

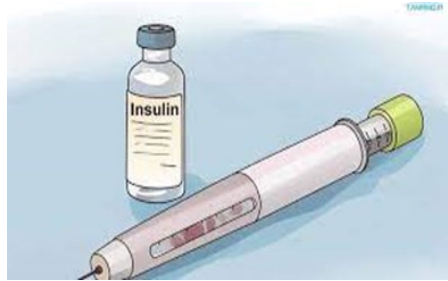


پستال شفا بندرنگه

دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

بیمارستان شهدا بندرنگه

نحوه ی صحیح تزریق انسولین



| | | |
|-----------------|--|---|
| شناسنامه بروشور | | شناسنامه بروشور |
| آموزشی | | آموزشی |
| عنوان | | نحوه صحیح تزریق انسولین |
| تهیه کننده | | واحد آموزش سلامت همگانی |
| سال تهیه | | 1402 |
| تایید کننده | | کمیته آموزش به بیمار |
| منابع | | Insulin Routines AmericanDiabetes Association. ۲۰۱۴ پروتکل سوارت پرستاری 2018 |
| بازبینی | | سالانه |
| ناظر کیفی | | فاطمه رادیه (سوپروایزر آموزشی) |

و ادا مرصت فشو یخنین

و هنگامی که بیمار می شود، او ضایع می دهد.

دریافت انسولین به وسیله قلم انسولین



گام ۵

قلم خود را با زاویه ۹۰ درجه روی ناحیه تزریق دهید. سوزن را به درون پوست وارد کنید. دکمه تزریق را فشار دهید.



گام ۱

سر قلم را بردارید و با یک پد الکلی ناحیه بالای قلم را تمیز کنید.



گام ۶

قلم خود را تا ۱۰ ثانیه نگه دارید تا اطمینان یابید که همه انسولین تزریق شده است. سوزن را از روی پوست خود بردارید.



گام ۱'

چسب را از روی سوزن قلم بردارید. سپس سوزن را به آرامی در بالای قلم قرار دهید.



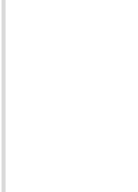
گام ۷

دپوش پلاستیکی سوزن را روی سوزن قرار دهید. سوزن را از روی قلم بردارید و سپس درو بیندازید. (بهتر است سطلی برای دور انداختن مواد تیز و پرنده در منزل داشته باشید). در پوش قلم را دوباره بگذارید.



گام ۲'

قلم خود را برای هواگیری از انسولین و سوزن آماده کنید؛ پایین قام را به میزان ۲ واحد انسولین بچرخانید. قلم را به صورت عمود نگه دارید به صورتی که نوک قلم رو به بالا بکشید و دکمه تزریق دوز را بزنید. شما باید یک قطره یا کمی انسولین در نوک سوزن انسولین ببینید. اگر آن را ندیدید، که معمولاً در اولین دفعه آماده سازی اتفاق می افتد، این روند را تا زمانی که یک قطره ببینید، تکرار کنید.



گام ۱۰

دوز مورد نظر خود را تنظیم کنید. به طور مثال اگر ۶ واحد انسولین دریافت می کنید، باید پنجره آن را تا عدد ۶ بچرخانید.

اگر از ویال و سرنگ استفاده می کنید



گام ۵

پیستون را به آرامی عقب بکشید تا احتمال حباب هوا کمتر شود. انسولین را کمی بیش تر از مقدار مورد نظر خود بکشید. چند ضربه به سرنگ بزنید تا حباب های هوای کشیده شده به سمت بالا بیاید.



گام ۱

سر ویال را با یک پد الکلی تمیز کنید سپس سر و وزن سرنگ را جدا کنید و به سرنگ متصل کنید.



گام ۶

سرنگ را درون ویال همچنان باقی نگه دارید. پیستون را به آرامی فشار دهید تا خط مشکی آن به مقدار عددی واحد انسولین مورد نظر شما برسد. اگر هنوز هم حباب هوا درون آن باقی مانده است، انسولین را به درون ویال بازگردانید و مجدداً همه ی مراحل را تکرار کنید تا هیچ حباب هوایی درون آن باقی نماند.



گام ۲

مقداری هوا به درون سرنگ بکشید، مقداری که باید برابر میزان انسولین تزریقی شما باشد. برای این کار، سرنگ را به عقب بکشید تا جایی که خط مشکی آن به مقدار مد نظر انسولین شما برسد. بنابراین اگر میخواهید ۶ واحد تزریق کنید پیستون سرنگ را به اندازه ۶ واحد به عقب بکشید.



گام ۷

محل تزریق را انتخاب کنید. به حالت نیشگون پوست را در دست بگیرید (در صورت لزوم). سرنگ را با زاویه ۹۰ درجه وارد کنید. سوزن را ۵ ثانیه درون پوست نگه دارید تا مطمئن شوید که هیچ نشستی ندارد.



گام ۳

ویال را روی یک سطح صاف قرار دهید و آن را نگه دارید. سرنگ را به درون ویال قرار دهید و پیستون را فشار دهید تا هوا به درون ویال وارد شود.



گام ۸

سرنگ را به همراه سر سوزن آن دور بیندازید. (در داخل منزل معمولاً سطل یا کیسه ی جداگانه ای برای سرنگ های مصرفی داشته باشید و پس از مصرف به درون آن بیندازید).

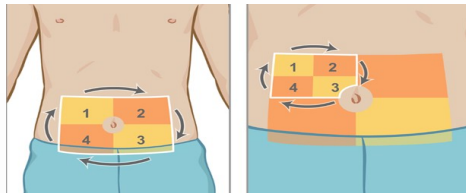


گام ۴

سرنگ را کنار درون ویال نگه دارید. ویال و سرنگ را برعکس کنید. نوک سوزن باید کاملاً به وسیله انسولین پوشانده شود.

نحوه ی صحیح تزریق انسولین

- ◆ اگر از پمپ انسولین استفاده می کنید هر دو یا سه روز یک بار ست تزریق را تغییر دهید.
- ◆ ناحیه تزریق را با الکل ضد عفونی کنید.



- ◆ به صورت منظم پوست ناحیه ی تزریق خود را بررسی کنید تا در صورت وجود، متوجه نشانه های اولیه ی عفونت و اسکارها شوید.

روش تزریق:

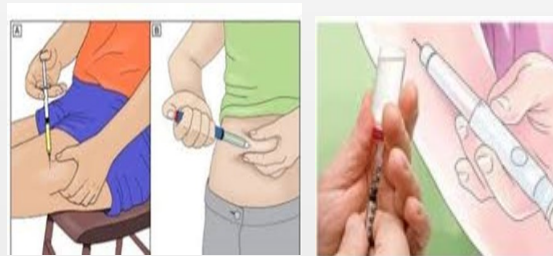
- ◆ پوست را با یک نیشگون بگیرید.
- ◆ سوزن را ترجیحا به صورت عمودی وارد کنید.
- ◆ پوست را رها کنید و انسولین را تزریق کنید.
- ◆ انسولین ان پی اچ و رگولار را ۲۰-۳۰ دقیقه قبل از غذا تزریق کنید. محل تزریق را مرتبا عوض کنید. فاصله هر تزریق با تزریق بعدی حدود یک تا یک و نیم سانتی متر باشد.
- ◆ دمای انسولین تزریقی باید مشابه دمای اتاق باشد. قبل از تزریق شیشه انسولین را بمدت ۳۰ دقیقه خارج از یخچال نگهداری کنید.
- ◆ سعی کنید همواره انسولین را در یک ساعت مشخص از شبانه روز تزریق نمایید.
- ◆ محل را پس از تزریق ماساژ ندهید ولی یک فشار کوچک برای جلوگیری از جذب سریع انسولین مناسب است.
- ◆ انسولین های جدید به صورت آماده تزریق در قلم های انسولین در دسترس می باشند.

سرنگ انسولین:

امروزه سرنگ های موجود در بازار کاربرد آسانی دارند. سوزن به بدنه سرنگ متصل شده، بنابر این فضای مرده از بین می رود و باقیمانده انسولین در سرنگ باقی نمی ماند. سرنگی که یکبار استفاده شد باید دور انداخته شود زیرا دیگر استریل نیست. در هر سرنگ ۱۰۰ واحد انسولین جا می گیرد و به ۱۰۰ قسمت مدرج شده است. ارقام ثبت شده روی سرنگ انسولین بر حسب واحد می باشد.

نکاتی در مورد محل تزریق و جلوگیری از عفونت:

- ◆ محل تزریق بر اساس نوع انسولین تعیین می شود (با در نظر گرفتن توصیه های کادر درمان) به طور کلی بهترین محل جایی است که بافت عضلانی آن منطقه کمتر باشد. جذب انسولین در شکم سریعتر از بازو و در بازوها سریعتر از ران است.
- ◆ قبل از تزریق توجه کنید که پوست تمیز باشد. در صورت لزوم محل تزریق را با آب گرم و صابون بشویید و خشک کنید. مدام محل تزریق را تغییر دهید (دستها، باسن، شکم، رانها).
- ◆ سعی کنید در یک هفته دوبار به یک نقطه تزریق نکنید.



- ◆ باید بین هر محل تزریق با محل دیگر ۴-۲ سانتی متر فاصله باشد و اگر تزریق در ناحیه شکم است باید محل های تزریق به فاصله ی ۴-۲ سانتی متر دور تا دور ناف شکم فاصله داشته باشند.

انسولین نوعی هورمون است که به تنظیم میزان قند خون کمک می کند. در بیماری دیابت نوع یک و مراحل پیشرفته ی دیابت نوع دو که به درمان دارویی به خوبی پاسخ نداده اند، از انسولین برای کنترل میزان قند خون استفاده می شود.

دریافت انسولین به روش های مختلفی می تواند انجام شود:

- ◆ تزریق با سرنگ یا وبال
- ◆ قلم انسولین
- ◆ پمپ انسولین

شرایط نگهداری شیشه انسولین:

- ◆ نگهداری در محل خشک و خنک و دور از حرارت (توصیه می شود در درب یخچال (۳ درجه) نگهداری شود).
- ◆ از یخ زدن انسولین خودداری شود. در صورت یخ زدگی، رسوب در ته شیشه یا وجود ذرات معلق غیر قابل استفاده می باشد.
- ◆ به تاریخ انقضای مصرف انسولین توجه کنید.
- ◆ باقیمانده انسولین باید در یخچال نگهداری شود. شیشه هایی که خارج از یخچال نگهداری می شوند، بعد از ۳۰ روز قدرت اثرشان کم می گردد
- ◆ انسولین را هنگام مصرف به آرامی بین کف دو دست بغلتانید.
- ◆ انسولین ان پی اچ شیری رنگ است. هنگام مصرف محتوی شیشه باید یک دست و شیری رنگ باشد در غیر این صورت قابل استفاده نخواهد بود.
- ◆ انسولین رگولار (کریستال) بی رنگ است. محتوی شیشه باید شفاف و یکدست باشد در صورت کدر بودن قدرت اثر خود را از دست داده است.