



آموزش تزریق انسولین با سرنگ



کدمحتوا: 35

تهیه و تنظیم:

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری ۱۴۰۳

شماره تلفن بیمارستان: ۳۷۲۲۳۰۵۶

داخلی واحد آموزش: ۲۰۳

<https://beheshtih.mrgums.ac.ir>

انسولین را باید به چربی زیر پوست تزریق کنید.
پس لازم است نکات زیر را رعایت کنید:

با انگشت اشاره و شست (مانند نیشگون گرفتن) پوست را جمع کنید.

سرنگ را مثل مداد در دست بگیرید و با زاویه ۴۵ درجه (مایل) وارد پوست کنید.

اگر بافت چربی شما ضخیم می باشد (مثل اطراف شکم) می توانید سرنگ را مستقیم با زاویه ۹۰ درجه تزریق کرد. زاویه تزریق سرنگ در افراد چاق حدود ۹۰ درجه و در افراد لاغر ۴۵ درجه است.

از پرستار بخواهید که نحوه تزریق صحیح را به شما نشان دهد.

پوست را رها کرده و پیستون را به آرامی تا آخر فشار دهید، ۵ ثانیه صبر کنید و سپس سرنگ را خارج کنید و پنبه را به مدت چند ثانیه روی محل تزریق نگه دارید.

چند نکته درباره نگهداری انسولین: اگر قصد مسافرت در شرایط خیلی گرم یا سرد را دارید انسولین را در دمای متعادلی داخل کیف دستی خود نگهدارید تا در معرض تغییرات شدید نباشد. ویالهای انسولین باز شده را به مدت ۲۸ روز میتوان در جای خشک و خنک نگهداری کرد در صورت تغییر رنگ انسولین یا چسبیدن ذرات به شیشه، نباید از آن استفاده شود.

نحوه تزریق انسولین

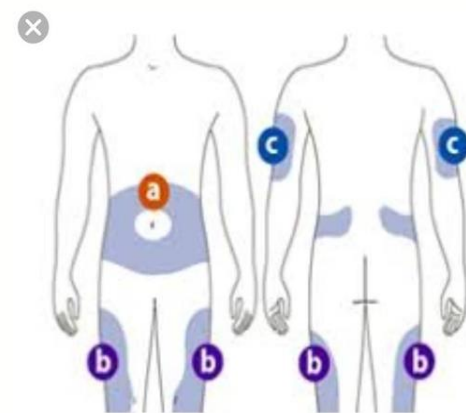
✓ از بین نواحی مختلف تزریق انسولین، یک ناحیه را به صورت چرخشی انتخاب کنید. مثلاً تزریق اول در بازوی راست، بعدی بازوی چپ، بعدی در سمت راست شکم و...

✓ محل تزریق باید حداقل ۲/۵ سانتی متر با زخم و ۵ سانتی متر با ناف فاصله داشته باشد.

✓ در نواحی که کبودی وجود دارد، ورم دارد یا حساس می باشد، تزریق نکنید.

✓ محل تزریق باید تمیز و خشک باشد و از پنبه الکلی استفاده کنید. اگر ناحیه خیلی کثیف بود، قبل از تزریق با آب و صابون بشوید.

محل های تزریق انسولین:



قبل از تزریق انسولین باید نکات زیر را بدانید:

- ❖ نام انسولین مورد استفاده
- ❖ میزان انسولین مورد استفاده
- ❖ دفعات تزریق انسولین
- ❖ آگاهی از زمان اثر عملکرد انسولین

با توجه به اینکه میزان قند خون نیم تا یکساعت بعد از غذا به حداکثر خود می رسد باید تزریق انسولین طوری انجام شود که نیم تا یکساعت بعد از غذا به میزان دلخواه مورد نیاز بدن برسد.

اوج اثر انسولین رگولار: 3-5/ ساعت

اوج اثر انسولین NPH: 8-12 ساعت

پس بهترین زمان تزریق انسولین رگولار نیم ساعت قبل از غذا می باشد.

برای انسولین NPH که تزریق دو بار در روز لازم است بهتر است تزریق در ساعت های ۸ شب و ۸ صبح باشد و صبحانه و شام در ساعت های ۷ صبح و شام در ساعت ۷ شب باشد.

انسولین رگولار کاملاً شفاف و NPH کدر هست اگر انسولین NPH استفاده میکنید قبل از استفاده در کف دست آرام بغلطانید تا کانهایی شدید باعث لختگی و از بین رفتن اثر انسولین می شود. تغییر زمان تجویز انسولین طولانی الاثر، قبل از شام به هنگام خواب، از هیپوگلیسمی شبانه جلوگیری میکند و انسولین بیشتری را در هنگام افزایش گلوکز در اوایل صبح (پدیده Dawn) فراهم می نماید.

نحوه آماده کردن انسولین :

۱) دست ها را با آب و صابون بشوید و سپس کاملاً خشک کنید.

۲) برچسپ روی دارو را حتما بخوانید و مطمئن باشید که داروی صحیح می باشد.

۳) از تکان دادن شدید شیشه انسولین خوداری کنید ، ویال را میان دستان خود بغلتانید تا دارو مخلوط شود به طوری که کف ایجاد نشود.

۴) درپوش ویال انسولین را با پنبه الکل ضد عفونی نمایید و منتظر بمانید تا خشک شود.



۵) سرنگ را از پوشش خارج نمایید مقداری که می خواهید انسولین بکشید هوا داخل ویال کنید. مراقب باشید که سوزن با دستان تماس نداشته باشد زیرا تمام سوزن برای تزریق باید استریل باشد.

۶) شیشه را برگردانید ، انسولین را به آرامی درون سرنگ بکشید و با ضربه های ملایم حباب هوا را خارج نمایید.

۷) زمانی که دیگر در سرنگ حباب هوا ، وجود نداشت میزان دوز دارو را دوباره کنترل کنید تا مطمئن شوید که صحیح است .

۸) سرنگ انسولین ۵۰ خط و هر خط ۲ واحد می باشد. در صورتیکه دو نوع انسولین تزریق می کنید، ابتدا انسولین رگولار (شفاف) را در سرنگ بکشید و سپس انسولین ان.پی.اچ (کدر) را وارد سرنگ نمایید.

