



مرکز آموزشی و درمانی امیرالمؤمنین علی

(ع) مراغه

موضوع:

روش تزریق انسولین



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش، پیشگیری و ارتقا سلامت

بهار ۱۴۰۱

۵) هوا را وارد ویال انسولین کرده، شیشه را برگردانید و میزان انسولین لازم را به داخل سرنگ بکشید.

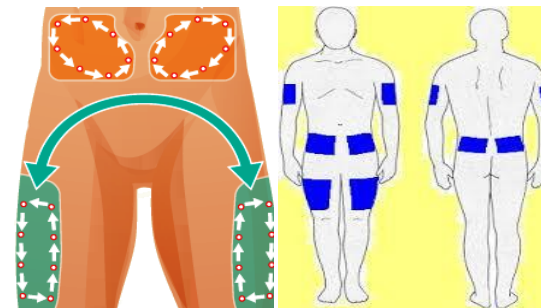
۶) اگر از دو نوع انسولین بصورت مخلوط استفاده می‌کنید ابتدا هوا را به مقدار لازم و بدون تماس نوک سوزن با محلول داخل ویال، وارد انسولین ان پی اچ کرده و سوزن را خارج کنید سپس به مقدار لازم از انسولین کریستال، هوا را داخل سرنگ کشیده و به داخل ویال کریستال تزریق کرده و بعد شیشه انسولین کریستال را وارونه کرده و میزان مورد نیاز از کریستال را به داخل سرنگ کشیده و سوزن را خارج کنید. در نهایت سوزن را وارد شیشه انسولین ان پی اچ کرده و مقدار مورد نیاز را به داخل سرنگ بکشید.

۷) حباب هوا را با زدن چند ضربه به سرنگ و فشار مختصر پیستون خارج نمایید.

۸) اگر قبل از تزریق از الکل استفاده می‌کنید اجازه دهید الکل روی پوست خشک شود.

۹) در افراد چاق در ناحیه جلوی رانها و بازوها و شکم پوست کشیده و باز شود و با زاویه ۹۰ درجه تزریق انجام شود اما در افراد لاغر پوست جمع شده و با زاویه ۴۵ الی ۶۰ درجه تزریق انجام شود. تغییر زاویه تزریق باید با توجه به قطر عضله محل تزریق باشد.

۱۰) بعد از اتمام تزریق به طور ملایم محل تزریق را فشار دهید و سرنگ را داخل ظروف مخصوص دفع کنید.



هنگام تزریق انسولین به چه نکاتی باید توجه کرد:

- انسولین را ۲۰ تا ۳۰ دقیقه قبل از غذا تزریق کنید.
- تزریق انسولین اضافی و کاهش وعده های غذایی باعث کاهش قند خون می‌گردد.
- دمای انسولین تزریقی باید مشابه دمای اتاق باشد.
- انسولین مخلوطی را حداکثر ۵ تا ۱۵ دقیقه بعد از مخلوط کردن تزریق کنید.

مراحل تزریق انسولین

- ۱) دست‌ها را با آب و صابون بشویید.
- ۲) در صورت استفاده از انسولین ان پی اچ، ویال را به آرامی بین دو دست بغلطانید.
- ۳) سرنگ را به صورت عمودی در حالیکه سوزن رو به بالا باشد نگه دارید و به اندازه انسولین مورد نیاز هوا داخل سرنگ بکشید.
- ۴) درپوش ویال انسولین را با پنبه الکل تمیز کنید.

نکات قابل توجه در تزریق انسولین

ابتدا لازم است آموزش های مربوط به تزریق انسولین را از پرستار خود در بیمارستان یا پزشک معالج به صورت عملی دریافت کنید و بعد از تمرین می توانید با رعایت نکات زیر اقدام به تزریق انسولین در منزل نمایید :

- در حین تزریق دقت کنید نوع و مقدار انسولین دستور داده شده مطابق دستور پزشک باشد و زمان انقضا مصرف انسولین نیز به اتمام نرسیده باشد.

(هرگز خودسرانه مقدار انسولین خود را تغییر ندهید)

- چنانچه در محل تزریق علایمی مثل سفتی ، برجستگی ، فرو رفتگی ، تاول ، کهیر و قرمزی مشاهده کردید به پزشک اطلاع دهید.

- برای تزریق انسولین باید از سرنگ مخصوص که براساس واحد مدرج شده استفاده نمایید و همیشه تعدادی سرنگ و انسولین ذخیره داشته باشید.



شرایط نگهداری ویال انسولین

- ویال انسولین باز شده را که در حال مصرف است می توان دور از گرما و نور مستقیم در یک محل خنک در منزل نگهداری کرد اما ویال های اضافی و باز نشده باید در طبقه وسط یخچال در دمای ۲-۸ درجه نگهداری شوند.

- از تکان دادن بیش از حد ویال انسولین خودداری کنید چون باعث از بین رفتن اثر دارو می شود.

- ویال های انسولین در حال مصرف که از یخچال خارج شده اند بعد از ۲۸ الی ۳۰ روز قدرت اثرشان کم می شود و نباید استفاده شوند.

- ظاهر انسولین کریستال تا زمان پایان مصرف باید شفاف ، بیرنگ و یکدست باشد ولی اگر ظاهر آن کدر ، غلیظ و دارای ذرات جامد باشد نباید مصرف شود.

- ظاهرانسولین ان پی اچ بعد از غلطاندن ملایم در دست و مخلوط شدن باید به شکل محلول یک نواخت شیری رنگ درآید و اگر غیر از این باشد نباید استفاده گردد.

سرعت جذب و محل های تزریق انسولین

انسولین از طریق شکم بیشترین سرعت جذب را دارد و بعد از شکم بیشترین سرعت جذب به ترتیب مربوط به بازوها ، ران ها و باسن می باشد.

اگر بیش از یک تزریق در روز انجام می دهید ، بهتر است صبحها (وعده صبحانه و ناهار) در اطراف ناف و بعد از ظهرها در پاها یا دستها تزریق نمایید . اگر ورزشهایی مثل دویدن و دوچرخه سواری انجام می دهید چون ماهیچه های ران به حرکت زیادی وادار شده و جذب انسولین را تسریع می کند لذا انسولین به جای باسن و ران باید به بازو تزریق شود.

توصیه مهم در تزریق انسولین

برای جلوگیری از ایجاد تغییر در بافت چربی یا لیپو دیستروفی ، بایستی محل تزریق انسولین مرتب عوض شود زیرا زمانی که تزریقات همیشه در یک ناحیه بدن انجام شود به مرور باعث انباشتگی چربی و تغییر شکل پوست شده و تزریق از این مناطق در جذب انسولین اختلال ایجاد خواهد کرد. پس توصیه می گردد که تزریق در اندام های متفاوت و نیز نقاط مختلف یک اندام به صورت چرخشی انجام شده و فاصله هر تزریق با تزریق بعدی در هر اندام حداقل در حدود ۲/۵ سانتی متر باشد.