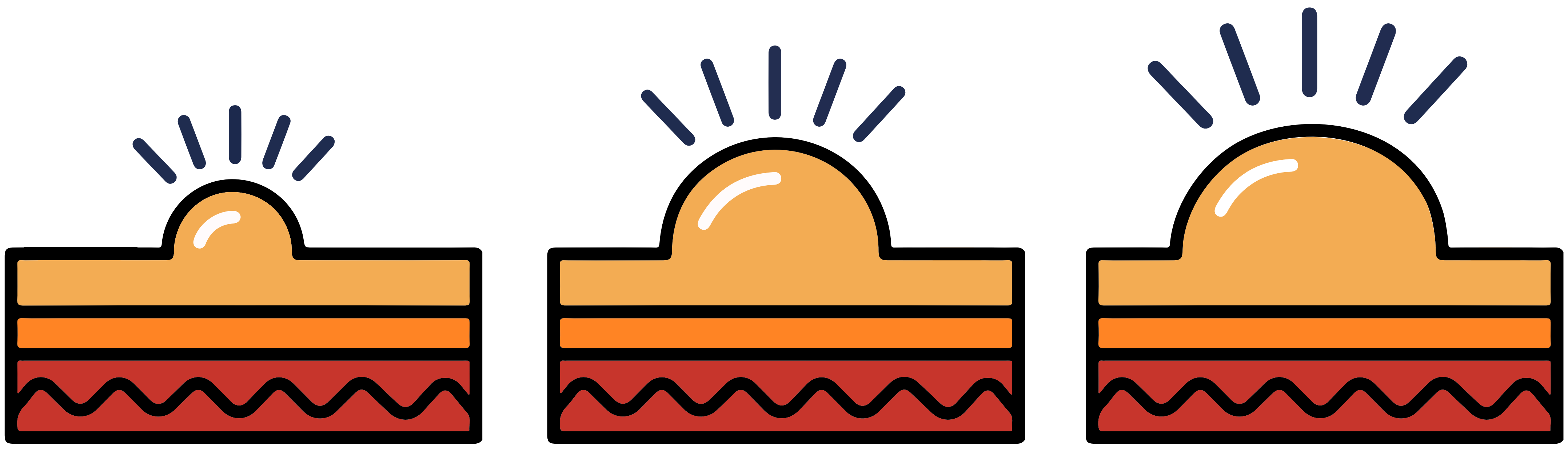
MyCARE

With me, every step of the way

“साइट रोटेशन (इंजेक्शनची जागा बदलणे) याचे महत्त्व लक्षात घेता, **आपण ’लायपोहायपरट्रॉफी’ म्हणजे काय** आणि तुम्ही ते कसे शोधून काढू शकता **हे समजून घेऊ या.**”

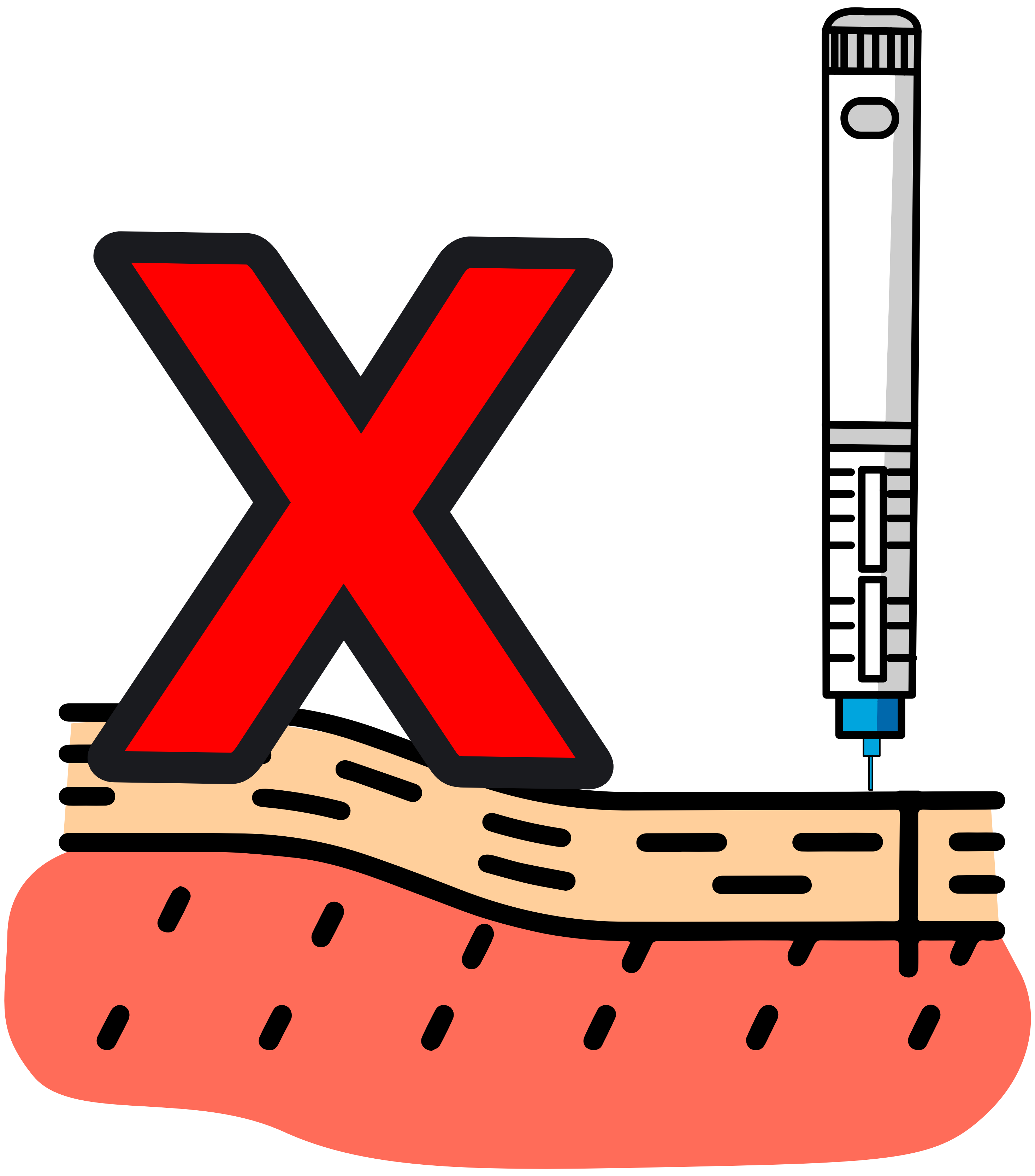
लायपोहायपरट्रॉफी (एलआयपीओ) म्हणजे त्वचेच्या पृष्ठभागाच्या खाली लागूनच **असाधारण प्रमाणात चरबी** साठणे. यामुळे त्वचा तुमच्या शरीरावरील इतर ठिकाणच्या त्वचेच्या तुलनेत खडबडीत व घट्ट असलेली जाणवेल, जर एखाद्या विशिष्ट कालावधीत त्वचेवर अनेक इंजेक्शन्स साधारणपणे एकाच जागेवर दिली गेली तर हे घडू शकते.



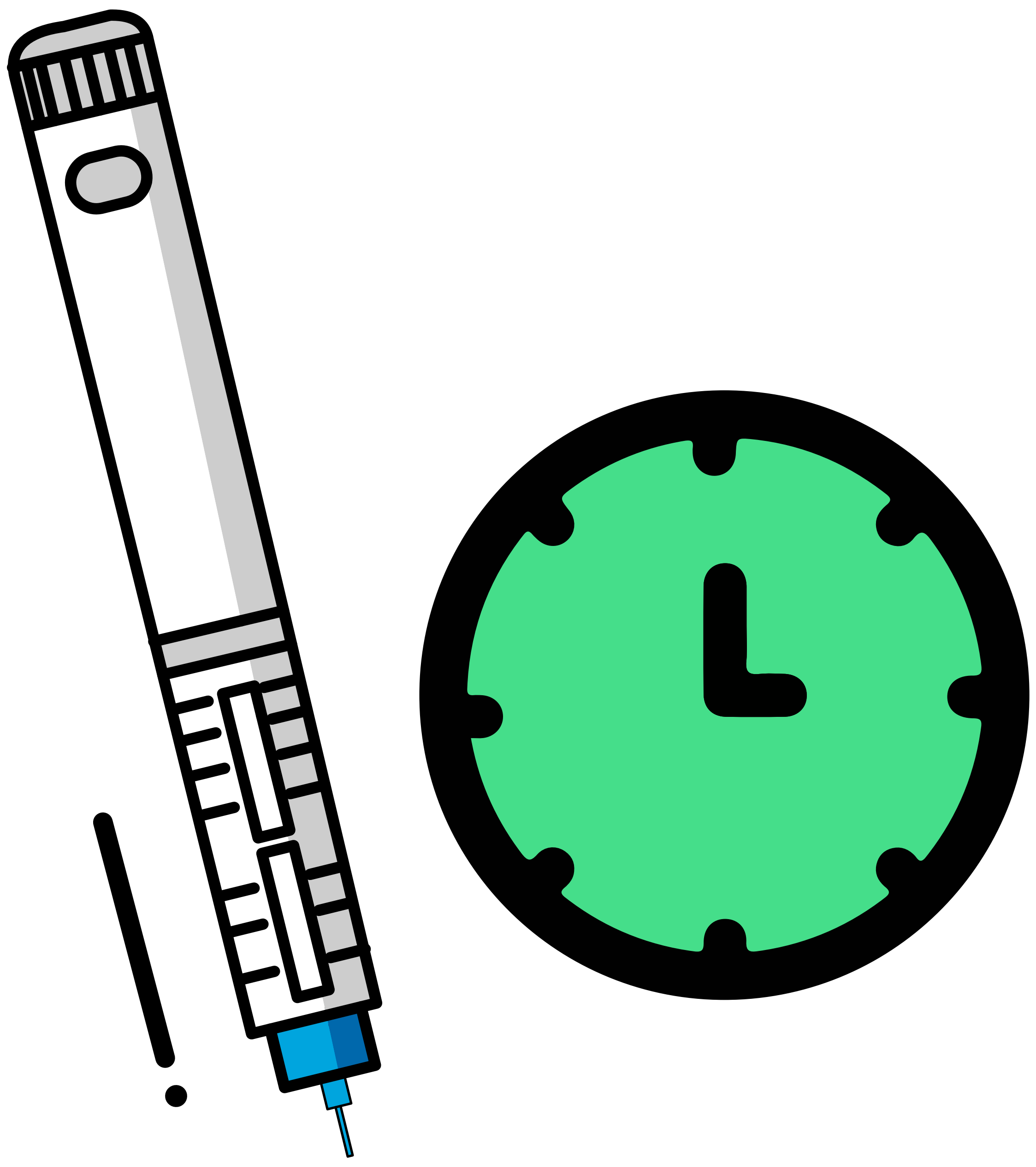
टीप : लायपो साइटस म्हणजेच लायपो जेथे आहे अशा जागेमधील वेदना जाणवणे कमी होते, हे एक निदर्शक असू शकते.

लायपोजमुळे इन्शुलिनचे काम योग्य रीतीने होण्यात अडथळा येतो.

जेव्हा त्वचा खडबडीत होते आणि इन्शुलिन अशा खडबडीत जागी दिले जाते तेव्हा **ते नीट एकसमान पद्धतीने शोषिले जात नाही.**



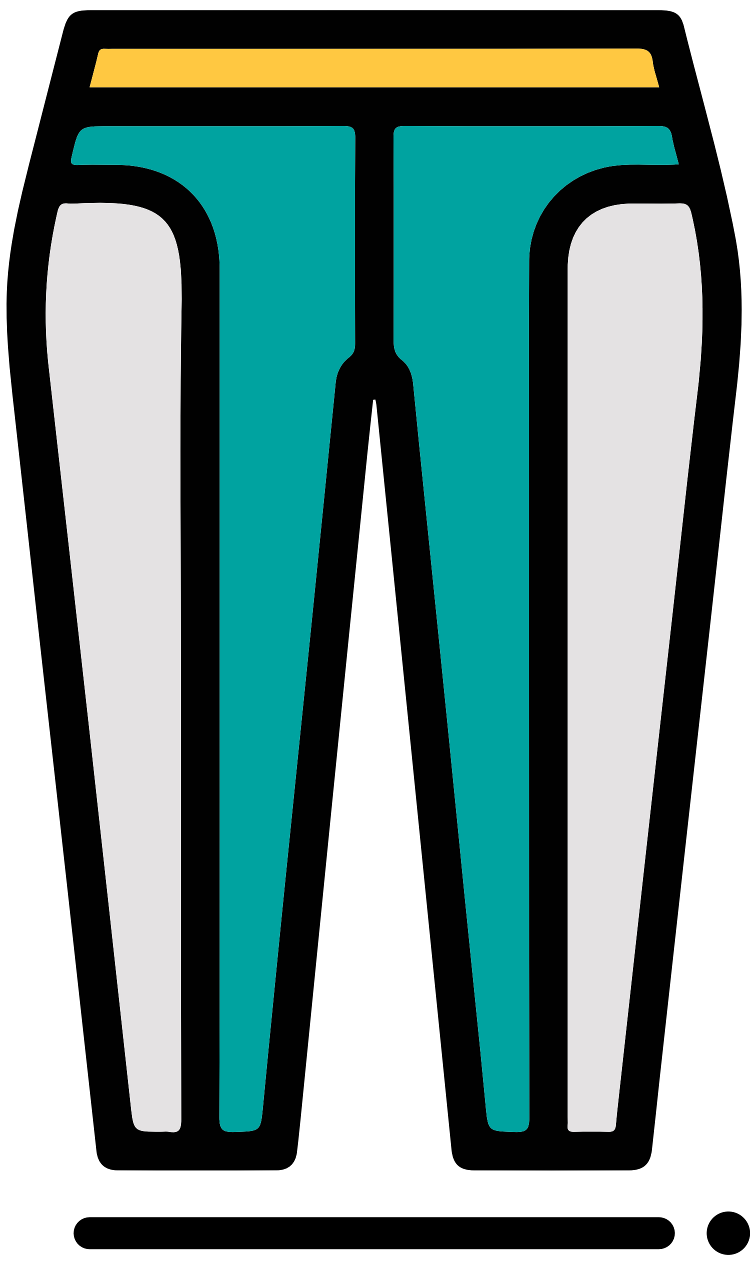
याचाच अर्थ असा की
इन्शुलिन शोषले जाण्यासाठी जास्त वेळ लागतो, त्यामुळे रक्त शर्करा पातळ्या वाढतात किंवा ते खूपच वेगाने शोषले जाऊ शकते व त्यामुळे हायपोग्लायसेमिया होऊ शकतो.



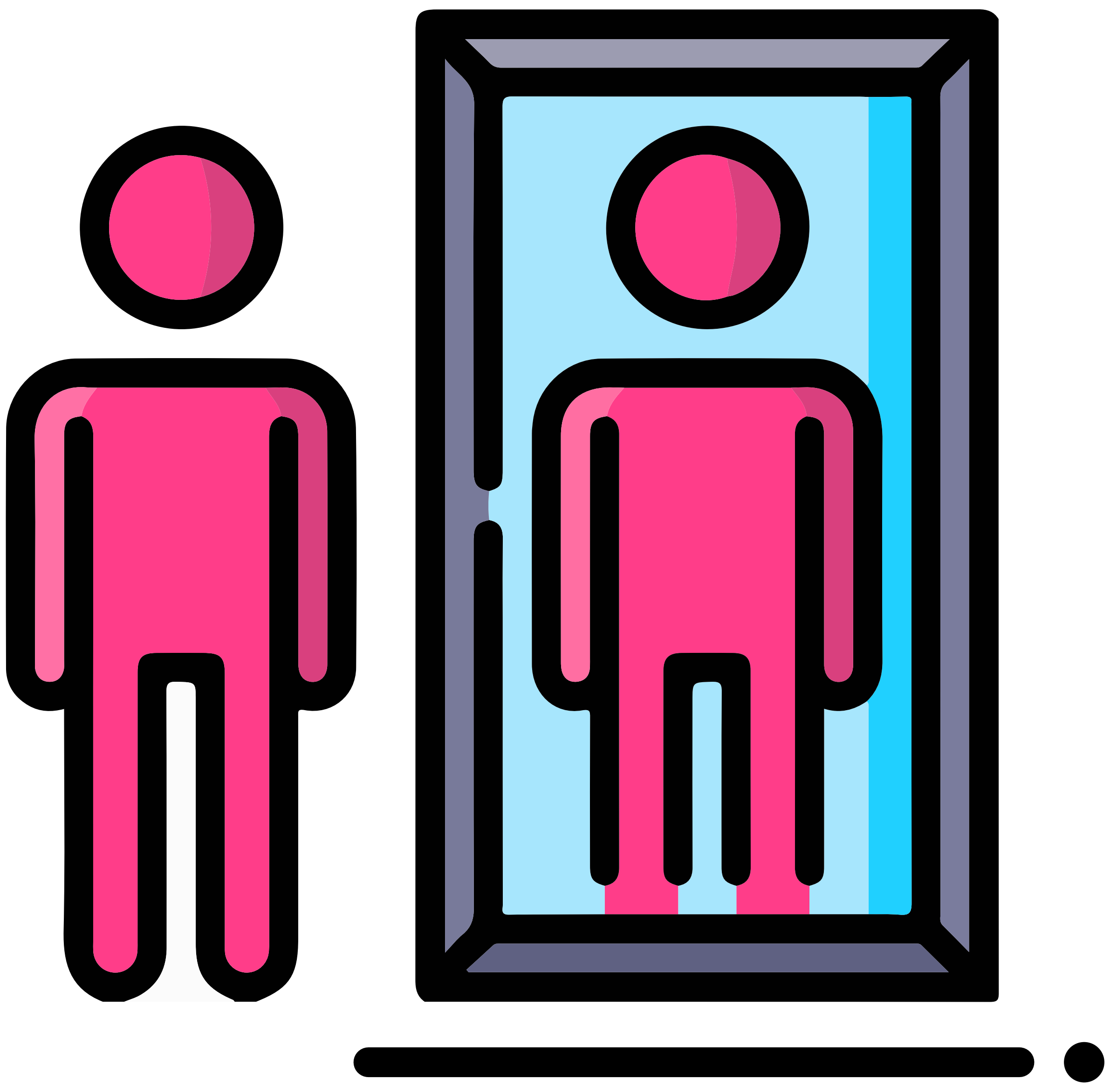
इंजेक्शनच्या जागेची नियमितपणे तपासणी करून **लायपो निर्माण होत आहेत का हे पाहणे महत्त्वाचे असते**

लायपोचा तपास कसा करवा ?

जेथे तुम्ही इंजेक्शन देणार आहात त्या जागेभोवती जर कोणतेही **आवळणारे कपडे असतील तर ते दूर करावेत.**

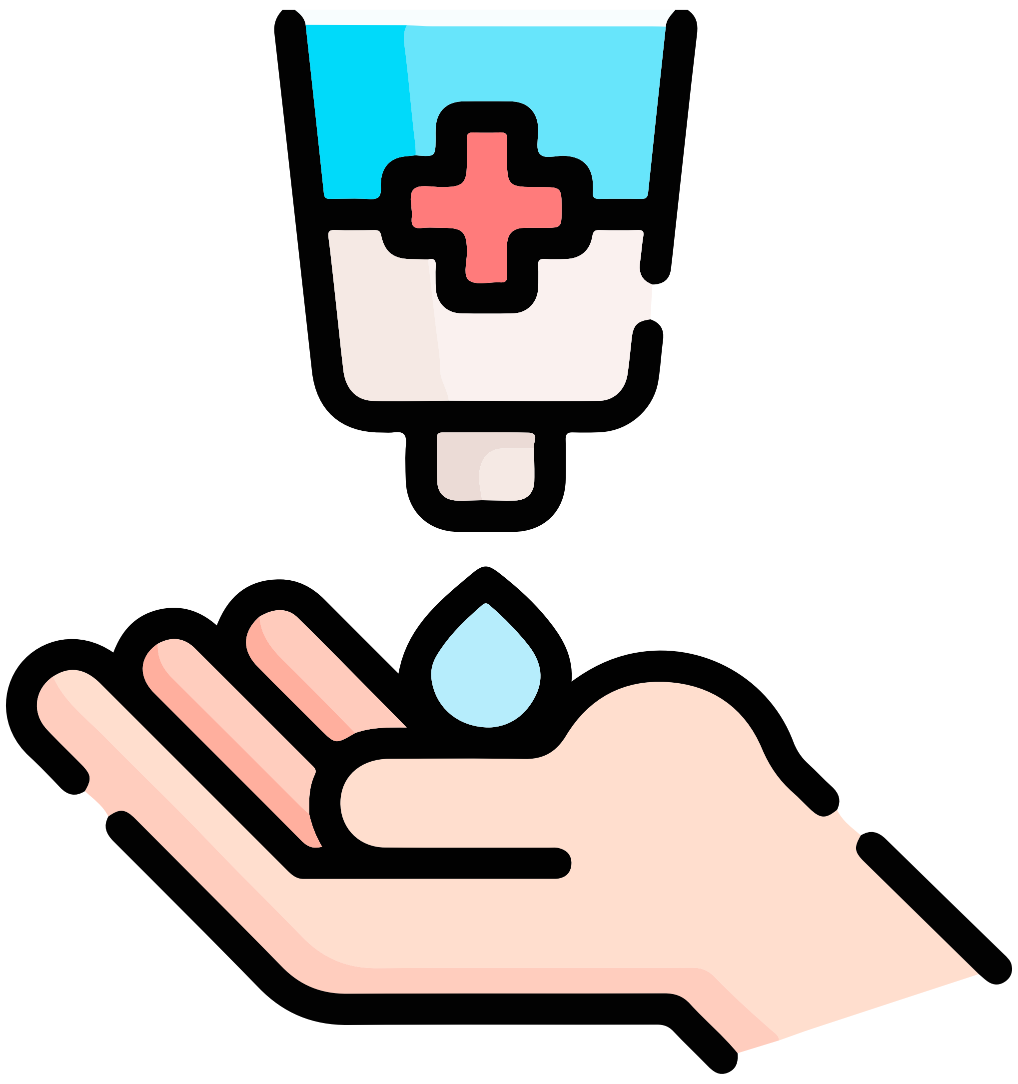


तुम्ही स्वत:कडे संपूर्ण उंचीच्या आरशात पहा.



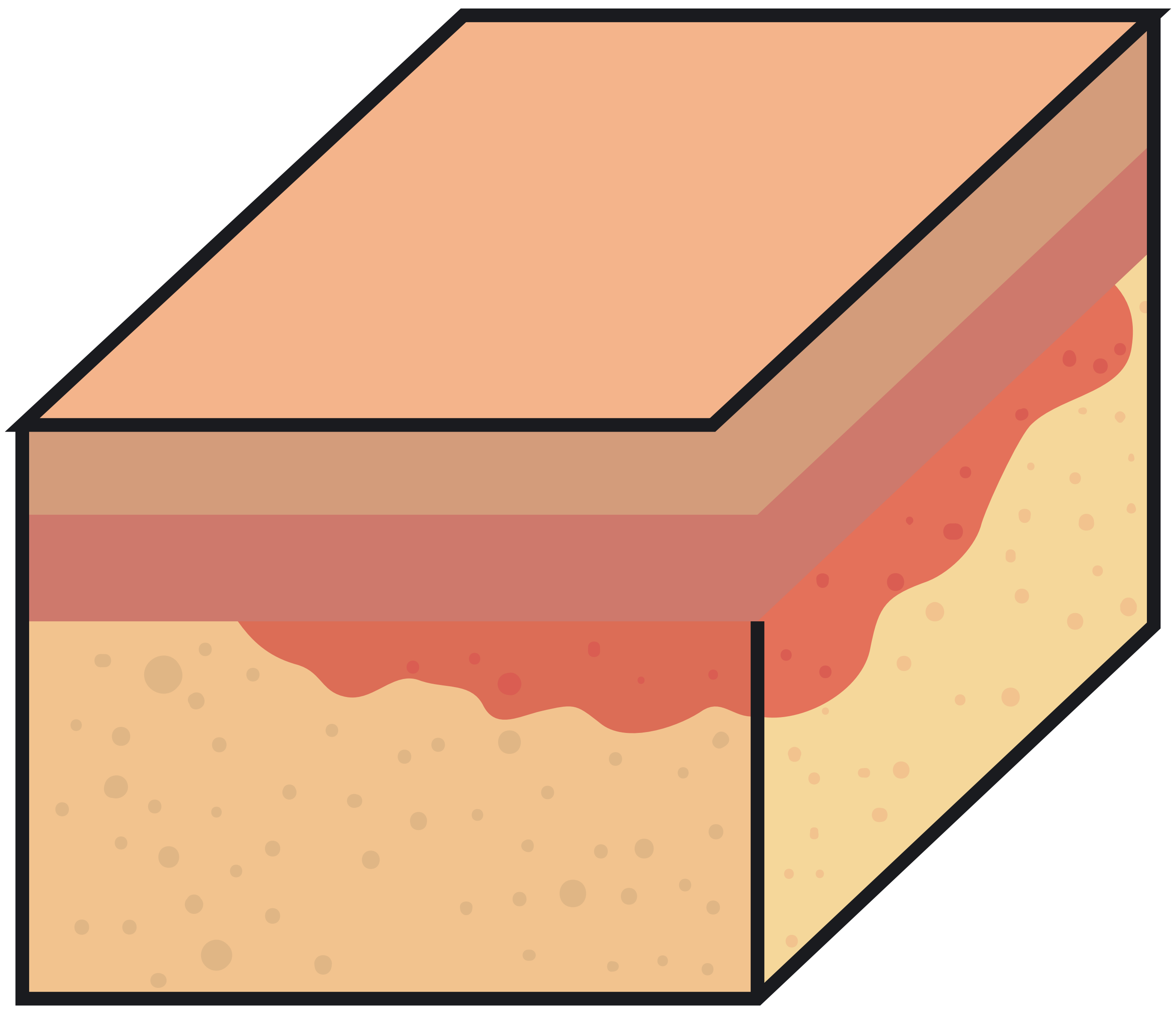
इंजेक्शनच्या जागेच्या भोवतीच्या भागात दोन बोटे ठेवा. गोलाकार बोटे फिरवीत, खालच्या दिशेने दाबा किंवा चरबीच्या थरात खोलवर दाबा.

जर तुम्ही तपासणी करत असलेल्या भागावर जेल किंवा मॉइश्चरायझर लावलेत **तर तुम्हाला सहजपणे तपासणी करता येईल** व ते अधिक सुखकर असेल



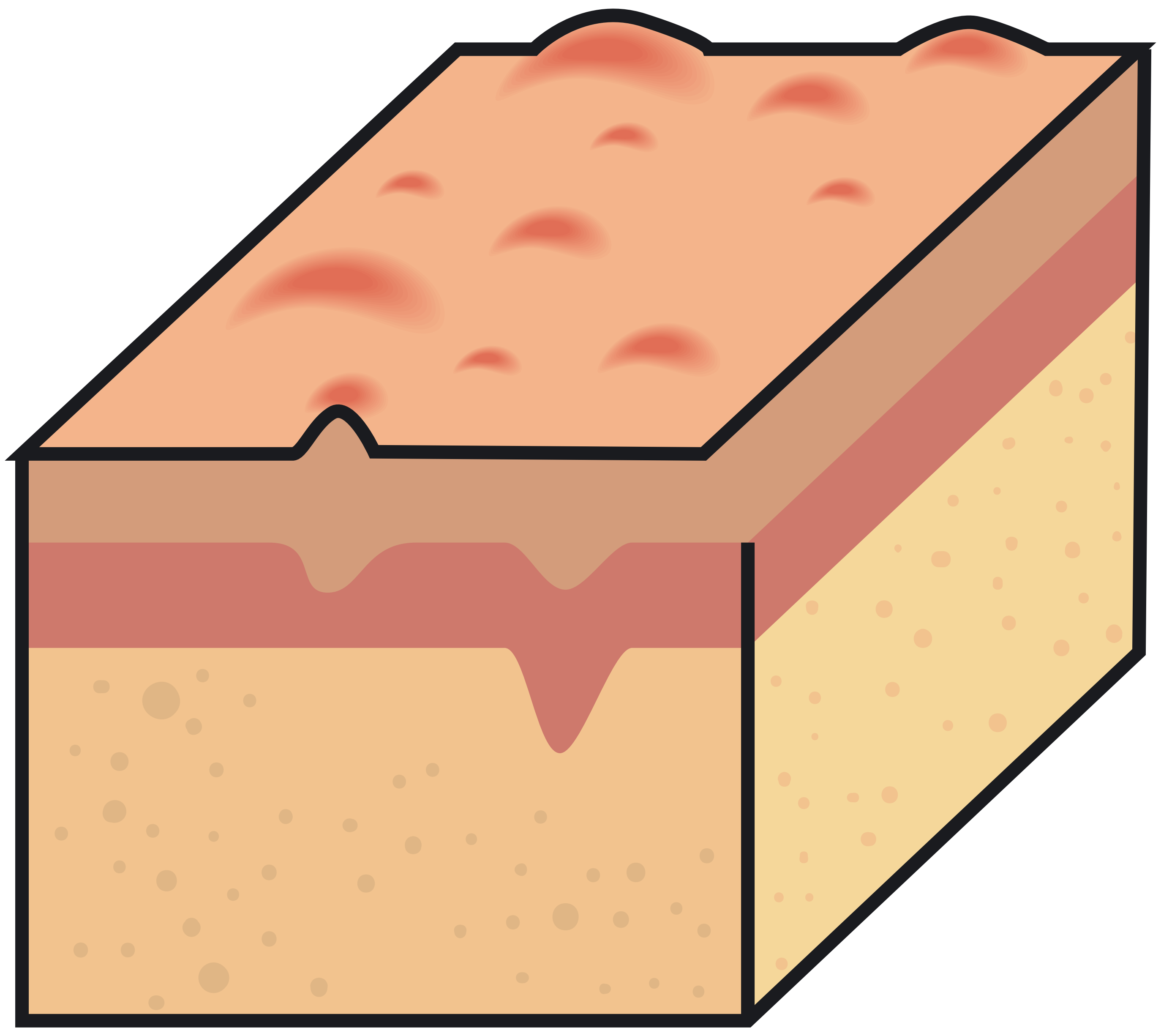
टीप: तुम्ही ही तपासणी आंघोळ करत असताना साबण लावलेल्या त्वचेवरही करू शकता.

जर तेथे कोणतेही लायपो नसेल आणि जर तो टिश्यू निरोगी असेल तर, **तुमची बोटे मऊ चरबीच्या टिश्यूवरून सहजपणे फिरतील.**



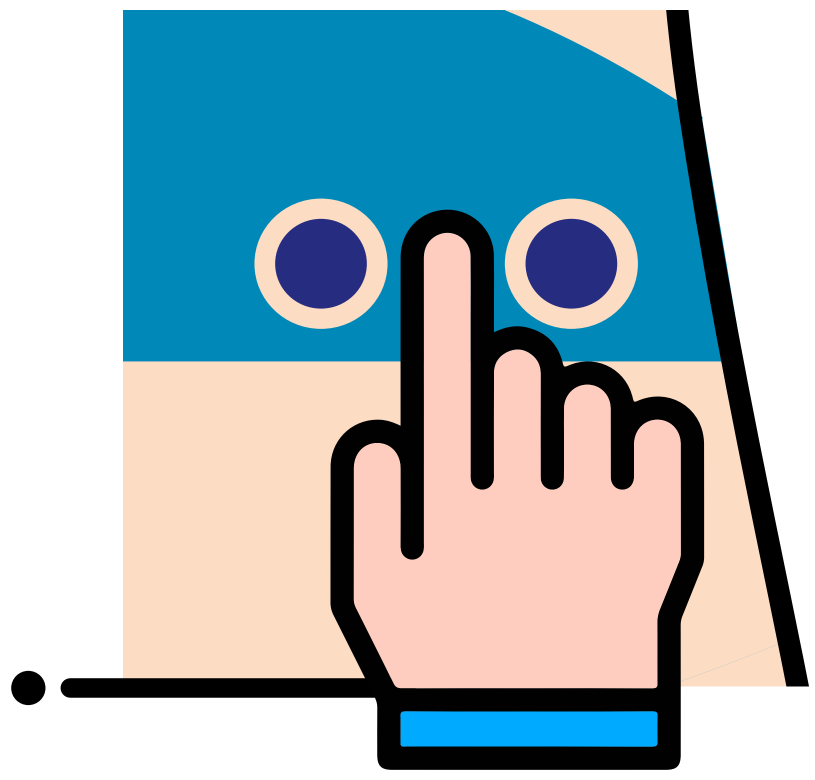
जर तेथे लायपोज असतील तर

तुमच्या बोटाला काहीतरी कडक जाणवेल/ रबरासारख्या टिश्यूकडून प्रतिरोध होताना जाणवेल.

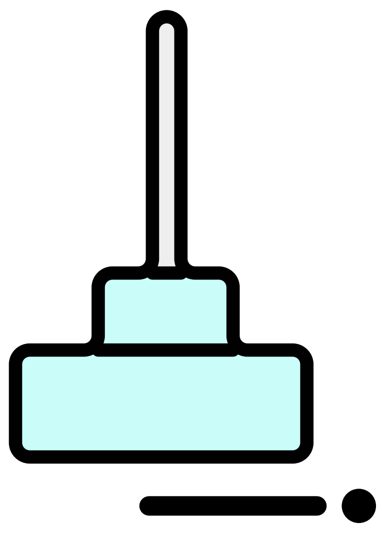


लायपोहायपरट्रॉफीला प्रतिबंध करणे

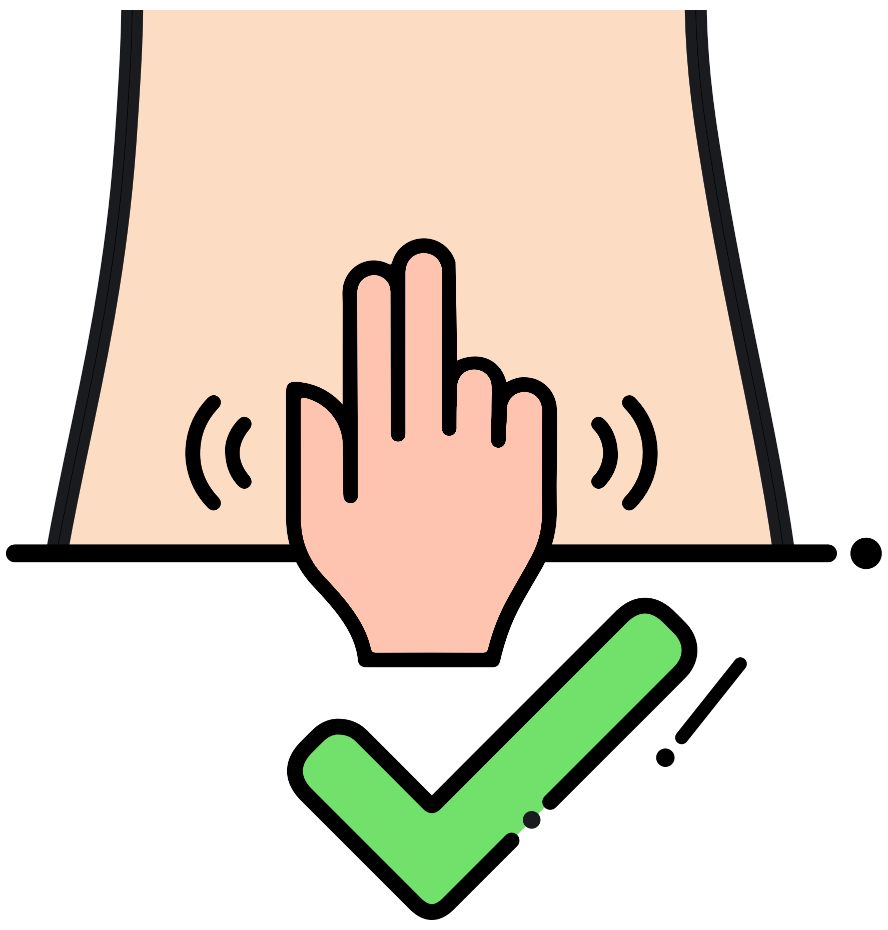
एकाच ठिकाणी वारंवार इंजेक्शन देऊ नका आणि साइट रोटेशनचा म्हणजेच जागा वारंवार बदलण्याचा नियम पाळा. **शेवटचे इंजेक्शन जेथे दिले होते त्या जागेपासून एका बोटाच्या अंतरावर पुढचे इंजेक्शन द्या.**



एक सुई एकदाच वापरण्याचा **नियम पाळा**

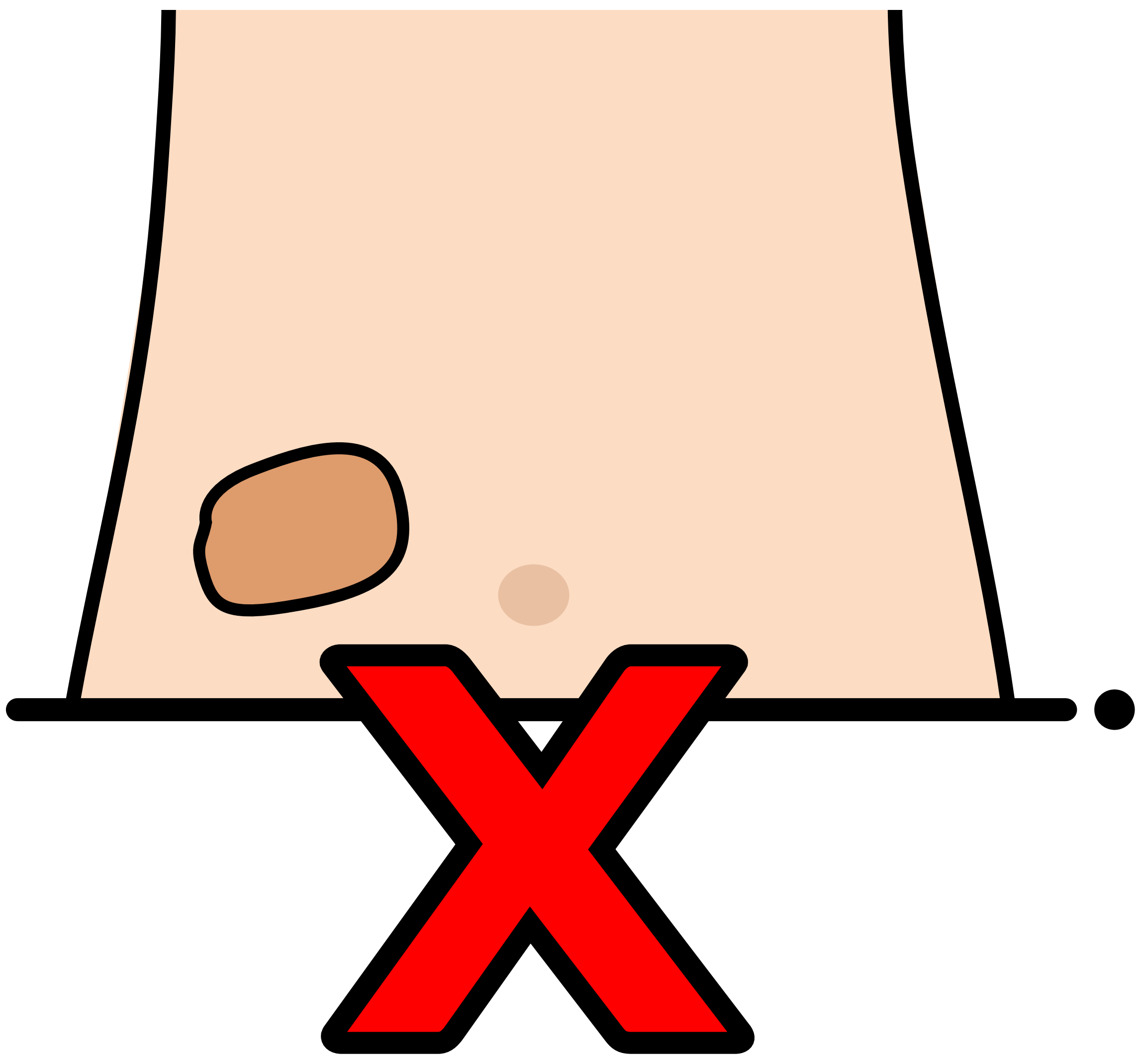


इंजेक्शन दिलेल्या जागेची नियमितपणे तपासणी करून तेथे गुठळ्या निर्माण झाल्या आहेत का ते पहा



जर लायपोहायपरट्रॉफी असेल तर काय करावे ?

संपूर्णपणे बरी होईपर्यंत त्याच जागेवर इंजेक्शन देऊ नका. यासाठी 2-3 महिने लागू शकतात.



जर तुम्ही इंजेक्शन घेत असताना **तुम्हाला इंजेक्शनच्या जागेवर गुठळ्या, खडबडीतपणा किंवा सूज आल्याचे जाणवले** तर ताबडतोब तुमच्या डॉक्टरांना किंवा **MyCARE** डायबेटीस एज्युकेटरना कळवा.

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

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.