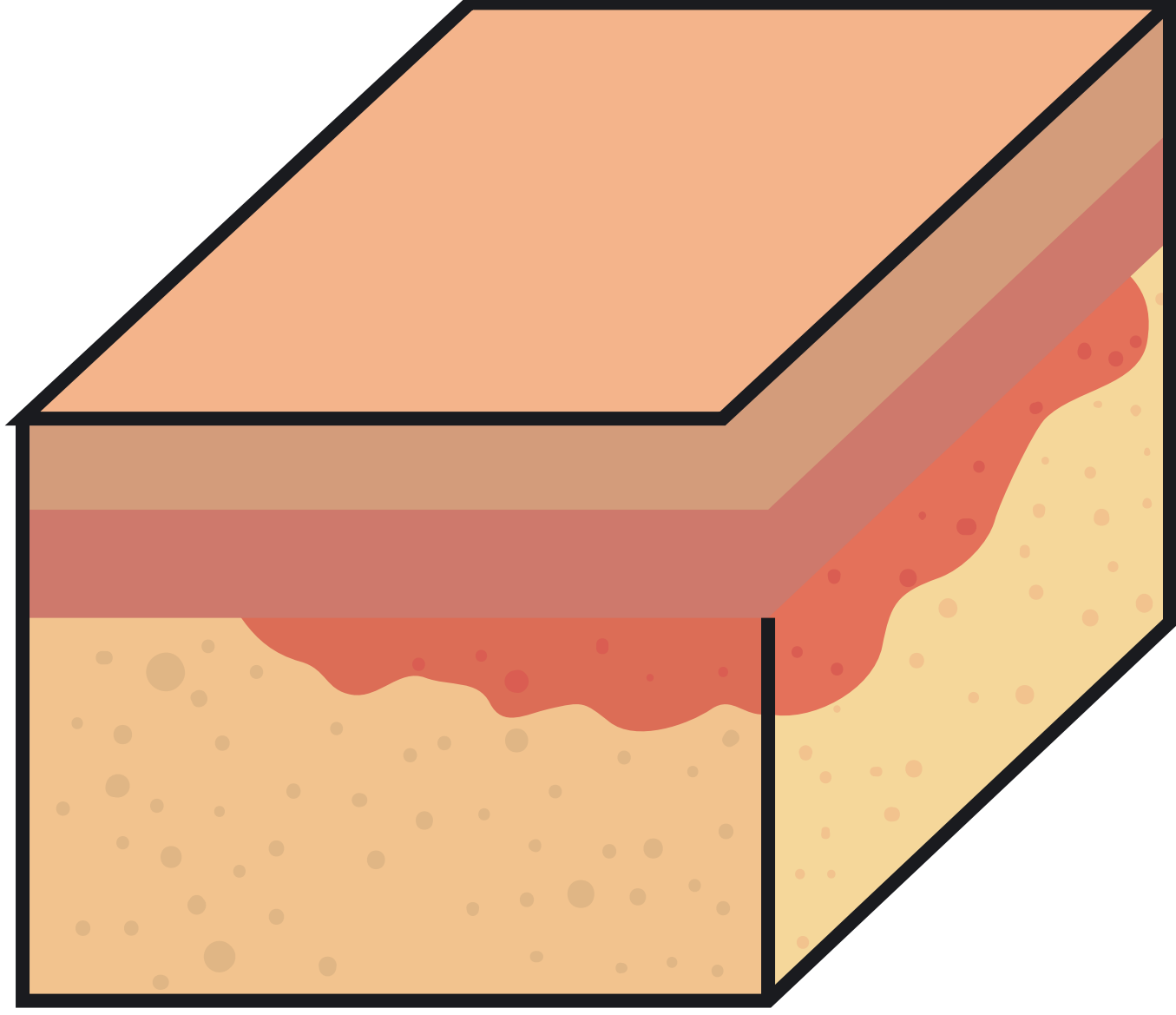


ನೀವು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಜಿಲ್ ಅಥವಾ
ಮಾಯಿಶ್ವರೈಸರ್ ಅನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿದರೆ,
ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು
ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿದೆ ಎಂದು
ನೀವು ತಿಳಿಯುತ್ತೀರಿ

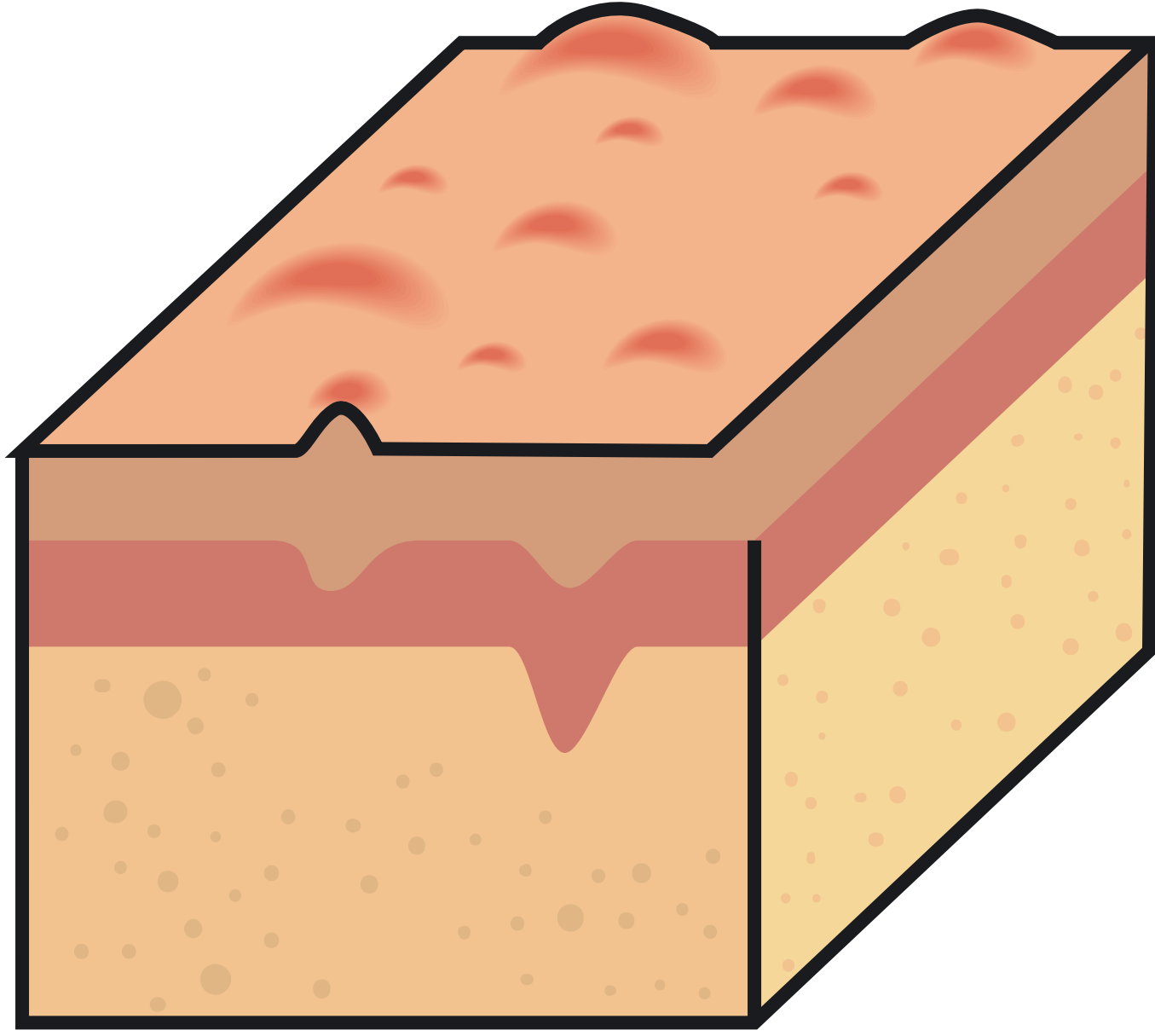


ಗಮನಿಸಿ: ಸೋಪಿನಿಂದ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು

ಲಿಪೋ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅಂಗಾಂಶವು
ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳು
ಮೃದುವಾದ ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಗಾಂಶವನ್ನು
ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಲಿಪೋಸ್ ಇದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳು ಗಟ್ಟಿಯಾದ /
ರಬ್ಬರಿನಂತಹ ಅಂಗಾಂಶದ ಪ್ರತಿರೋಧದ
ಅನುಭವ ಆಗುತ್ತದೆ.



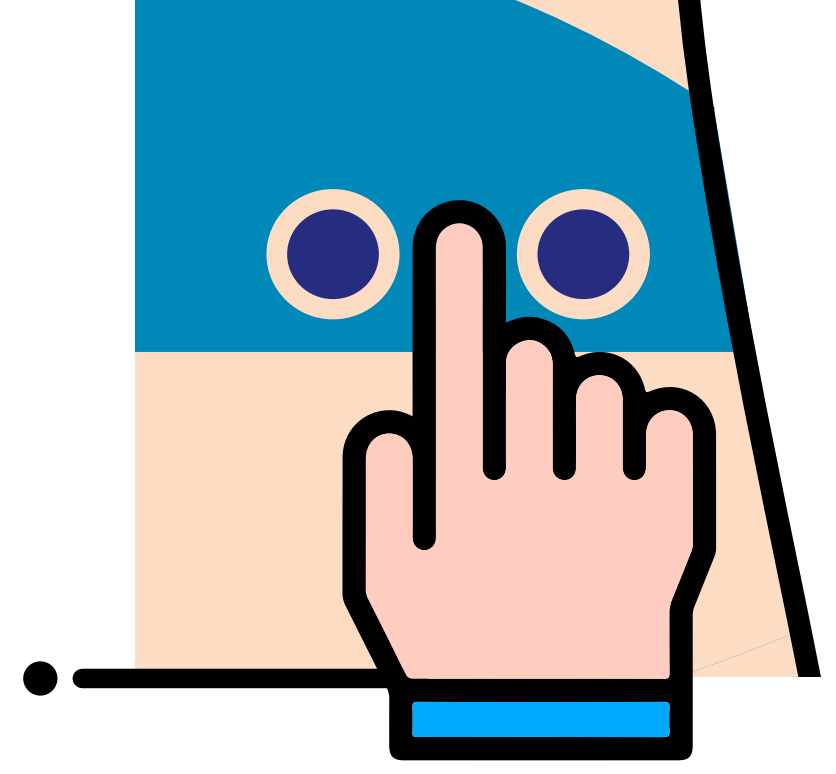
ಲಿಪೋಹೈಪಟ್ರೋಲಿಫಿ
ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು

ಅದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ
ಚುಚ್ಚಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳದ
ಆವರ್ತನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.

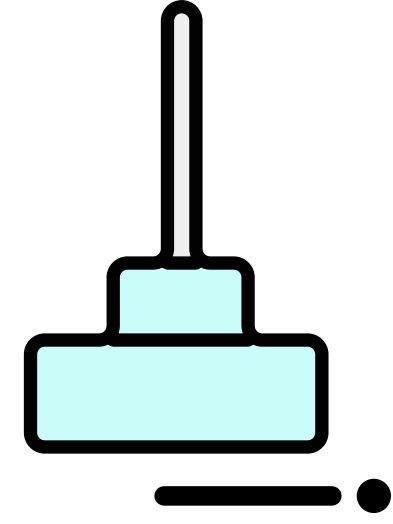
ಕೊನೆಯ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್

ಪಾಯಿಂಟ್‌ನಿಂದ ಸುಮಾರು

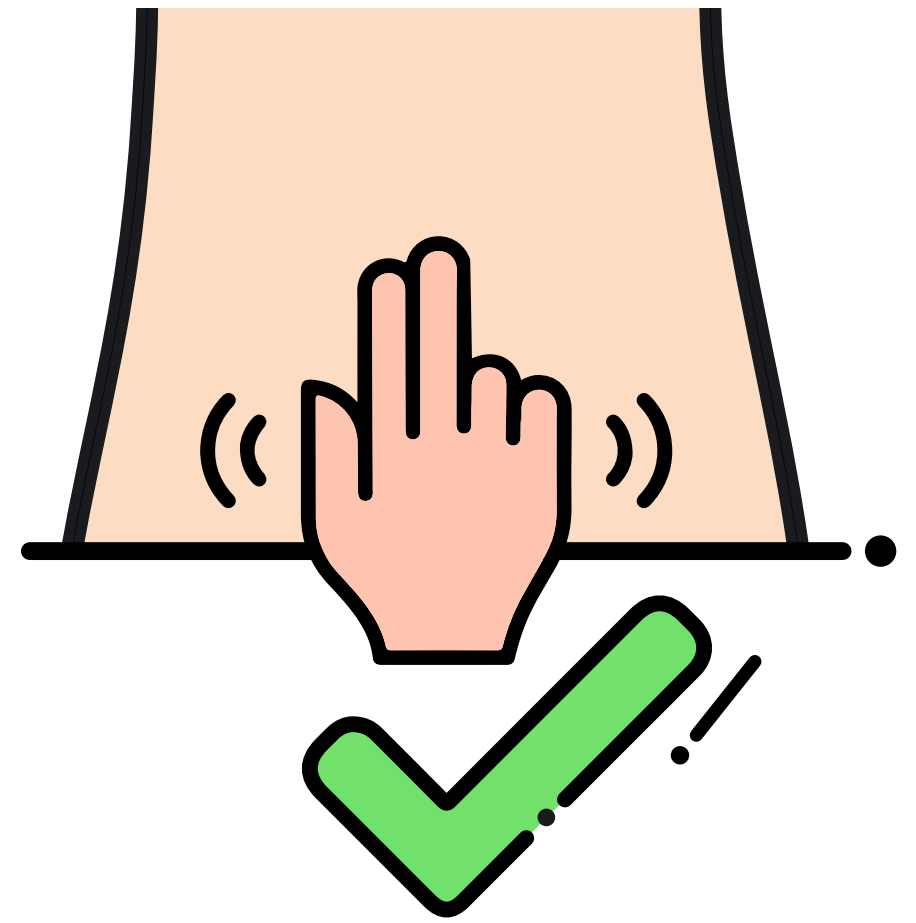
ಒಂದು ಬೆರಳಿನ ಅಗಲದಲ್ಲಿ ಚುಚ್ಚಿ.



ಸೂಜಿಗಳ ಏಕ ಬಳಕೆಯನ್ನು
ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಮತ್ತು ಅನುಸರಿಸಿ

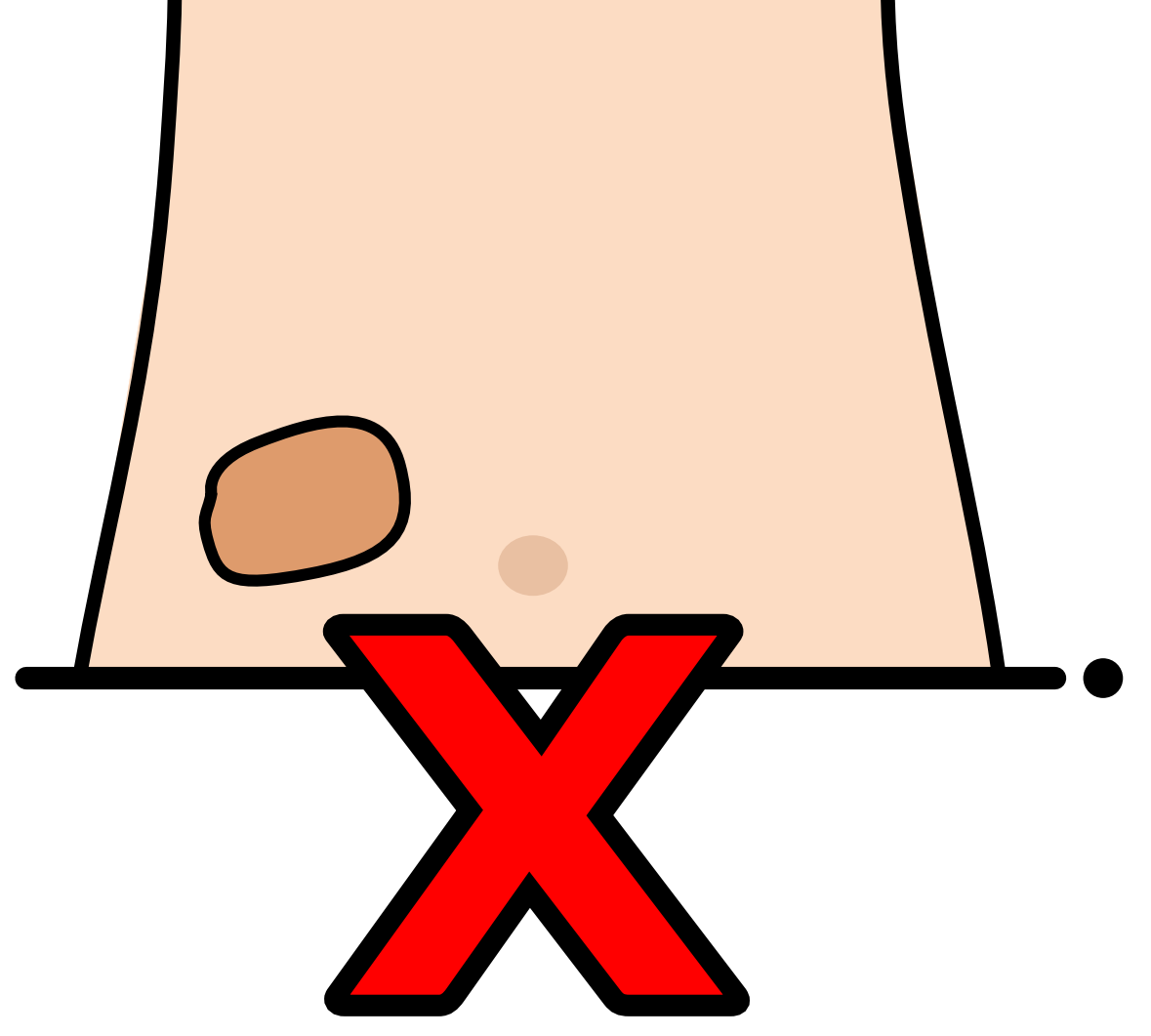


ಗಡ್ಡೆಗಳಿಗಾಗಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ
ಚುಚ್ಚುಮದ್ದಿನ ಸ್ಥಳ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ



**ಲಿಪೋಹೈಪಟ್ರೋಲಿಫಿ
ಇದ್ದರೆ ಏನು
ಮಾಡಬೇಕು?**

ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ
ಗುಣವಾಗುವವರೆಗೆ **ಅದೇ
ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಚುಚ್ಚಬೇಡಿ.** ಇದು
2-3 ತಿಂಗಳವರೆಗೆ
ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ನೀವು ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು
ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ
ಯಾವುದೇ **ಗಂಟುಗಳು,**
ಉಬ್ಬುಗಳು ಅಥವಾ
ಊತವನ್ನು ಕಂಡರೆ ತಕ್ಷಣವೇ
ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಅಥವಾ **MyCARE**
ಮಧುಮೇಹ ತಜ್ಞರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.



“ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು
ಅಥವಾ **MyCARE** ಡಯಾಬಿಟಿಸ್
ಎಜುಕೇಟರ್‌ರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ”



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



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.

