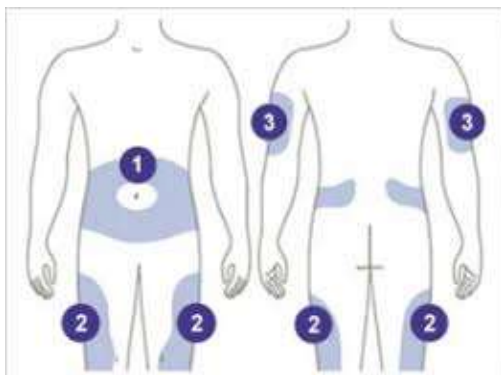




نکات مهم در تزریق انسولین :

- تاریخ انقضای آمپول انسولین را قبل از هر چیز کنترل کنید . انسولین کریستال تا آخرین مقدار استفاده بایشفاف و یک دست باشد و انسولین ان پی اچ نیز بعد از تکان ملایم باید یکدست و شیری رنگ شود .
- دستهای خود را با آب و صابون بشوئید .
- شیشه انسولین را به آرامی بغلطانید تا مخلوط شود (از تکان دادن آنها اکیدا "خودداری کنید)
- سر انسولین را با الکل تمیز کنید .
- پیستون سرنگ را به اندازه واحد های مورد نیاز تزریق انسولین عقب کشیده و مراقب باشید که سوزن سرنگ با چیزی تماس پیدا نکند و سوزن را به درون شیشه انسولین داخل کرده و سرنگ را از هوا خالی کنید .
- سرنگ و ویال را وارونه کرده و انسولین را به آرامی به درون سرنگ بکشید و بعد درون سرنگ را از وجود حباب هوا بررسی کنید .

محل تزریق انسولین : روش صحیح تزریق به

داخل بافت زیر جلدی می باشد . تزریقی که خیلی عمیق و یا سطحی باشد موجب تغییر در سرعت جذب انسولین می شود .



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

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

چگونه انسولین خود را تزریق کنیم

در مورد انواع انسولین , نحوه نگهداری , انتخاب سرنگ و محل های تزریق , آماده سازی انسولین جهت تزریق و کشیدن انسولین به داخل سرنگ باید اطلاعات کافی و مناسب داشته باشید .



روی بر چسب انسولین را دقت کنید که انسولین درست انتخاب شود .

R	آمپول رگولار
N	آمپول ان پی اچ
L	آمپول لنت
U	آمپول اولترالنت
H	لیسپرو



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

نحوه تزریق انسولین



واحدآموزش سلامت- بازنگری ۱۴۰۴

سایت بیمارستان:

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

شماره تلفن های بیمارستان: ۷-۳۲۳۶۴۰۱

روش نگهداری انسولین :

- ویال انسولین در صورتی که باز نشده است را حتماً "در دمای ۲-۸ درجه سانتی گراد داخل یخچال نگهداری کنید و هرگز ویال انسولین را در فریزر قرار ندهید .
- شیشه های انسولین خارج از یخچال بعد از ۳۰ روز غیر قابل استفاده می شود .
- انسولین را دور از نور آفتاب و گرما و سرمای شدید نگهداری کنید .

- برای برای مصرف انسولین ۳۰ دقیقه قبل از تزریق آن را از یخچال خارج ساخته و اجازه دهید در حرارت محیط گرم شود (چون تزریق انسولین سرد درد ناک است)
- از تکان دادن آمپول انسولین خودداری کنید زیرا تکان دادن ویال علاوه بر کاهش قدرت دارو ، باعث تولید حباب هوا می شود که بر روی میزان انسولینی که شما برای تزریق درون سرنگ می کشید تاثیر دارد .

نشانه های فاسد بودن انسولین :

انسولین کریستال (شفاف) کدر شده ، انسولین های شیری یکنواختی خود را از دست داده و بصورت دانه دانه (کریستال) در می آیند .

منبع :مایرز ، دونا ، راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل ، ترجمه اعلائی ، فاطمه و همکاران ، تهران ، سالمی

- اگر حباب وجود داشت چند ضربه ملایم به سرنگ بزنید و سپس اندکی انسولین را مجدداً "به داخل آمپول تخلیه کرده و مجدداً "به آرامی انسولین را به درون سرنگ بکشید .
- در صورت تزریق دو نوع انسولین ابتدا انسولین کریستال را در سرنگ بکشید و سپس انسولین ان پی ایچ را وارد سرنگ نمائید . اگر قسمتی از انسولین ریگولار یا ان پی ایچ مخلوط شود نوعی واکنش اتصالی اتفاق می افتد که اثر انسولین سریع الاثر را کند می کند.
- مخلوط انسولین کریستال و انسولین ان پی ایچ را حداکثر ۱۵-۵ دقیقه بعد از کشیدن در سرنگ تزریق نمائید .
- محل تزریق را با آب و صابون و یا الکل تمیز کنید (اجازه دهید الکل خشک شود)
- ناحیه تزریق را توسط انگشتان نیشگون گرفته و بالا بیاورید تا یک چین پوستی ایجاد شود (به منظور جلوگیری از تزریق عضلانی)
- سوزن را با زاویه ۹۰ درجه به داخل پوست فرو کنید (این زاویه در افراد لاغر و کودکان ۴۵ درجه می باشد)
- با یک دست سرنگ را نگه داشته و با دست دیگر تزریق را انجام دهید .
- در انتها محل تزریق را مجدداً " با پنبه و الکل تمیز کرده سرنگ را دور انداخته و دستان خود را با آب و صابون بشوئید .