

بسمه تعالی

نحوه تزریق انسولین



واحد آموزش به بیمار

با

همکاری سوپروایزر آموزشی

بیمارستان مادر و کودک شوشتری

خرداد ۹۷

منبع: راهنمای مصرف صحیح دارو در

مرکز بهداشتی درمانی / دکتر مریم نفیسی

و خودآموز تزریق انسولین / تألیف مرکز تحقیقات دیابت،

پژوهشگده علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران

؛ ویراستار علمی و ادبی سایبان شرقی.

انواع انسولین:

دو نوع است یک نوع که رنگ آن شفاف است (رگولار) و دیگری شیری رنگ کدر است (NPH).

برای کشیدن انسولین ابتدا انسولین شفاف و سپس شیری رنگ را بکشید برای بیمارانی که در مخلوط کردن انسولین مشکل دارند توصیه می شود از انسولین مخلوط آماده استفاده کنند. رایج ترین نوع انسولین مخلوط با نسبت ۷۰/۳۰ می باشد. (یعنی ۷۰ درصد انسولین شیری رنگ و ۳۰ درصد انسولین شفاف)

وسایل تزریقی انسولین

سرنگ : سرنگ های انسولین یک سی سی هستند که ۱۰۰ واحد گنجایش دارند روی این سرنگها درجه بندی شده هر خط کوچک برابر با ۲ واحد انسولین است مثلا اگر قرار است ۱۰ واحد انسولین تزریق کنید باید تا پنجمین خط کوچک بکشید.

قلم های انسولین : قلم انسولین از نظر ظاهری شبیه ماژیک است و شامل یک سوزن قابل تعویض، شیشه مخصوص انسولین و خود قلم انسولین در دو نوع یکبار مصرف و قابل تعویض وجود دارد که در اولی قلم انسولین را باید دور انداخت ولی در دومی می توان شیشه دیگری از انسولین را جایگزین قبلی کرد.

مراقبتهای لازم جهت نگهداری و مصرف انسولین:

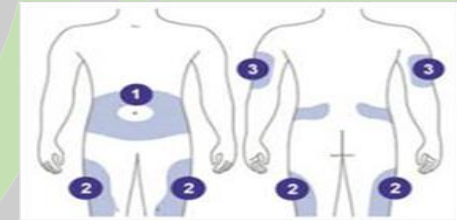
- هرگز ویال های انسولین را داخل فریزر، جایی یخی و نزدیک شوفاژ، بخاری، شومینه، اجاق گاز قرار ندهید. انسولین های ذخیره را در قسمت در یخچال قرار دهید انسولین هایی را که برای استفاده فعلی خود باز کرده و در حال مصرف آن ها هستید در دمای اتاق و دور از رطوبت، سرما و گرما نگاه دارید.
- دقت داشته باشید که اثر ویال های انسولین مصرفی که درپوش آنها برداشته شده و خارج از یخچال نگاه داری می شوند، پس از ۲۸ روز کم می شود.
- تزریق انسولین سرد دردناک است، پس در صورتی که انسولین مصرفی خود را در یخچال نگاه داری می کنید ۳۰ دقیقه قبل از تزریق آن را از یخچال خارج کنید تا هم دمای اتاق شود.
- از تزریق انسولین تاریخ گذشته خودداری کنید. و قبل از مصرف، حتما انسولین را از نظر شفافیت کنترل کنید.
- اگر از انسولین شیری رنگ استفاده می کنید پیش از تزریق ویال آن را در کف دستتان بغلتانید و به هیچ وجه آن را محکم تکان ندهید.
- ویال های باز شده انسولین را میتوان به مدت حداکثر یکماه در جای خشک و خنک نگاه داری کرد.

۷- ممکن است در اثر عدم نگرانی صحیح دارو محتوی شیشه تغییر شکل دهد و یا گلوله شود که با تکان دادن شیشه دیده می شود.

۸- شما باید تزریق را در محلی انجام دهید که میزان مناسبی چربی زیر پوست قرار دارد.

چهار محل اصلی تزریق انسولین:

شکم، سطح پشت بازوها، سطح جلوی ران ها و باسن و برای جلوگیری از گود شدن یا سفت و برجسته شدن محل تزریق در هربار محل تزریق را جابجا کنید



تزریق انسولین توسط بیمار:

استفاده از الکل برای تمیز کردن پوست توصیه نمی شود. اما اگر استفاده می کنید اجازه دهید پوست بعد از تمیز کردن با الکل کاملاً خشک شود. سوزن را از پوست خارج کنید و پنبه را به مدت چند ثانیه روی محل تزریق فشار دهید. با انگشت اشاره و شست

دست چپ (مثل نیشگون گرفتن) پوست را جمع کنید سرنگ را مثل مداد در دست بگیرید. سرنگ را بطور عمودی یا با زاویه ۴۵ درجه وارد پوست کنید پیستون را تا ته فشار دهید.

کاهش قندخون (هیپوگلیسمی)

چیست؟

یکی از جدی ترین مشکلاتی که ممکن است پس از تزریق انسولین به وجود بیاید، کاهش قندخون است. در این وضعیت قندخون به کمتر از ۷۰ میلی گرم در دسی لیتر می رسد، شخص حالت تعریق، گیجی، عصبانیت و لرزش پیدا می کند. تاری دید، سردرد، سوزن سوزن شدن یا بی حسی لب ها نیز از علائم دیگر افت قندخون هستند. با مشاهده علائم مذکور باید خیلی سریع عمل کنید، در صورتی که دستگاه گلوکومتر در اختیار دارید قندخون خود را به سرعت اندازه گیری کرده و از افت قندخون خود مطمئن شوید. در صورتی که قندخون شما زیر ۷۰ بود، سه حبه قند را در نصف لیوان آب حل کرده یا نصف لیوان آب میوه شیرین میل نمایید اگر بعد از ۱۵ دقیقه احساس بهبود نکردید، لازم است مجدداً یکی از مواد گفته شده را مصرف کنید. در صورتی مدت زیادی تا میان وعده یا وعده غذایی اصلی باقی مانده باشد یک

وعده غذا یا یک میان وعده میل کنید تا مقدار قندخون ثابت بماند.

کنترل قند خون توسط بیمار

کنترل قند خون پایه مراقبت در بیماری قند است. بیماران تحت درمان با انسولین بهتر است روزانه ۲ تا ۴ بار (معمولاً قبل از هر غذا بخصوص صبحانه و شام و دو ساعت بعد از آن) قند خون خود را کنترل کنند. بیماران دیابتی هر زمان که به افزایش یا کاهش قند خون خود شک کنند باید این آزمون را انجام دهند. کنترل مرتب قند خون توسط دستگاه اندازه گیری قند خون (گلوکومتر) انجام میشود. در این روش یک قطره خون از نوک انگشت خود را روی نوار مخصوصی قرار دهید دستگاه میزان قند خون شما را نشان می دهد.

هرگز از یک نوار بیش از یک مرتبه استفاده نکنید

برای پیشگیری از بروز خطا قبل از اندازه گیری حتماً دستانتان را با آب گرم و صابون بشویید.

تندرستی شما آرزوی ماست .