

آموزش تزریق انسولین



بیمارستان طالقانی

PICU

Pediatric Intensive Care Unit

منبع

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 (معمولا 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 می شود. در این روش بیمار یک قطره خون از نوک انگشت خود را روی نواری مخصوصی قرار می دهد و برای مدت معینی صبر می کند، دستگاه میزان قند خون بیمار را نشان می دهد.



چند نکته:

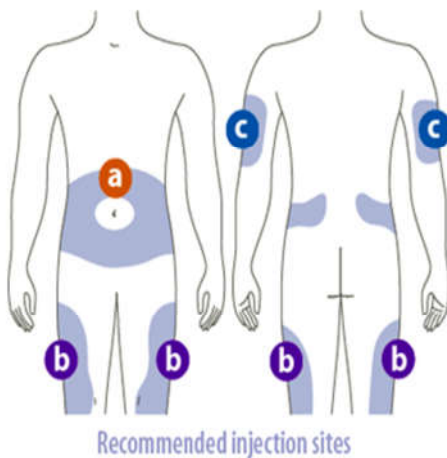
هرگز از یک نواری بیش از یک مرتبه استفاده نکنید. برای پیشگیری از بروز خطا قبل از اندازه گیری حتما دستانتان را با آب گرم و صابون بشویید.

تزریق انسولین توسط خود 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 کاملا خشک شود. با انگشت اشاره و شست دست چپ (مثل نیشگون گرفتن) پوست را جمع کنید. سرنگ را مثل مداد در دست بگیرید. سرنگ را به طور عمودی یا با زاویه ۴۵ درجه وارد پوست کنید. پیستون را تا ته فشار دهید. سوزن را از پوست خارج کنید و پنبه را به مدت چند ثانیه روی محل تزریق فشار دهید.



روش دیگر استفاده از یک ناحیه مشخص در زمان مشخصی از روز است. مثلا تزریق صبح در ناحیه شکم و تزریق عصر در بازوها و ران ها انجام گیرد. شکل بالا نشان دهنده محل های تزریق انسولین است.



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

محل های تزریق

خصوصیات محل های تزریق

- ۱- به راحتی در دسترس باشند. (ران، بازو، شکم و باسن)
- ۲- حساسیت کمی به درد داشته باشند.
- ۳- از نظر چشمی و لمسی طبیعی به نظر برسند.

شما باید تزریق را در محلی انجام دهید که میزان مناسبی چربی زیر پوست قرار دارد. چهار محل اصلی تزریق انسولین شامل شکم، سطح پشت بازوها، سطح جلوی ران و باسن می باشد.

سرعت جذب انسولین به محل تزریق بستگی دارد سرعت جذب انسولین در شکم سریع تر است و با توجه به چربی کافی زیرجلدی بهترین مکان تزریق انسولین در بالغین محسوب می شود و باید حدود ۴ سانت اطراف ناف باشد. برای جلوگیری از گود شدن یا سفت شدن و برجسته شدن محل تزریق را جابه جا کنید. مثلا تزریق اول در بازوی راست بعدی در بازوی چپ بعدی در راست شکم و سپس چپ شکم بعدی ران راست و سپس ران چپ و بعد در باسن یا دوباره در بازوی راست در محلی ۲ سانتی متر پایین تر از محل تزریق قبل می توان انسولین را تزریق کرد.

سرنگ انسولین:

سرنگ های انسولین به طور معمول یک سی سی و یا نیم سی سی هستند که ۱۰۰ واحد یا ۵۰ واحد گنجایش دارند روی این سرنگ ها درجه بندی شده هر خط کوچک برابر با ۲ واحد انسولین است مثلاً اگر قرار است ۱۰ واحد انسولین تزریق کنید باید تا پنجمین خط کوچک بکشید.



مراقبت های لازم جهت نگهداری و مصرف انسولین

انسولین مصرفی را در جای خنک نگهداری کنید. توصیه می شود در درب یخچال (۳ درجه) نگهداری شود و از یخ زدن انسولین خودداری شود.

از تزریق انسولین تاریخ گذشته خودداری کنید و قبل

از مصرف

حتما انسولین را از نظر شفافیت کنترل کنید.



هرگز ویال انسولین را در فریزر قرار ندهید.

اگر از انسولین شیری رنگ استفاده می کنید پیش از تزریق ویال آن را در کف دست بغلتانید و به هیچ وجه آن را محکم تکان ندهید.

ویال های باز شده انسولین را می توان به مدت حداکثر یکماه در جای خشک و خنک نگهداری کرد.