

چگونه انسولین خود را تزریق کنیم؟

در مورد انواع انسولین قلمی باید از نحوه نگهداری، محل های تزریق و آماده سازی انسولین جهت تزریق اطلاعات داشته باشید.



نام انسولین	مدت اثر
نوومیکس	ترکیبی_ مخلوطی از کوتاه اثر+ طولانی اثر
لانتوس	طولانی اثر
نوورپید	سریع الاثر

۱

نحوه تزریق انسولین :

- ۱- تاریخ انقضای آمپول انسولین را قبل از هر چیز کنترل کنید .
- ۲- دستهای خود را با آب و صابون بشوئید .
- ۳- در صورت استفاده از انسولین نوورپید و نوومیکس ابتدا درپوش قلم را بردارید و قلم را در وضعیت افقی نگهداشته و آن را بین دو دست ۱۰ مرتبه بگردانید .
- ۴- سپس ۱۰ مرتبه به بالا و پایین حرکت دهید تا زمانی که مایع به طور یکنواخت و شیری رنگ و کدر شود .
- ۵- بعد از مخلوط کردن سوزن را به طور مستقیم و محکم به سر قلم بیچکانید و در پوش خارجی و بزرگ داخلی سر سوزن را بردارید .

آماده سازی برای هواگیری :

به منظور جلوگیری از تزریق هوا و اطمینان از مصرف دوز صحیح لازم است قبل از هر بار تزریق ، انتخاب کننده دوز را به اندازه ۲ واحد بچرخانید . سپس قلم را به گونه ای که سر سوزن به سمت بالا باشد نگهداشته و با انگشت به ملایمت چند دفعه به محفظه انسولین ضربه بزنید و بعد دکمه فشاری را تا آخر فشار دهید . انتخاب کننده دوز انسولین روی صفر بر می گردد باید از نوک سر سوزن یک قطره انسولین خارج شود . در غیر اینصورت سرسوزن را تعویض نموده و مراحل ذکر شده را تکرار نمایید .

۲

تنظیم دوز جهت تزریق :

به تعداد واحد هایی که قصد تزریق آن را دارید انتخاب کننده دوز را بچرخانید . در نظر داشته باشید که نمی توان دوزی بیشتر از تعداد واحد های باقیمانده در کارتریج را انتخاب نمود . جهت تزریق انسولین سوزن را بطور کامل داخل نمایید و برای تزریق دکمه فشاری را تا انتها فشار دهید تا عدد صفر مقابل نشانگر قرار گیرد و بعد از تزریق تا زمان خارج کردن سوزن از پوست دکمه فشاری را کامل فشرده نگه دارید . سوزن باید حد اقل ۶ ثانیه زیر پوست بماند تا اطمینان حاصل شود که دوز کامل وارد بدن شده است . پس از تزریق هم در پوش بزرگ خارجی سر سوزن را بگذارید و سوزن را در خلاف جهت عقربه های ساعت بچرخانید تا باز شود . سپس سرسوزن را دور انداخته و در پوش قلم را مجدد در جای خود بگذارید .

توجه : بهترین روش برای هر تزریق از یک سوزن جدید

استفاده کنید و سر سوزن را بعد از هر تزریق جدا کنید . در غیر اینصورت ممکن است به هنگام تغییر دما انسولین به بیرون نشت کند .

۳



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

نحوه تزریق انسولین قلمی



واحد آموزش سلامت - بازنگری ۱۴۰۳

سایت بیمارستان:

<http://shohada.lums.ac.ir>

شماره تلفن های بیمارستان: ۰۱-۳۳۲۳۶۴۰۷-۷

نکته: سرعت جذب در شکم از تمام نقاط بالاتر است
سرعت جذب در ناحیه بازو ها بیشتر از باسن و ران ها می
باشد .

- محل تزریق را به جای ماساژ ، فشار دهید .
- جهت پیشگیری از آسیب به پوست محل تزریق ، ناحیه تزریق انسولین را به صورت چرخشی تعویض کنید .
- برای جلوگیری از ایجاد برآمدگی و یا فرو رفتگی در محل تزریق ، محل را در هر بار تزریق ۲ سانتی متر نسبت به محل تزریق قبلی فاصله دهید .

شایع ترین مواردی که موجب آسیب

به قلم می گردد:

- در صورتی که سر سوزن به طور صحیح سر قلم قرار نگیرد
- عدم توجه به شرایط دمایی مناسب جهت نگهداری از قلم انسولین در حال استفاده

روش نگهداری انسولین :

- قلم انسولینی که باز نشده است را حتماً در دمای ۲-۸ درجه سانتی گراد داخل یخچال نگهداری کنید .
- انسولین را دور از نور آفتاب و گرما و سرمای نگهداری نموده و هرگز ویال انسولین را در فریزر قرار ندهید .
- قلم انسولین خارج از یخچال بعد از ۳۰ روز غیر قابل استفاده است .

محل تزریق انسولین :



روش صحیح تزریق انسولین به داخل بافت زیر جلدی می باشد . انسولینی که خیلی عمیق و یا سطحی باشد ، موجب تغییر در سرعت جذب انسولین می شود .

