

قبل از تزریق انسولین رعایت چه نکاتی الزامی است؟

- هنگام خرید و استفاده از ویال انسولین به تاریخ انقضای آن توجه نمایید.
- از تکان دادن شدید ویال انسولین بپرهیزید چراکه اثر دارو را کاهش می دهد.
- قبل از استفاده از انسولین لازم است که ویال انسولین را از نظر وجود ذرات خارجی و ی خردگی بررسی نمایید.
- انسولین باید تا آخرین قطره مصرف شفاف و یک دست باشد. در صورت کدر شدن انسولین رگولار (کریستال) داخل ویال، این انسولین تأثیر خود را از دست داده است. مهمترین علت کدر شدن انسولین رگولار (کریستال) ترتیب نادرست کشیدن انسولین از ویال هاست (ابتدا باید انسولین رگولار را داخل سرنگ بکشید و بعد از آن انسولین NPH را).
- انسولین NPH پس از یک تکان ملایم باید یک دست و شیری شود در غیر این صورت قابل استفاده نیست.
- انسولین را ۲۰ الی ۳۰ دقیقه قبل از صرف غذا تزریق نمایید.
- فواصل تزریق در یک عضو را رعایت کنید. فاصله هر تزریق با تزریق قبلی باید ۱ الی ۱/۵ سانتی متر باشد.
- در صورتی که از پنبه الکلی استفاده می کنید، آن قدر صبر کنید تا پوست خشک شود.
- در صورتی که یک نوع انسولین داخل سرنگ کشیده اید، می توانید انسولین داخل سرنگ را تا ۱ هفته داخل یخچال نگه دارید.

سرنگ انسولین چه ویژگی هایی دارد؟

می دانیم که ابزار تزریق داروها به بدن، وسیله ای به نام سرنگ است. حتماً تاکنون سرنگ های مختلفی از نظر شکل، اندازه، خطوط، اعداد و علائم روی آن ها دیده اید. باید بدانیم که سرنگ تزریق انسولین با سرنگ تزریق داروهای دیگر فرق دارد. تصویر

یک سرنگ انسولین را در شکل روبرو می بینید. همان طور که در شکل نشان داده شده است یک سرنگ انسولین از اجزای مختلفی تشکیل شده است. پیستون، سر پیستون، سر سوزن و درپوش، قسمت های تشکیل دهنده سرنگ هستند.



خوب به سرنگ انسولین دقت کنید. خطوطی روی بدنه سرنگ انسولین وجود دارند. روبروی هر خط بزرگ، یک عدد وجود دارد. مثلاً عدد ۱۰ نشان دهنده ۱۰ واحد انسولین و عدد ۲۰، نشانگر ۲۰ واحد انسولین است. خطوط ریزتر که بین اعداد وجود دارند، هر کدام نشان دهنده ۲ واحد انسولین هستند. برای مثال برای کشیدن ۱۲ واحد انسولین باید پیستون را روی اولین خط کوچک بالای عدد ۱۰ قرار دهید.

برای تزریق انسولین فقط باید از سرنگ های مخصوص تزریق انسولین استفاده کرد. ویژگی های این نوع سرنگ ها مثل قطر کم سرنگ، طول و قطر کم سوزن و خطوط ریز و تقسیم بندی واحدها روی بدنه سرنگ، باعث می شود که تزریق انسولین با دقت و به درستی انجام شود. از هر سرنگ انسولین می توان تا حداکثر ۲۰ بار استفاده نمود، اما باید که سر سوزن، عمل تزریق دردناک خواهد شد.

به دلیل ورود سوزن به بدن، هر سرنگ اختصاصاً برای یک شخص استفاده می شود و استفاده از سرنگ یک بیمار دیابتی برای بیمار دیگر ممنوع است، حتی اگر آن بیمار را بشناسیم یا از اعضای خانواده ما باشد زیرا خطر انتقال عفونت های ویروسی از طریق خون وجود دارد.

در صورت استفاده مجدد از سرنگ انسولین، چندبار پیستون را با فشار به عقب و جلو ببرید تا انسولینی که داخل سوزن م یماند خارج شود. سپس مجدداً اقدام به کشیدن انسولین کنید.

در مواردی که چند بار از سرنگ استفاده می شود نباید سر سوزن با الکل پاک شود و نیازی به نگه داری سرنگ در یخچال نیست.

استفاده از سرنگ یک بیمار دیابتی، برای بیمار دیگر ممنوع است.

انواع سرنگ انسولین کدامند؟

همان طور که عنوان شد سرنگ های انسولین با سرنگ های معمولی فرق دارند و برای کشیدن و تزریق انسولین دارای خطوط ویژه و سوزن هایی با طول کوتاه هستند.

رایج ترین نوع سرنگ های انسولین، سرنگ های ۱۰۰ واحدی هستند که گنجایش یک میلی لیتر انسولین را دارند و دارای ۵۰ خط ریز بوده و هر خط کوچک حاوی ۲ واحد است. نوع دیگری از سرنگ انسولین، سرنگ های ۵۰ واحدی است که گنجایش نیم میلی لیتر انسولین را داشته و دارای ۵۰ خط ریز بوده و هر خط کوچک نشان دهنده ۱ واحد است. این سرنگ ها برای بیمارانی که مقدار کمی انسولین تزریق می کنند و میزان انسولین تجویز شده به آنان عددی فرد است مناسب می باشد. مثلاً برای کشیدن ۳ واحد

انسولین بهتر است از سرنگ های ۵۰ واحدی استفاده گردد. اخیراً سرنگ های ۳۰ واحدی هم وارد بازار شده اند که برای تزریق مقادیر بسیار کم انسولین مناسب تر از انواع ۱۰۰ واحدی هستند.

نکات مهم برای تزریق انسولین

- روش مناسب تزریق انسولین با استفاده از سرنگ و به صورت زیرجلدی است.
- نواحی مختلفی برای تزریق انسولین وجود دارند. برای جلوگیری از پیدایش تغییرات پوست و بافت چربی زیر آن، تزریق انسولین باید به صورت چرخشی انجام شود.
- بنابراین در صورتی که بیش از یک تزریق در روز انجام می دهید، بهتر است از چند عضو جهت تزریق انسولین استفاده شود. به طور مثال تزریق انسولین را صبح ها در اطراف ناف و بعد از ظهرها در ران یا بازوها انجام دهید.
- ورزش سرعت جذب انسولین از نواحی تزریق را افزایش می دهد و در صورت تزریق در اندام هایی که در ورزش فعالیت دارند احتمال بروز افت قندخون بیشتر می شود.

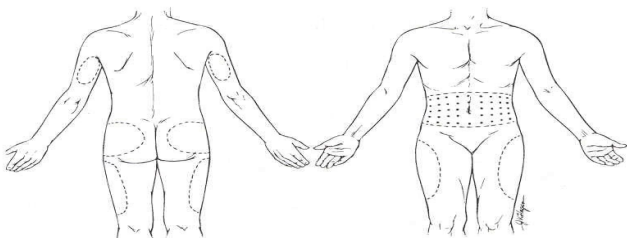
نواحی مجاز برای تزریق انسولین کدامند؟

نواحی مختلفی در بدن شما وجود دارند که می توانید برای تزریق انسولین از آن ها استفاده کنید. به تصویر زیر دقت کنید قسمت های مختلفی چون ناحیه شکم، قسمت بالای و بیرونی بازوها، قسمت بیرونی عضله ران و قسمت های بیرونی باسن برای تزریق انسولین مناسب هستند.

برای جلوگیری از آسیب محل تزریق، از تزریق مکرر انسولین در یک محل خودداری کنید.

باید بدانید که:

- انسولین را در نزدیکی مفاصل و استخوان ها تزریق نکنید.
- سرعت جذب انسولین از محل های مختلف بدن متفاوت است.
- جذب انسولین در شکم سریع تر از بازوها، در بازوها سریع تر از ران و در ران سریع تر از باسن است.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و

درمانی آذربایجان غربی



نحوه صحیح تزریق انسولین و محل

واحد آموزش سلامت

تلفن: ۰۴۴-۴۴۲۲۲۲۴۳

۱۴۰۳



نحوه تزریق انسولین توسط بیماران دیابتی

- از بین نواحی مختلف تزریق انسولین، یک ناحیه را به صورت چرخشی انتخاب کنید.
- محل تزریق را با پنبه الکلی تمیز نموده و ۵ تا ۱۰ ثانیه صبر کنید تا الکل کاملاً خشک شود.
- با یک دست پوست ناحیه مورد نظر را صاف کرده و با دو انگشت قسمتی از آن را گرفته و ب یحرکت نگه دارید.
- با دست دیگر سرنگ را برداشته و همچون قلم در دست بگیرید. سر سوزن را وارد پوست کنید.
- زاویه تزریق در افراد چاق و لاغر متفاوت است. در افراد چاق در ناحیه پیشین ران ها و بازوها ابتدا باید پوست بالا آورده شود و با زاویه ۹۰ درجه سر سوزن وارد گردد، اما در افراد لاغر این زاویه درشکم و ران ۹۰ درجه و در بازوها ۴۵ درجه است.
- برای تزریق انسولین پیستون سرنگ را تا آخر فشار دهید.
- به طور مستقیم سوزن را از پوست خارج کنید و یک گلوله پنبه را برای چند ثانیه روی موضع تزریق نگه دارید. اگر بعد از بیرون کشیدن سوزن از پوست و پایانتزریق ناحیه دردناک شد یا مایعی روشن از محل تزریق خارج گردید، محل تزریق را به مدت چند ثانیه فشار دهید.
- از ماساژ دادن محل بعد از تزریق بپرهیزید.
- زمانی که می خواهید سرنگ را دور بیندازید، آن را داخل یک ظرف که در آن محکم بسته م یشود، قرار داده و دور بیندازید.



منبع:

۱- کتاب برونر و سودارث غدد

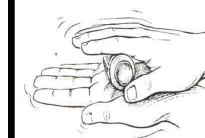
مراحل تزریق انسولین چگونه است؟

نحوه کشیدن انسولین داخل سرنگ:

- ابتدا تمام وسایل مورد نیاز را فراهم آورده و در یک ظرف بگذارید. این وسایل شامل ویال انسولین، سرنگ تزریق انسولین، یک گلوله پنبه خشک یا پنبه الکلی هستند.
- سپس دستان خود را با آب ولرم و صابون بشویید و کاملاً خشک کنید... ویال های انسولین را از نظر وجود رسوبات، یخ زدگی و... بررسی نمایید.
- ویال های انسولین رگولار باید شفاف و محتوی ویال های انسولین NPH یک دست باشند.
- قبل از کشیدن انسولین NPH به داخل سرنگ آن را بین دو دست خود بغلتانید تا یک دست شود. هرگز ویال انسولین را به شدت تکان ندهید. در صورتی که ویال جدیدی برداشته اید، درپوش ویال را بردارید. سپس درپوش پلاستیکی آن را با پنبه الکلی تمیز کنید.



سرعت جذب انسولین، از محل های مختلف بدن متفاوت است.



- به همان میزانی که انسولین لازم دارید، هوا وارد ویال کنید .
- اگر از دونوع انسولین به صورت مخلوط استفاده می کنید، هوا وارد هر دو ویال نمایید.
- حالا ویال را برگردانید و میزان انسولین لازم را با کشیدن پیستون به عقب، وارد سرنگ خود کنید.
- در صورتی که دو نوع انسولین تزریق می کنید، ابتدا انسولین رگولار (شفاف) را در سرنگ بکشید و سپس انسولین NPH (کدر) را وارد سرنگ نمایید.
- پس از کشیدن انسولین به داخل سرنگ، سرنگ را رو به بالا نگه داشته و حباب های هوا را خارج کنید . چند ضربه به بدنه سرنگ وارد کنید تا حباب های هوا به سطح آمده، آن گاه با فشار اندکی به پیستون حباب ها را خارج نمایید.

نکته: حباب ها به خودی خود خطرناک نیستند اما در صورت وجود آنها، مقدار انسولین تزریقی کم تر از آنچه روی درجات سرنگ م یبینید خواهد بود. ضمن آن که درد ناشی از تزریق هم بیش تر می شود.

