

# MyCARE

With me, every step of the way



“ ছাইট ঘূৰণৰ গুৰুত্বৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰাখি,  
‘লিপ’হাইপাৰট্ৰ’ফী’ কি আৰু আপুনি  
ইয়াক কেনেকৈ ধৰা পেলাব পাৰে,  
আহক আমি সেয়া বুজি লওঁ । ”



লিপ'হাইপাৰট্ৰ'ফী (লিপ') হৈছে

ছালৰ পৃষ্ঠৰ ঠিক তলত চৰ্বী

অস্বাভাৱিকভাৱে জমা হোৱা ।

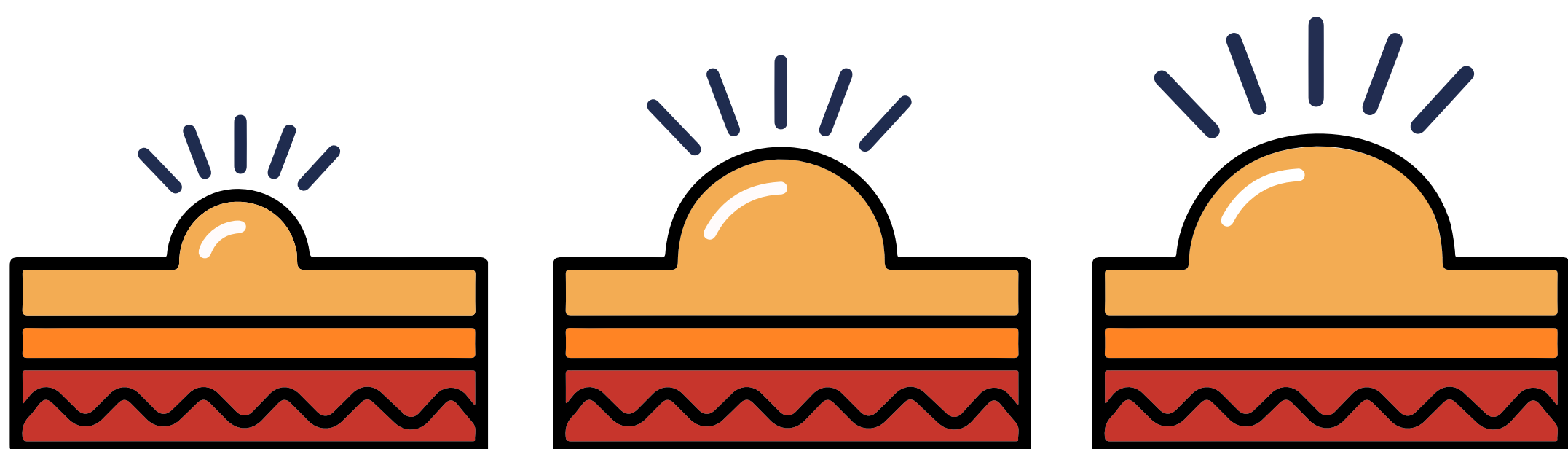
আপোনাৰ শৰীৰৰ বাকী ছালৰ তুলনাত

ছালখন গোটা আৰু দৃঢ় অনুভৱ হ'ব,

সাধাৰণতে ছালৰ একেটা অংশতে সময়ৰ

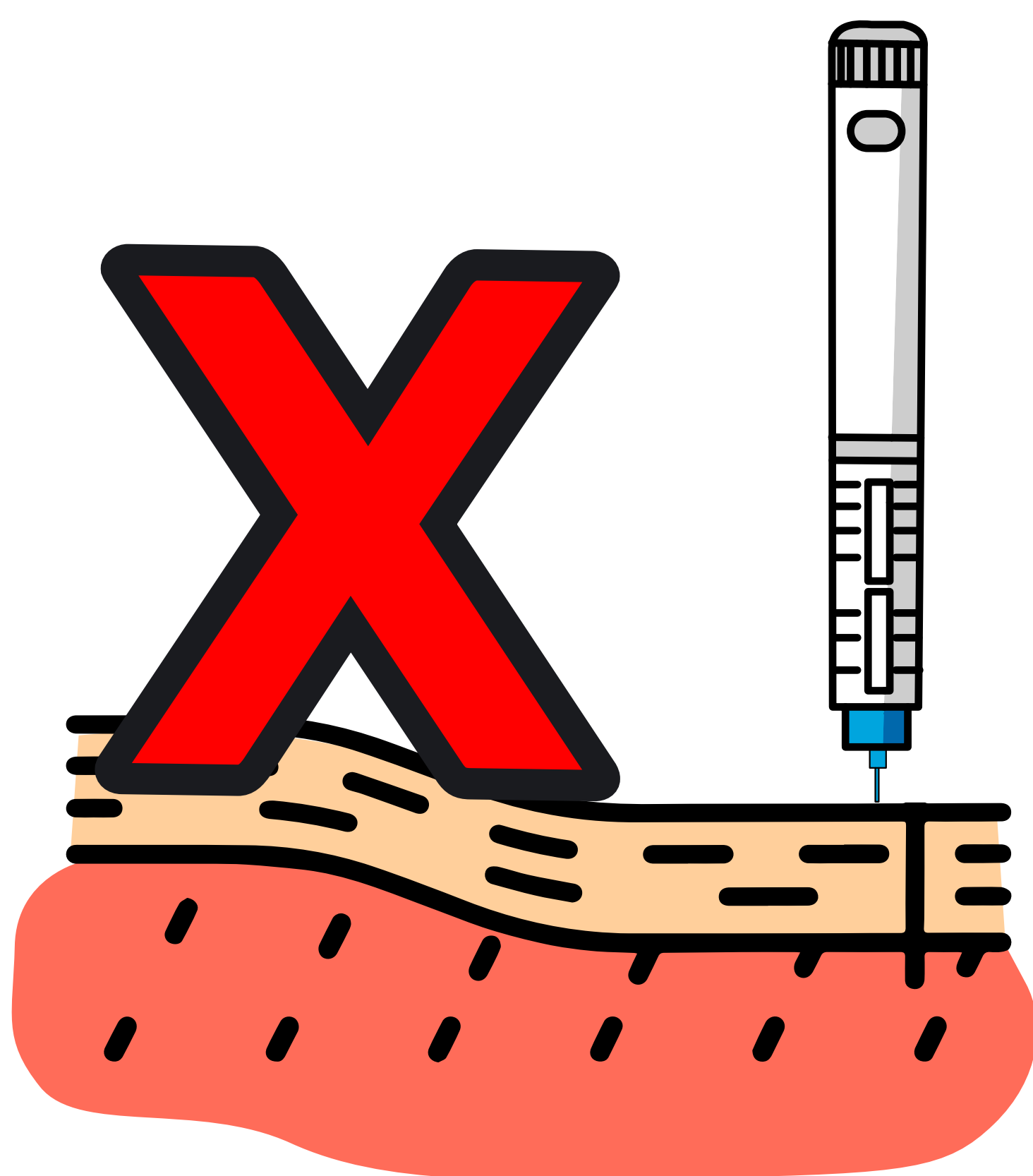
ভিতৰত একাধিক বেজী মোটামুটিভাৱে

দিলে এই ৰোগ হয়।

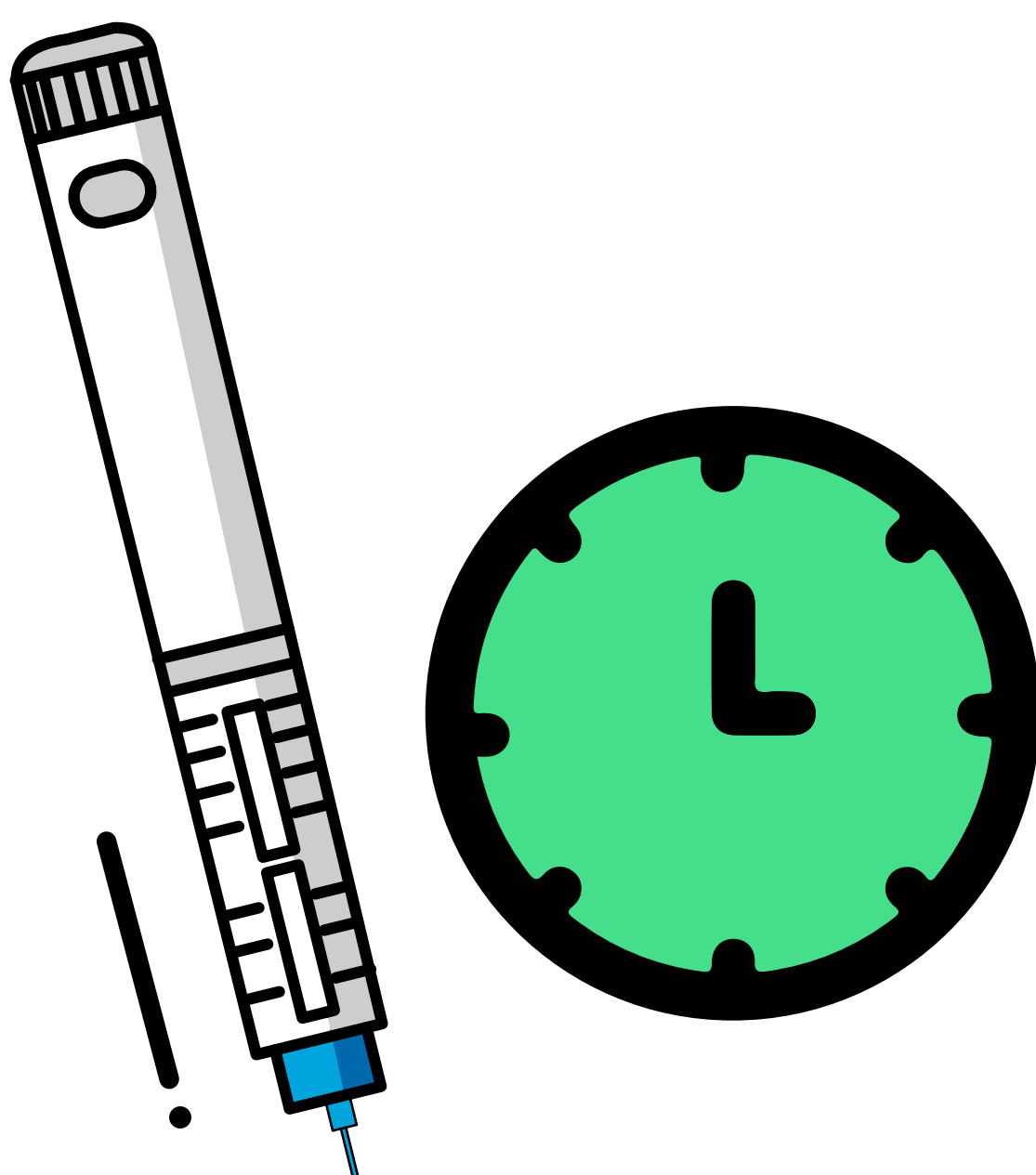


টোকা : লিপ' ঠাইত বিষ অনুভূতি কমি যায় যিটো এটা সূচক হ'ব পা

লিপ'ৰে ইনচুলিনৰ সঠিক কাম কৰা বন্ধ কৰে।  
যেতিয়া ছালখন গোট খাই পৰে, আৰু  
গোটা অংশত ইনচুলিন বেজী দিয়া হয়,  
তেতিয়া ই ধাৰাবাহিকভাৱে শোষিত নহয়।



অৰ্থাৎ ইনচুলিন শোষণ হ'বলৈ বেছি সময়  
লাগে, যাৰ ফলত ৰক্তৰ গ্লুক'জৰ মাত্ৰা  
অধিক হয়, বা অতি সোনকালে শোষিত  
হ'ব পাৰে, যাৰ ফলত হাইপ'গ্লাইচেমিয়া হয়।

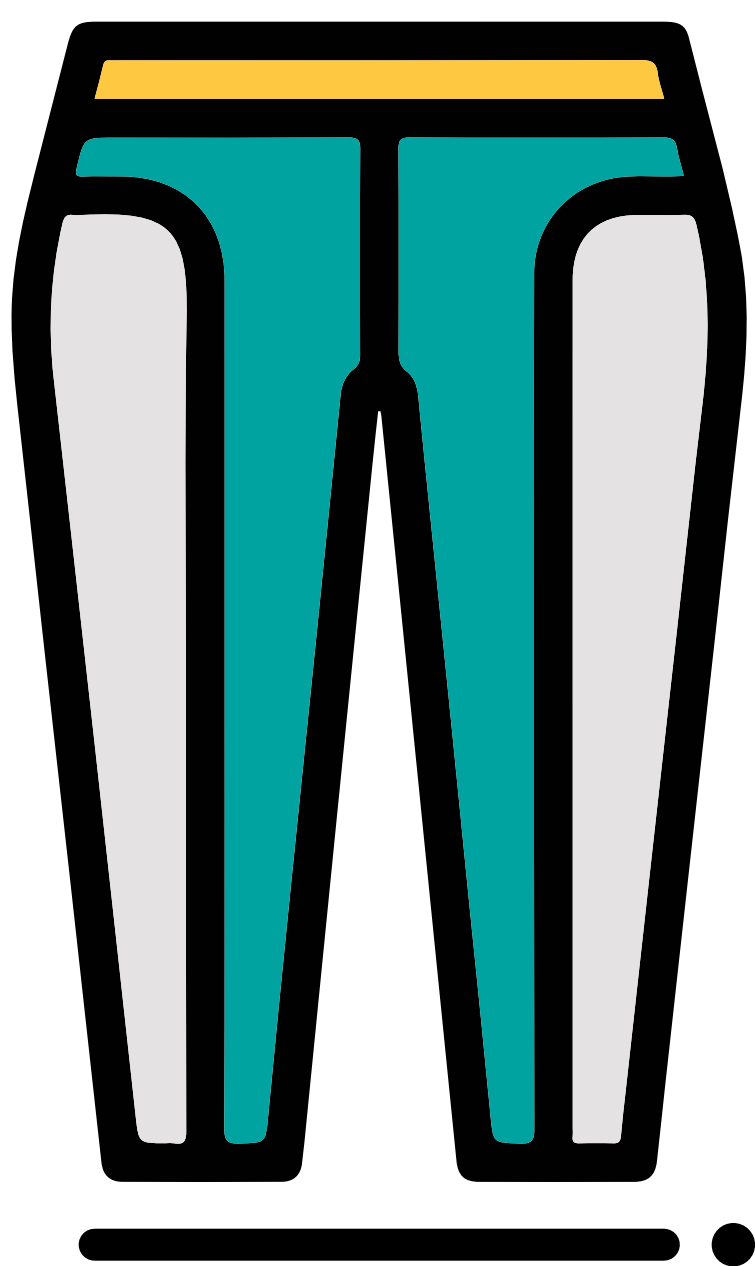


নিয়মিতভাৱে বেজী দিয়া ঠাইবোৰ  
পৰীক্ষা কৰি লিপ' গঠন চিনাক্ত  
কৰাটো গুৰুত্বপূৰ্ণ

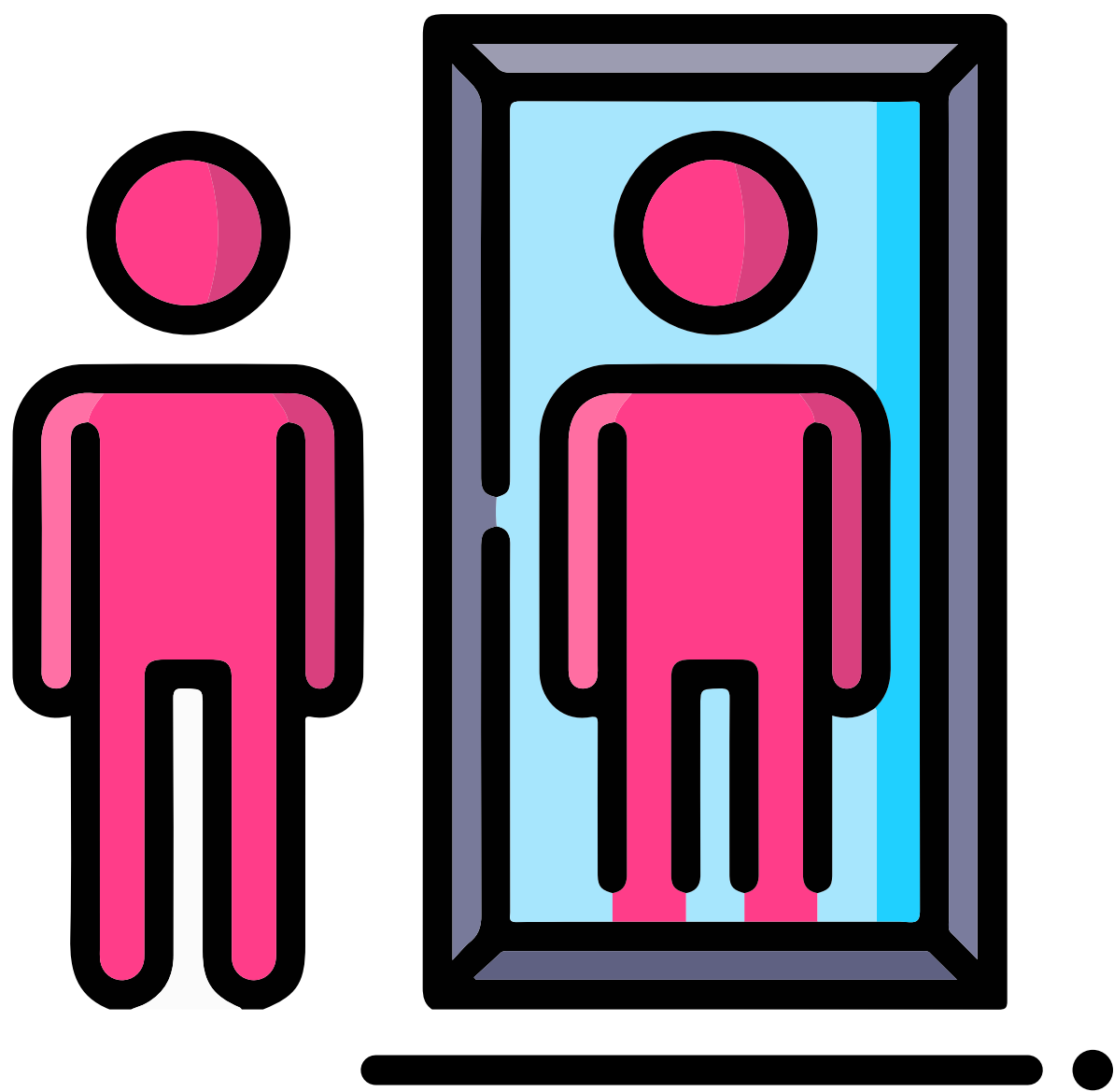


লিপ'  
কেনেকৈ ধৰা  
পেলাব ?

যিকোনো সংযোজক কাপোৰ  
আঁতৰাই পেলাওঁক, আপুনি বেজী দিয়া  
ঠাইবোৰৰ চাৰিওফালে আৰু ওপৰৰ পৰা



সম্পূর্ণ দৈর্ঘ্যৰ আইনা এখনত  
নিজকে নিৰীক্ষণ কৰক

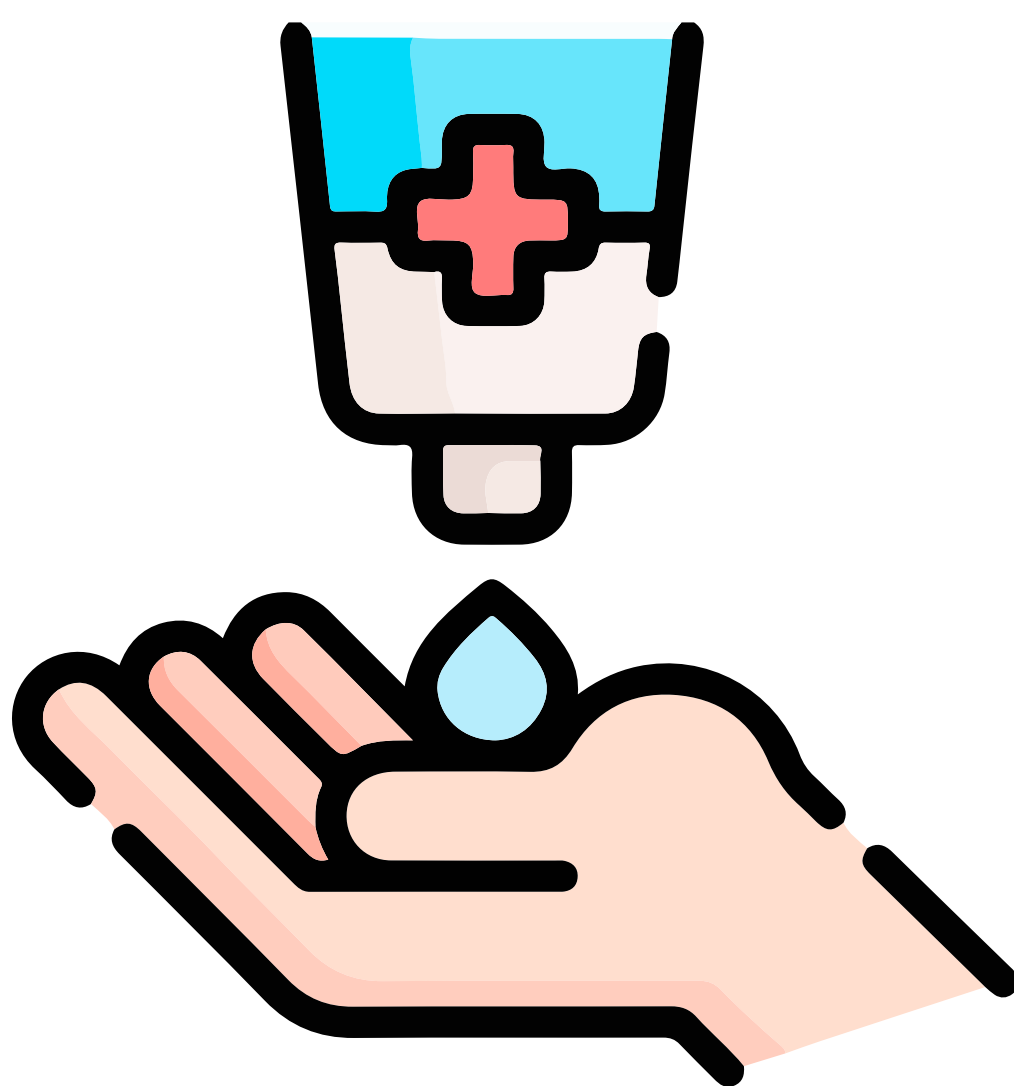




বেজী দিয়া ঠাইৰ ওচৰত দুটা  
আঙুলি ৰাখক। এক চাৰ্কল চুইপিং গতিৰে,  
তললৈ বা গভীৰভাৱে চৰীৰ স্তৰ  
এটাত দৃঢ়ভাৱে হেঁচা মাৰি ধৰিব ।

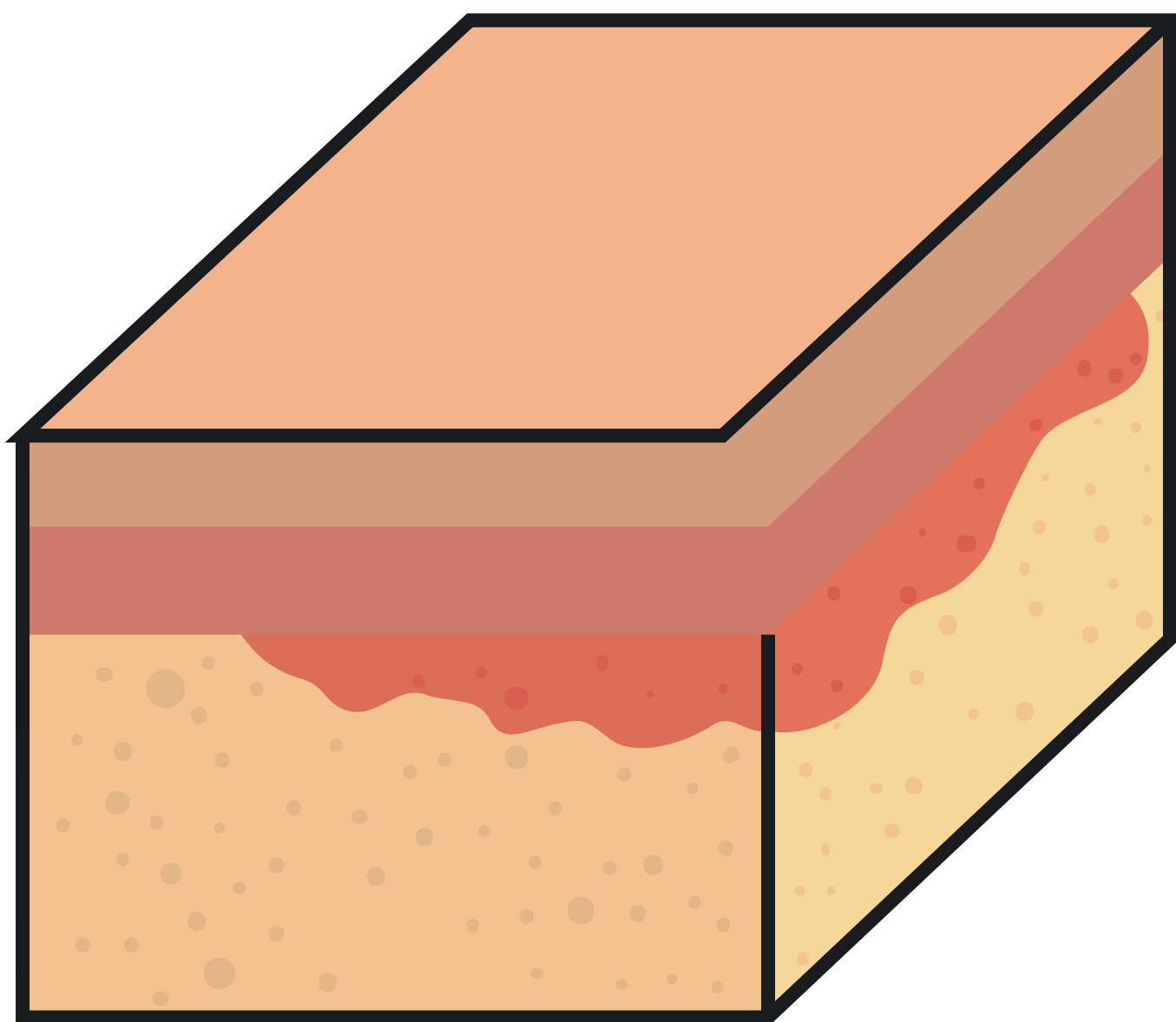


যদি আপুনি পৰীক্ষাৰ ঠাইত জেল বা  
ময়শ্বৰাইজাৰ প্ৰয়োগ কৰিলে  
পৰীক্ষাটো সহজ আৰু আৰামদায়ক হ'ব ।

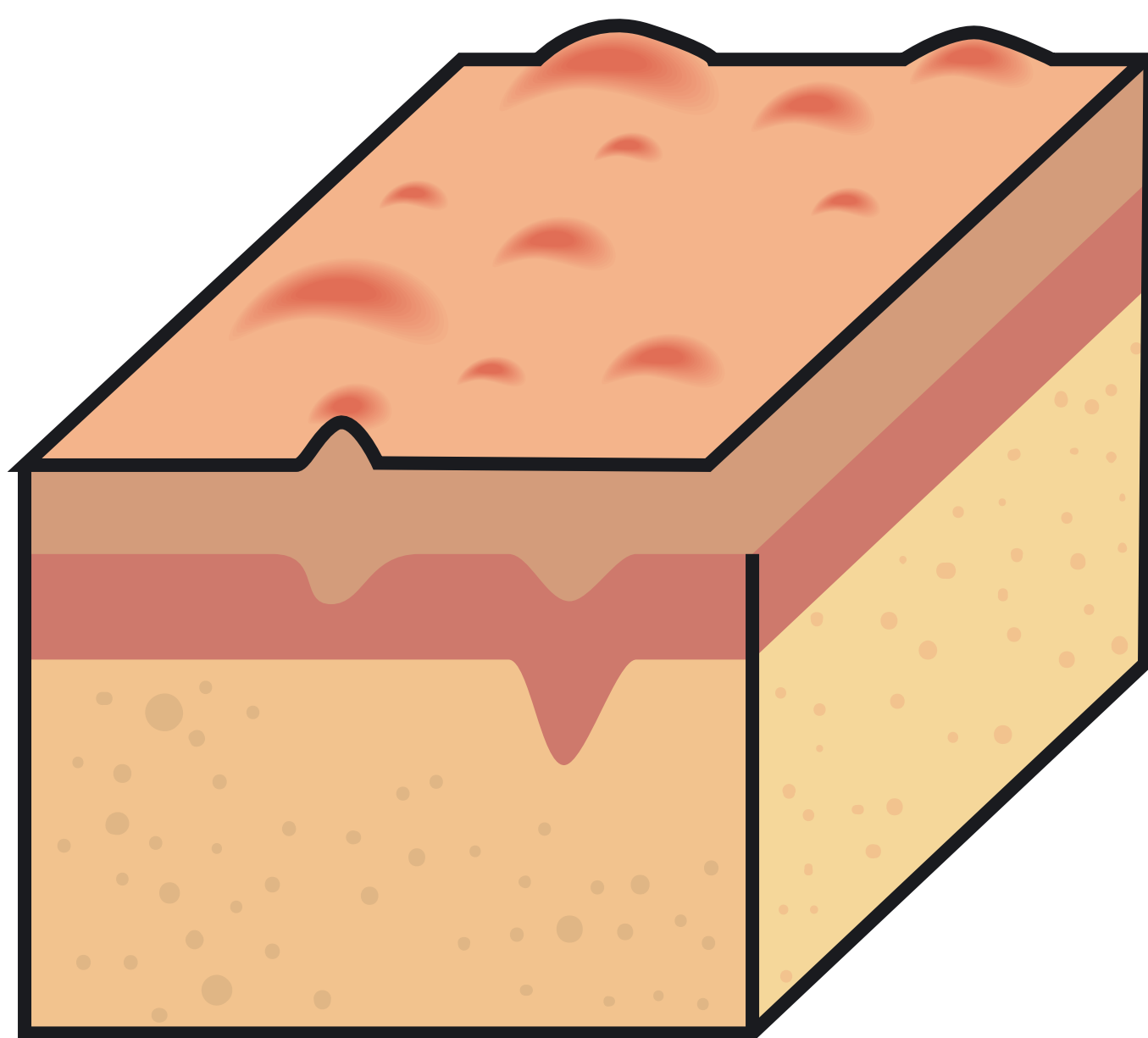


টোকা : চাবোনেৰে গা ধোৱাৰ সময়তো আপুনি এই কামটো কৰিব পাৰে ।

যদি লিপ' নাথাকে, তেন্তে আপোনাৰ  
আঙুলিবোৰে কোমল চৰী টিচুটো  
কেৱল চেপি পেলাব, যদিহে টিচুটো সুস্থ হয়।

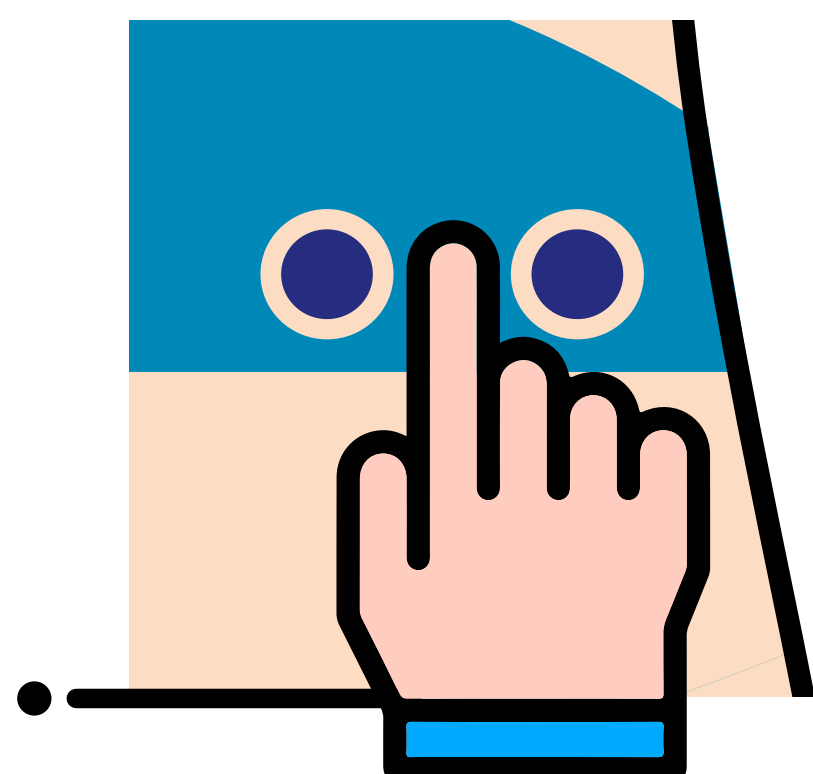


যদি লিপ' থাকে, তেন্তে আপোনাৰ  
আঙুলিয়ে কঠিন / বৰবৰ টিচু প্ৰতিৰোধ  
অনুভৱ কৰিব পাৰে ।

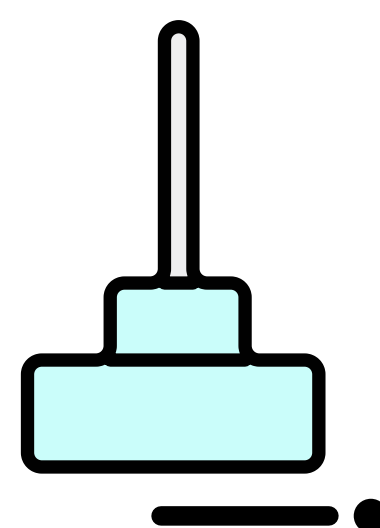


ମିମ୍ପ'ହାଇପାର୍ଡ୍ର'ହୀ  
ପ୍ରତିବୋଧ କବକ

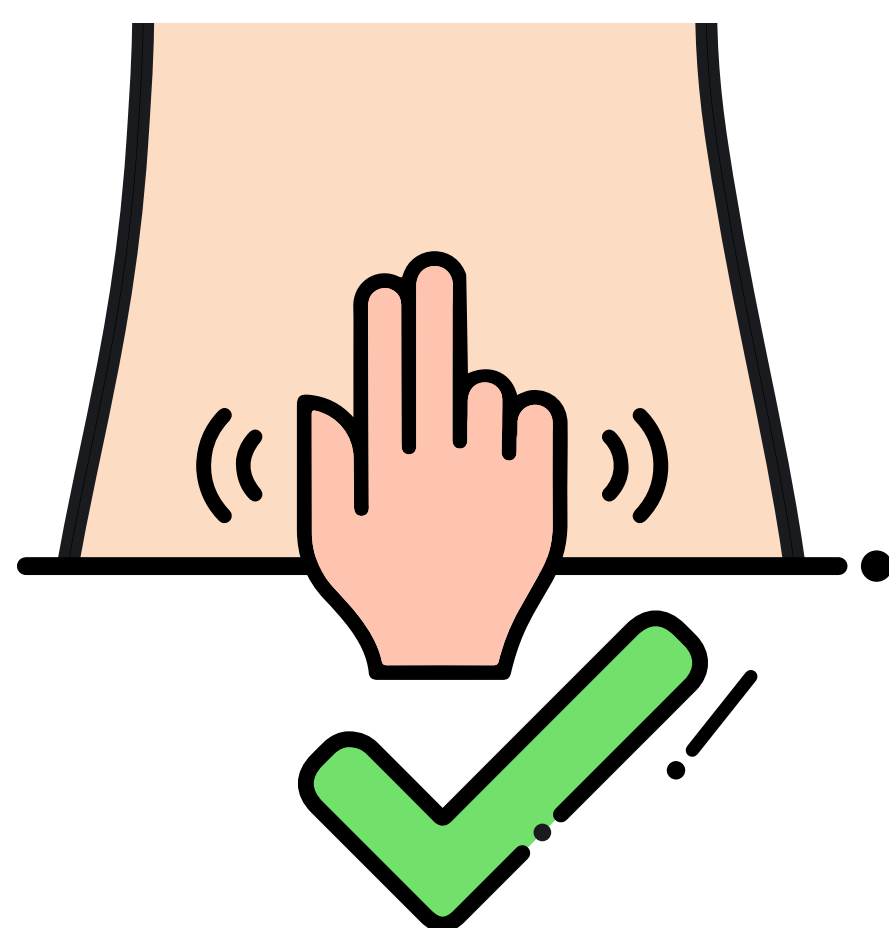
একেটা স্থানতে বাৰে বাৰে  
বেজী নিদিব আৰু স্থানৰ ঘূৰণ  
অনুসৰণ কৰক । শেষৰ ইণ্ডেক্সন  
পইণ্টৰ পৰা প্ৰায় আঙুলিৰ  
প্ৰস্থ দূৰত বেজী দিয়ক ।



বেজীৰ একক ব্যৱহাৰৰ  
চেপ্টা কৰক আৰু অনুসৰণ কৰক

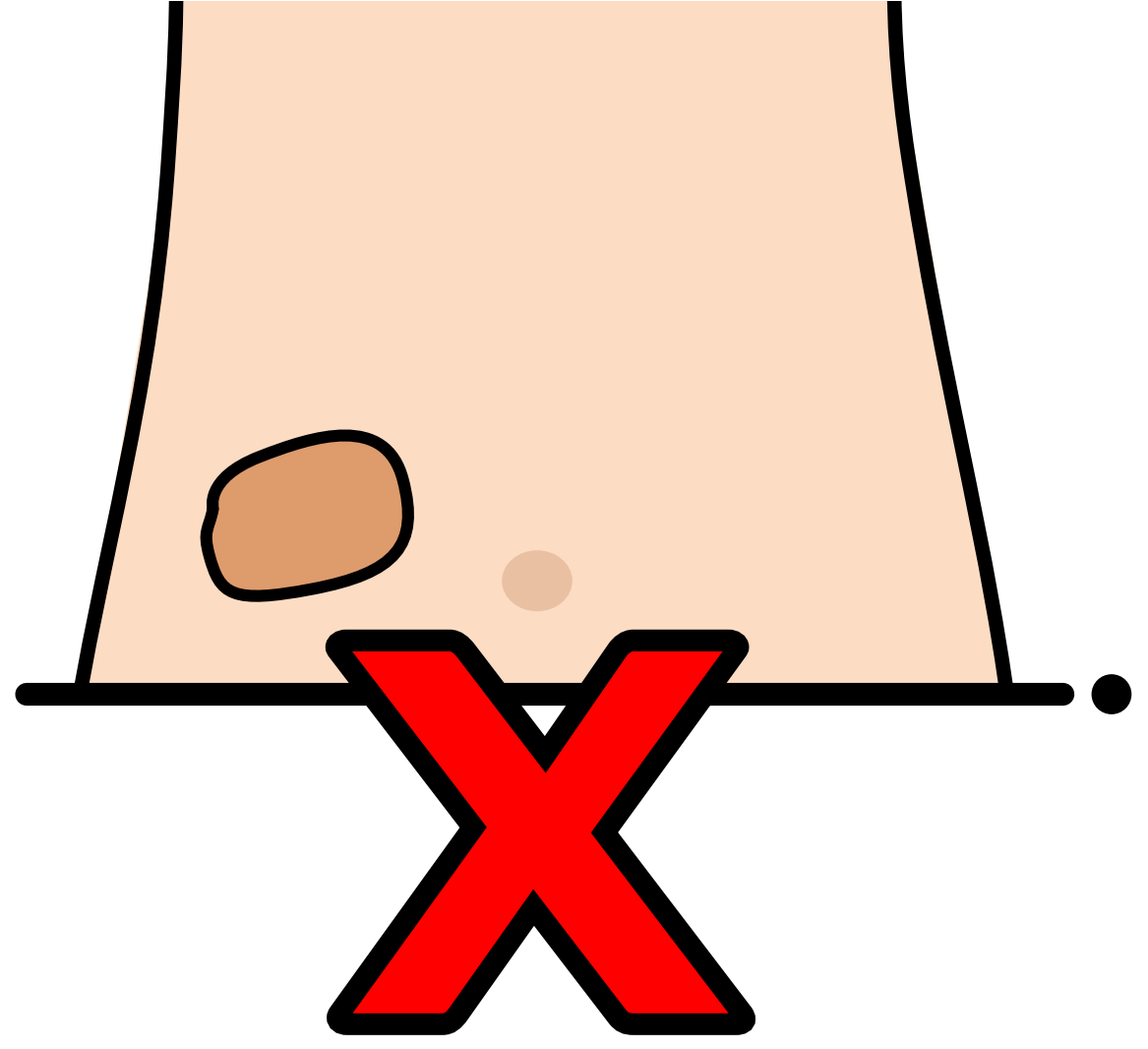


বেজী দিয়া অংশটো নিয়মিতভাৱে  
পৰীক্ষা কৰক যে এয়া গোট  
খাইছে নেকি



ଲିପି 'ହାଇପାର୍ଡ' ଫି ହ'  
ଲେ କି କରବ ?

সম্পূৰ্ণভাৱে ভাল  
নোহোৱালৈকে একে  
ঠাইতে বেজী নিদিব।  
ইয়াৰ বাবে 2-3 মাহলৈকে  
সময় লাগিব পাৰে।



আপুনি বেজী খোৱা ঠাইত  
কোনো ধৰণৰ গোটা, বাম্পছ  
বা ফুলা দেখা গ'লে  
লগে লগে চিকিৎসক বা  
**MyCARE** ডায়েবেটিজ  
এডুকেটৰক জনাওঁক ।





“ অধিক তথ্যৰ বাবে, আপোনাৰ চিকিৎসক  
বা আপোনাৰ **MyCARE** ডায়েৰেটিজ  
এডুকেটৰৰ লগত যোগাযোগ কৰক ”





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.

