



## به نام او که هم درد است و هم درمان

روش های صحیح تزریق انسولین



شماره تلفن تماس : ۰۳۴۳۳۳۲۱۹۸۸

شماره دورنگار : ۳۳۳۱۲۱۴۵

آدرس: میدان خواجه، بلوار ۲۲ بهمن چهارراه اول

کدسند: ۱۰-NO-BR

تهیه و تدوین: مهدیه عظیمی - واحد آموزش

**مقدمه:** دیابت نوعی بیماری مزمن است که به علت ناتوانی بدن در تولید یا مصرف انسولین ایجاد می شود . انسولین ماده ای است که در بدن توسط لوزالمعده تولید می گردد و باعث میشود قند بدن مورد استفاده قرار بگیرد . اختلال یا عدم ترشح انسولین توسط کبد یا عدم فعالیت مناسب انسولین و یا هر دو عامل باعث افزایش قند خون (هیپرگلیسمی) و دیگر اختلالات متابولیکی می شود که اگر هیپرگلیسمی به خوبی کنترل نشود ، ممکن است موجب عوارض جدی شود.

### انواع انسولین :

انسولین رگولار که رنگ آن شفاف است و سریع الاثر میباشد و روی قند وعده های غذایی اثر می گذارند .

انسولین NPH که شیری رنگ است و متوسط الاثر میباشد و با غذای مصرفی مرتبط نیستند بلکه انسولین مورد نیاز بدن در طول ۲۴ ساعت را فراهم میکنند .

### مراقبت های لازم جهت نگهداری و مصرف انسولین :

۱- انسولین مصرفی را در جای خنک نگهداری کنید از یخ زدن انسولین خودداری شود .

۲- از تزریق انسولین تاریخ گذشته خودداری کنید و قبل از مصرف ، حتماً انسولین را از نظر شفافیت کنترل کنید .

۳- انسولین را هر روز سر ساعت مشخص و قبل از خوردن وعده غذایی اصلی تزریق کنید .

۴- از تزریق انسولین سرد خودداری نمایید قبل از کشیدن انسولین ویال آن را بین دو کف دست به آرامی بگردانید و محل ورود سرسوزن را قبلاً با پنبه آغشته به الکل ضد عفونی کنید .

۵- تنظیم میزان انسولین دریافتی بایستی توسط پزشک معالج انجام شود از کم و زیاد کردن خود سرانه میزان انسولین جدا خودداری کنید .

۶- اگر لازم است از دو نوع انسولین ( رگولار و NPH) استفاده شود ابتدا انسولین رگولار و سپس انسولین NPH را وارد سرنگ نمایید .

۷- محل تزریق را قبلاً با پنبه آغشته به الکل ضد عفونی کنید و اجازه دهید تا کاملاً خشک شود و سپس انسولین را تزریق کنید.

۸- انسولین را در زیر جلد و در بافت چربی تزریق کنید محل تزریق را به طور مرتب تغییر دهید تزریق مداوم در یک محل موجب سفت شدن پوست آن قسمت خواهد شد .

\*جذب از طریق پوست شکم سریع تر از پوست ران است \*

\*صبح ها انسولین را روی شکم و شب ها در ران تزریق کنید \*

### چهار محل اصلی تزریق انسولین شامل:

۱-شکم ۲- سطح پوست بازوها ۳-باسن ۴- سطح جلوی ران ها

## روش صحیح تزریق انسولین :

۱- در صورتی که از انسولین NPH ( کدر ) استفاده میکنید برای مخلوط شدن یکنواخت کریستال های موجود موجود شیشه ی انسولین را چند بار بین دو دست خود بغلطانید .

۲- به اندازه مقدار انسولین تجویز شده ، هوا وارد سرنگ کنید

۳- هوای کشیده شده داخل سرنگ را وارد شیشه انسولین نمایید .

۴- اکنون شیشه انسولین را به طرف بالا و سرنگ را به طرف پایین نگه دارید .

۵- برای اینکه بعداً بتوانید هوای داخل سرنگ را خارج کنید ابتدا ۴-۳ واحد بیشتر از مقدار تجویز شده انسولین وارد سرنگ کنید. برای خارج کردن هوای داخل سرنگ آهسته چند ضربه به سرنگ بزنید و سپس انسولین اضافه و هوای داخل سرنگ را به آرامی داخل شیشه انسولین وارد کنید.

۶- با انگشت شست و نشانه قسمتی از پوست محل تزریق را ( مثل نیشگون گرفتن ) جمع کنید .

۷- در همان محلی که پوست را جمع کرده اید سرنگ را به طور عمودی یا با زاویه ۴۵ درجه وارد پوست کنید و سپس پیستون سرنگ را کاملاً فشار داده و بدین ترتیب انسولین را وارد بافت کنید.



۸- سوزن را از پوست خارج و پنبه را به مدت چند ثانیه روی محل تزریق نگه دارید.

## قلم انسولین :

راهی جدید برای تزریق انسولین ، استفاده از قلم گذاشته اند که شبیه قلم (خود نویس ) است .

## دو نوع قلم در بازار وجود دارد :

۱- قلم هایی که امکان پر کردن مجدد آنها وجود ندارد (disposable pens)

۲- قلم های که امکان پر کردن مجدد آنها وجود دارد (refillable pens)

**برای استفاده بهینه از قلم ، بسیار مهم است که قسمت های مختلف قلم انسولین را بشناسید .**

در پوش قلم : از کارتریج انسولین محافظت میکند و آن را برای حمل و نقل مناسب میسازد .

سوزن قلم : قسمتی است که باید به انتهای قلم متصل شده باشد و در هر تزریق یا بعد از چندین بار تزریق باید تعویض گردد.

انتخاب کننده دوز انسولین : برای تعیین دوز دقیق تزریق انسولین به کار می رود.

کارتریج انسولین : قسمتی که حاوی انسولین است یک محفظه شفاف که دارای در پوش لاستیکی است.

## تنظیم دوز و تزریق قلم انسولین :

۱- دوز انتخاب شده را تنظیم کنید . اگر بیچ گردان دوز را به قبل از واحد مورد نظر جهت تزریق چرخانید ، آن را مجدداً به واحد صحیح برگردانید .



۲- دوز مورد نظر را طبق دستور پرستار یا دکتر خود تزریق کنید . سوزن را به پوست خود چسبانده و دکمه تزریق را تا انتها به داخل فشار دهید . هنگام تزریق ، شماره نشان داده شده بر روی دریچه دوز کم میشود تا به "0" برسد .



۳- ممکن است پس از اینکه دکمه تزریق را فشار دادید انسولین برای مدت کوتاهی از سوزن چکه کند . باید بعد از تخلیه کامل دکمه تا ۱۰ ثانیه به داخل فشار دهید تا مطمئن شوید که دوز کامل را تخلیه شده است .

