



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان



بیمارستان شهدا بندرکنگ

آشنایی با انسولین



شناسنامه آموزشی پمفلت:

کد: QM.SH.PA14.00

عنوان: آشنایی با انسولین

تهیه کننده: مهدیه ابانری

تایید کننده: کمیته آموزش به بیمار

ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت

دکتر محمد صالح محمودی

منابع: برونر سوارث

سال تهیه: 1399

۶- زاویه تزریق در افراد چاق و لاغر متفاوت است. در افراد چاق در ناحیه پیشین ران‌ها و بازوها ابتدا باید پوست بالا آورده شود و با زاویه ۹۰ درجه سر سوزن وارد گردد. اما در افراد لاغر این زاویه در بازوها ۴۵ درجه است. تغییر زاویه تزریق باید با توجه به قطر پوست محل تزریق باشد.

۷- برای تزریق انسولین پیستون سرنگ را تا آخر فشار دهید.

۸- از ماساژ دادن محل بعد از تزریق بپرهیزید و در نهایت سرنگ مورد استفاده را در یک ظرف یا سطل درب دار بیندازید.

روش تزریق انسولین با قلم

۱- مرحله آماده سازی شامل: شستن دستها با آب و صابون، کنترل تاریخ انقضای انسولین، بازکردن درب قلم، انتخاب سرسوزن، جداکردن کاغذ محافظ سرسوزن و چرخاندن سرسوزن روی سرپیچ دار قلم جهت نصب آن، جداکردن درپوش داخلی و خارجی پلاستیکی سرسوزن می باشد.

۲- مرحله هواگیری شامل: چرخاندن درجه تنظیم قلم و انتخاب ۲ واحد انسولین، گرفتن نوک قلم به سمت بالا و ضربه زدن به مخزن انسولین و فشار دادن دکمه تزریق برای خارج شدن انسولین و نشان دادن عدد صفر روی دریچه نمایش دوز می باشد.

۳- مرحله تزریق شامل: تزریق دوز انسولین مورد نیاز پس از چرخاندن درجه تنظیم انتخاب، فشردن دکمه تزریق و شنیدن صدای کلیک و برگشتن دریچه نمایش دوز به صفر، نگهداشتن سوزن در محل تزریق به مدت ده ثانیه و خارج کردن سوزن به طور مستقیم از محل تزریق می باشد.

۴- مرحله پایانی شامل: پرهیز از ماساژ محل تزریق، دور انداختن سوزن در یک ظرف مناسب و گذاشتن درب قلم می باشد.



روش تزریق انسولین با سرنگ

۱- در ابتدا دست‌ها و محل تزریق انسولین را باید تمیز نمایید.

ضرورتی ندارد که از الکل جهت ضد عفونی نمودن محل تزریق استفاده کنید. ولی در صورت استفاده از آن برای تمیز کردن محل تزریق صبر کنید تا الکل کاملاً خشک شود.

۲- ویال انسولین شیری یا مخلوط پس از خروج از یخچال با حرکت چرخشی بین دو دست به دمای اتاق برسد.

۳- برای کشیدن انسولین ابتدا به میزانی که انسولین نیاز دارید هوا وارد ویال کنید. شیشه را برگردانید و میزان انسولین مورد نظر (ابتدا انسولین شفاف و بعداً انسولین شیری) را وارد سرنگ کنید. بعد از کشیدن انسولین، حباب هوا را از سرنگ خارج کنید.

۴- قبل از تزریق از نبود هوا داخل سرنگ اطمینان حاصل کنید و در صورت وجود آن را تخلیه کنید.

۵- با یک دست پوست ناحیه مورد نظر را صاف کرده و با دو انگشت قسمتی از آن را گرفته و بی حرکت نگه می دارید. (در ناحیه شکم این عمل لازم نیست).

با دست دیگر سرنگ را برداشته و همچون قلم در دست می گیرید. سر سوزن را وارد پوست کنید.

انسولین چیست؟

انسولین هورمونی است که پانکراس (لوزالمعده) تولید می کند و سبب ورود قند به داخل سلولها می شود. همه سلولهای ما از قند به عنوان منبع انرژی استفاده می کنند. وقتی انسولین نباشد، قند نمی تواند وارد سلولها شود و در خون جمع می شود (هیپرگلیسمی یا قند خون بالا). در این مواقع، بدن نیازمند دریافت انسولین تزریقی است.

انواع انسولین:

◆ انسولین های کوتاه یا سریع اثروری قند و عده های غذایی اثر می گذارند. مقدار انسولین تزریقی در هر وعده غذایی باید متناسب با قند (کربوهیدرات) مصرفی در آن وعده باشد.

◆ انسولین های متوسط یا طولانی اثری انسولین های پایه باغذای مصرفی مرتبط نیستند، بلکه انسولین مورد نیاز بدن در طول ۲۴ ساعت را فراهم می کنند. بسته به طول مدت این نوع انسولین، فرد باید یک یا دو بار در روز از آن استفاده کند.

نیاز به انسولین پایه، ممکن است تحت شرایطی مانند تغییرات وزن، میزان فعالیت فیزیکی، در زمان قاعدگی یا بیماری تغییر کند.

چگونه انسولین را نگهداری کنیم؟

◆ انسولین کوتاه یا سریع اثر به صورت مایع شفاف و انسولین متوسط اثری انسولین مخلوط، کدر است و باید قبل از مصرف به آرامی تکان داده شود. عوامل زیادی می توانند بر اثربخشی انسولین تاثیر بگذارند، لذا رعایت نکات زیر جهت نگهداری انسولین حایز اهمیت است.

◆ همیشه انسولین را طبق دستورالعمل شرکت تولیدکننده آن باید مورد استفاده قرار داد.

◆ همیشه یک ویال انسولین اضافی رادریخچال نگهداری کنید تا در زمانهای ضروری بتوان از آن استفاده کرد.

◆ از انسولین شفاف که کدر شده یا انسولین شیری که یکنواختی خود را از دست داده یا به صورت دانه دانه به دیواره شیشه چسبیده، استفاده نکنید.

◆ انسولین نباید در معرض درجه حرارت های بالا، تماس مستقیم با نور آفتاب و با یخ زدن قرار گیرد زیرا اثر بخشی خود را از دست می دهد.

◆ همیشه قبل از استفاده تاریخ مصرف انسولین را بررسی کنید.

تاریخ شروع استفاده از انسولین را یادداشت کنید زیرا تا ۳۰ تا ۲۸ روز می توانید از آنها استفاده کنید.

◆ طی مسافرت بهتر است انسولین رادریخچال دستی خود حمل کنید نه در چمدانی که به قسمت بار می سپارید. این نکته به ویژه در مسافرت با هواپیما اهمیت دارد، زیرا که در ارتفاع بالا ممکن است انسولین در قسمت بار هواپیما یخ بزند.

◆ ویالهای انسولین و کارتریج های قلم باز نشده باید در یخچال و دمای ۲ تا ۸ درجه نگهداری شوند.

◆ نیازی نیست که ویالها و قلم های انسولین پس از باز شدن، در یخچال نگهداری شوند، بلکه دمای اتاق دمای مناسبی برای نگهداری آن هاست.

◆ در صورت نیاز به حمل و نقل انسولین در فصل گرما یا در دمایی بالاتر از دمای اتاق از کیف های خنک نگهدارنده استفاده شود.

وسایل تزریق انسولین:

انسولین را نمی شود از راه خوراکی مصرف کرد زیرا انسولین یک پروتئین است و توسط آنزیم های گوارشی هضم می شود، لذا انسولین باید با استفاده از وسایلی به صورت زیر پوستی استفاده شود

وسایلی که برای تزریق انسولین استفاده می شود شامل: قلم انسولین، سرنگ انسولین و پمپ انسولین هستند.

قلم انسولین همراه با سوزن مخصوص آن، راحت تر از تزریق با سرنگ است، زیرا مراحل آماده سازی و تنظیم دوز مورد نظر دارو را تسهیل می کند (به خصوص خارج از منزل).

سرنگ انسولین یک روش مرسوم برای تزریق است. چون قلم یک وسیله مکانیکی است و در برخی موارد ناممکن است به درستی عمل نکند، بهتر است که بیمار با سرنگ و چگونگی استفاده از آن آشنا باشد.

سرنگ انسولین:

سرنگ انسولین یک سرنگ مخصوص است که از سرنگ های معمولی، کوچک تر است و برای کشیدن انسولین از ویالهای مخصوص استفاده می شود.

به یاد داشته باشید که سرنگ ها یک بار مصرف هستند و فقط برای یک تزریق مورد استفاده قرار می گیرند.

سرنگ های تزریقی انسولین دارای سه اندازه متفاوت است:

◆ سرنگ ۳/۰ میلی لیتری که می تواند تا ۳۰ واحد انسولین رادریخچال دهد و درجه آن نشان دهنده ۵/۰ واحد انسولین است.

◆ سرنگ ۵/۰ میلی لیتری که می تواند تا ۵۰ واحد انسولین رادریخچال دهد و درجه آن نشان دهنده ۱ واحد انسولین است.

◆ سرنگ ۱ میلی لیتری که می تواند تا ۱۰۰ واحد انسولین رادریخچال دهد و درجه آن نشان دهنده ۲ واحد انسولین است.

اندازه قطر سوزن سرنگ مهم است و هر چه شماره آن بزرگ تر باشد یعنی ضخامت آن کم تر و سوزن نازک تر است.

قلم انسولین:

راه دیگر برای تزریق انسولین، استفاده از قلم انسولین است. مدل های مختلفی از آن در بازار وجود دارد و دارای قسمت های مختلفی شامل: درپوش قلم، سوزن قلم، پیستون، دکمه تزریق، انتخاب کننده دوز انسولین و کارتریج انسولین است.

پمپ انسولین:

ابزارهای کامپیوتری کوچکی هستند که برای انفوزیون زیر جلدی مداوم انسولین به کار می روند و عملکرد پانکراس را تقلید می کنند. بیمار به آسانی با برنامه ریزی پمپ میتواند مقدار انسولین لازم را دریافت کند.

محل های تزریق:

شامل: بازوها، باسن، شکم، ران ها

