

نکات مهم در تزریق انسولین

- ۱) هنگام خرید و استفاده از ویال انسولین به تاریخ انقضای آن توجه کنید.
- ۲) از تکان دادن شدید ویال انسولین بپرهیزید چرا که اثر دارو را کاهش می دهد.
- ۳) ویال های انسولین خود را در معرض سرما یا گرمای شدید قرار ندهید.
- ۴) انسولین را دور از نور مستقیم خورشید نگه دارید.
- ۵) در ماه های خیلی سرد و خیلی گرم سال، انسولین خود را داخل خودرو در بسته رها نکنید.
- ۶) 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 نگه دارید.
- ۷) دقت داشته باشید که اثر ویال های انسولین مصرفی که درپوش آنها برداشته شده و خارج از یخچال نگه داری می شوند، پس از ۲۸ روز کم می شود.
- ۸) تزریق انسولین سرد دردناک است، پس در صورتی که انسولین مصرفی خود را در یخچال نگهداری می کنید ۳۰ دقیقه قبل از تزریق آن را از یخچال خارج کنید تا هم دمای اتاق شود.
- ۹) انسولین NPH پس از یک تکان ملایم باید یک دست و شیری شود در غیر این صورت قابل استفاده نیست.

۱۰) انسولین رگولار را ۲۰ تا ۳۰ دقیقه قبل از صرف غذا تزریق نمایید. (معمولا ۳۰ - ۲۰ دقیقه).

۱۱) در صورتی که دو نوع انسولین تزریق می کنید، ابتدا انسولین رگولار (شفاف) و سپس انسولین NPH (کدر) را وارد سرنگ نمایید.

۱۲) مالیدن الکل در محل تزریق در صورت تمیز بودن پوست ضرورت ندارد. در صورت استفاده از پنبه الکل ۱۰ - ۵ ثانیه صبر کنید تا الکل کاملا خشک شود.

۱۳) برای تزریق، با یک دست پوست ناحیه مورد نظر را صاف کرده و با دو انگشت قسمتی از آن را گرفته و بی حرکت نگه دارید. سپس با دست دیگر سرنگ را برداشته و همچون قلم در دست بگیرید و سر سوزن را وارد پوست کنید.

۱۴) تزریق در ناحیه شکم با زاویه ۹۰ درجه و در بازو و ران با زاویه ۴۵ درجه انجام می شود. در افراد چاق در ناحیه ران و بازو ابتدا باید پوست بالا آورده شود و با زاویه ۹۰ درجه سر سوزن وارد گردد.

۱۵) قبل از کشیدن دارو به داخل سرنگ، دستان خود را با آب ولرم و صابون بشویید و کاملا خشک کنید.

۱۶) برای کشیدن انسولین داخل سرنگ به اندازه انسولین تزریقی، هوا وارد ویال انسولین می کنیم. اگر از دو نوع انسولین به صورت مخلوط استفاده می شود، هوا وارد هر دو ویال می کنیم سپس ویال را برمی گردانیم و میزان انسولین لازم را با کشیدن پیستون به عقب، وارد سرنگ می کنیم.

۱۷) پس از کشیدن انسولین به داخل سرنگ سرنگ را رو به بالا نگه داشته و حباب های هوا را خارج کنید. چند ضربه به بدنه سرنگ وارد کنید تا حباب های هوا به سطح آمده آن گاه با فشار اندکی به پیستون حباب ها را خارج نمایید.

۱۸) روش مناسب تزریق انسولین با استفاده از سرنگ و به صورت زیرجلدی است

۱۹) از ماساژ دادن محل بعد از تزریق بپرهیزید.
۲۰) برای دور انداختن سرنگ، از یک ظرف که در آن محکم بسته می شود، استفاده کنید.

۲۱) زمانی که می خواهید سرنگ را دور بیندازید، آن را داخل یک ظرف که در آن محکم بسته می شود، قرار داده و دور بیندازید.

۲۲) جذب عضلانی انسولین بسیار بالا است، از تزریق آن در عضله جدا پرهیز کنید، چون سبب افت قند خون می شود.



بیمارستان ۹ دی منظره

نکات مهم تزریق انسولین

کد پمفلت:

IM-035



۲۸) گردش صحیح در محل تزریق یعنی هر هفته از یک محل تزریق استفاده شود و در محل تزریق، هر تزریق با تزریق بعدی ۱ تا ۲ سانتیمتر فاصله داشته باشد.

۲۹) نکته مهم در تزریق انسولین در دوران بارداری در ناحیه شکم، استفاده از سرسوزن یا سرنگ با طول مناسب است. توصیه می‌شود که در انتخاب سرسوزن‌ها از سرسوزن با طول ۴mm و سرنگ با طول سرسوزن ۶mm استفاده شود و برای تزریق در شکم از چین‌پوستی استفاده شود. در تزریق در شکم باید از تزریق در اطراف ناف و قسمت‌های که پوست بسیار کشیده شده خودداری شود.

۳۰) خطرات استفاده مکرر از یک سرسوزن شامل: رشد باکتری و بروز بیماری‌های پوستی، بزرگ و متورم شدن بافت چربی زیر پوست که موجب کاهش جذب انسولین می‌شود و جدا شدن قسمت‌های کوچکی از سرسوزن که داخل پوست باقی می‌ماند و موجب درد، التهاب و عفونت در پوست می‌شود.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	نکات مهم تزریق انسولین
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	دکتر افشار
سمت	متخصص بیماری‌های داخلی
تاریخ تهیه	پاییز ۱۴۰۲
کد پمفلت	HE-bl(im)-035-01

۲۳) ورزش سرعت جذب انسولین از نواحی تزریق را افزایش می‌دهد. در صورت تزریق در اندام‌هایی که در ورزش درگیر هستند، احتمال بروز افت قند خون بیشتر می‌شود.

۲۴) برای جلوگیری از پیدایش تغییرات پوست و بافت چربی زیر آن، تزریق انسولین باید به صورت چرخشی انجام شود. به طور مثال تزریق انسولین را صبح‌ها در اطراف ناف و بعد از ظهرها در ران یا بازوها انجام دهید.

۲۵) قسمت‌های مختلفی از بدن مانند ناحیه شکم، قسمت بالایی و بیرونی بازوها، قسمت بیرونی عضله ران و قسمت‌های بیرونی باسن برای تزریق انسولین مناسب هستند.

۲۶) ترتیب این نواحی از نظر سرعت جذب: شکم، بازو، ران و باسن می‌باشد.

۲۷) یکی از اشتباهات رایج در تزریق انسولین، عدم استفاده از تمامی محل‌های تزریق است به عنوان مثال اگر شما فقط در ناحیه شکم تزریق می‌کنید یا فقط از پا و شکم برای تزریق استفاده می‌کنید این به این معناست که گردش صحیح در محل تزریق را رعایت نمی‌کنید.