

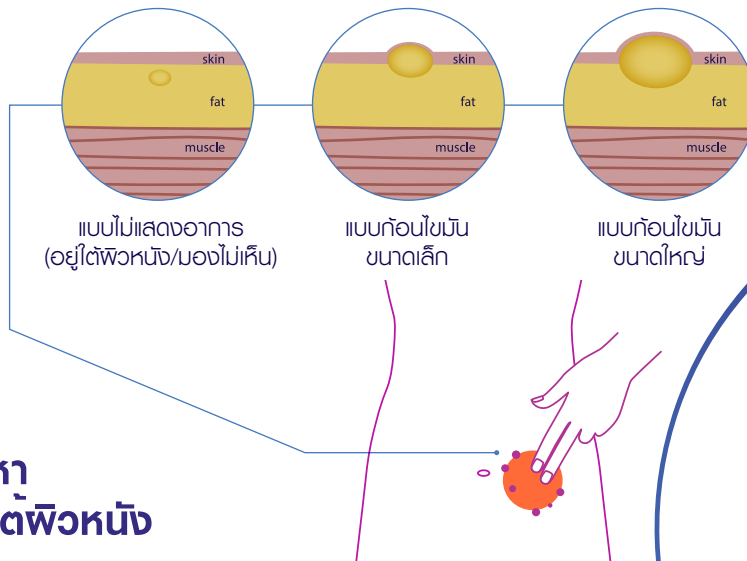
ก้อนไขมันใต้ผิวหนังคืออะไร (Lipohypertrophy, LH)



FITTER Forward
แนะนำวิธีลดความเสี่ยง
และการจัดการก้อนไขมัน
ใต้ผิวหนังในผู้ที่เป็
เบาหวาน

เกี่ยวกับก้อนไขมันใต้ผิวหนัง (Lipohypertrophy, LH)

- LH คือภาวะที่เซลล์ไขมันใต้ผิวหนังขยายตัว ทำให้เกิดก้อนนูนหรือไตแข็ง
- ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดก้อนไขมันใต้ผิวหนัง ได้แก่ การฉีดยาซ้ำที่จุดเดิมบ่อยๆ ใช้อินซูลินต่อเนื่องเป็นเวลานาน และใช้เข็มซ้ำ



แบบไม่แสดงอาการ
(อยู่ใต้ผิวหนัง/มองไม่เห็น)

แบบก้อนไขมัน
ขนาดเล็ก

แบบก้อนไขมัน
ขนาดใหญ่

การตรวจหา ก้อนไขมันใต้ผิวหนัง

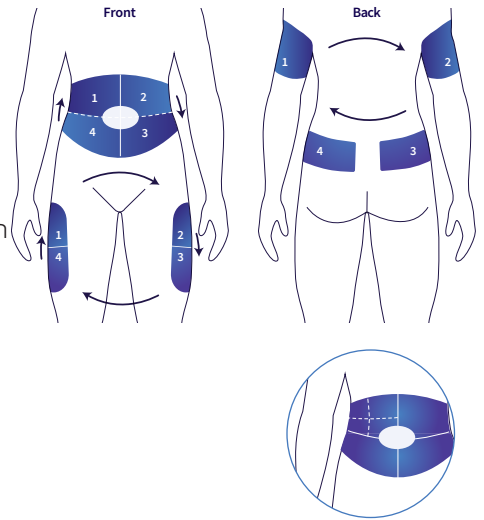
- วิธีตรวจที่ง่ายที่สุดคือ ใช้การคลำและตรวจดูด้วยสายตา โดยทำให้เป็นนิสัยและทำอย่างสม่ำเสมอ ในบริเวณที่ฉีดยา
- สามารถใช้ อัลตราซาวด์ ตรวจหาก้อนไขมันใต้ผิวหนังได้ ซึ่งเป็นวิธีที่แม่นยำและเชื่อถือได้
- หากตรวจพบ ควรจดบันทึกขนาดและตำแหน่งของก้อน
- ควรหลีกเลี่ยงการฉีดยาเข้าบริเวณที่เป็นก้อนไขมันใต้ผิวหนังนาน 3-6 เดือน หรือจนกว่าจะหาย
- พิจารณาปรับขนาดอินซูลินเพื่อชดเชยการดูดซึมอินซูลินที่ลดลงเมื่อฉีดในบริเวณที่มีก้อนไขมันใต้ผิวหนัง

37-64%

ในผู้ใหญ่ที่เป็นเบาหวาน
และใช้อินซูลิน พบว่า
มีก้อนไขมันใต้ผิวหนัง

การหมุนเวียนตำแหน่งฉีดยา

- บริเวณที่แนะนำให้ฉีด ได้แก่ หน้าท้อง ต้นขาตรงกลางด้านข้าง สะโพก และต้นแขนส่วนบนด้านหลัง
- เทคนิคการหมุนเวียนตำแหน่งฉีด อย่างถูกต้องช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดก้อนไขมันใต้ผิวหนังได้ดีที่สุด
- บริเวณที่ฉีดแต่ละจุดสามารถแบ่งออกเป็น ส่วนย่อย และหมุนเวียนตำแหน่ง อย่างเป็นระบบในแต่ละสัปดาห์
- การฉีดแต่ละครั้งควรห่างกันอย่างน้อย 1 เซนติเมตรจากตำแหน่งเดิม

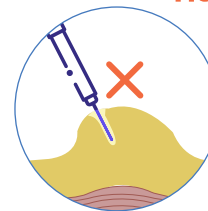


ทำไมเรื่องนี้จึงมีความสำคัญ?

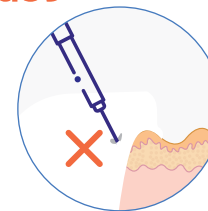
ในปี 2567 มีการทบทวนงานวิจัย 37 ฉบับ พบว่าก้อนไขมันใต้ผิวหนัง มีความเกี่ยวข้องกับ

- อุบัติการณ์ของภาวะน้ำตาลต่ำ (hypoglycemia) โดยไม่ทราบสาเหตุ
- ระดับน้ำตาลในเลือดที่ไม่สามารถควบคุมได้
- ความแปรปรวนของระดับน้ำตาลในเลือด ที่ไม่สามารถคาดเดาได้
- ต้องใช้ขนาดอินซูลินในปริมาณที่สูงขึ้น

หลีกเลี่ยง



ฉีดยาบริเวณที่มี
ก้อนไขมันใต้ผิวหนัง
(lipodystrophy)



ฉีดยาผ่านผิวหนัง



สามารถอ่าน
ฉบับเต็มได้ที่

FITTER Forward สนับสนุนโดย บริษัท Embecta
Klonoff et al., Mayo Clin Proc. 2025; in press.