

بنام خدا



بیمارستان امام صادق (ع) شهرستان دلیجان

آشنایی با انسولین



راهنمای آموزشی به بیماران

بخش داخلی-اطفال

واحد آموزش

با دست دیگر سرنگ را برداشته و همچون قلم در دست می گیرید. سر سوزن را وارد پوست کنید.

۶- زاویه تزریق در افراد چاق و لاغر متفاوت است. در افراد چاق در ناحیه پیشین ران ها و بازو ها ابتدا باید پوست بالا آورده شود و با زاویه ۹۰ درجه سر سوزن وارد گردد. اما در افراد لاغر این زاویه در بازو ها ۴۵ درجه است. تغییر زاویه باید با توجه به قطر پوست محل تزریق باشد.

۷- برای تزریق انسولین پیستون سرنگ را تا آخر فشار دهید.

۸- از ماساژ دادن محل بعد از تزریق بپرهیزید و در نهایت سرنگ مورد استفاده را در یک ظرف یا سطل درب دار بیاندازید.

روش تزریق انسولین با قلم

۱-مرحله آماده سازی شامل: شستن دست ها با آب و صابون، کنترل تاریخ انقضای انسولین، باز کردن درب قلم، انتخاب سر سوزن، جدا کردن کاغذ محافظ سر سوزن و چرخاندن سر سوزن روی سرپیچ دار قلم جهت نصب آن، جدا کردن درپوش داخلی و خارجی پلاستیکی سر سوزن می باشد.

۲-مرحله هواگیری شامل: چرخاندن درجه تنظیم قلم و انتخاب ۲واحد انسولین، گرفتن نوک قلم به سمت بالا و ضربه زدن به مخزن انسولین و فشار دادن نکه تزریق برای خارج شدن انسولین و نشان دادن عدد صفر روی دریچه نمایش دوز می باشد.

۳-مرحله تزریق شامل: تزریق دوز انسولین مورد نیاز پس از چرخاندن درجه تنظیم انتخاب، فشردن دکمه تزریق و شنیدن صدای کلیک و برگشتن دریچه نمایش دوز به صفر، نکه داشتن سوزن در محل تزریق به مدت ده ثانیه و خارج کردن سوزن به طور مستقیم از محل تزریق می باشد.

۴-مرحله پایانی شامل: پرهیز از ماساژ محل تزریق، دور انداختن سوزن در یک ظرف مناسب و گذاشتن درب قلم می باشد.

مختلفی شامل: درپوش قلم، سوزن قلم، پیستون، دکمه تزریق، انتخاب کننده دور انسولین و کارتریج انسولین است.

پمپ انسولین

ابزار های کامپیوتری کوچکی هستند که برای انفوزیون زیرجلدی مداوم انسولین به کار می روند و عملکرد پانکراس را تقلید می کنند. بیمار به آسانی با برنامه ریزی پمپ می تواند مقدار انسولین لازم را دریافت کند.

محل های تزریق

شامل: بازو، باسن، شکم، ران ها

روش تزریق انسولین با سرنگ

۱- در ابتدا دست ها و محل تزریق انسولین را باید تمیز نمایید.

ضرورتی ندارد که از الکل جهت ضدعفونی نمودن محل تزریق استفاده کنید. ولی در صورت استفاده از آن برای تمیز کردن محل تزریق صبر کنید تا الکل کاملا خشک شود.

۲- ویال انسولین شیری یا مخلوط پس از خروج از یخچال با حرکت چرخشی بین دو دست به دمای اتاق برسد.

۳- برای کشیدن انسولین ابتدا به میزانی که انسولین نیاز دارید هوا وارد ویال کنید. شیشه را برگردانید و میزان انسولین موردنظر (ابتدا انسولین شفاف و بعد انسولین شیری) را وارد سرنگ کنید.

بعد از کشیدن انسولین، حباب هوا را از سرنگ خارج کنید.

۴- قبل از تزریق از نبود هوا داخل سرنگ اطمینان حاصل کنید و در صورت وجود آن را تخلیه کنید.

۵- با یک دست پوسته ناحیه موردنظر را صاف کرده و با دو انگشت قسمتی از آن را گرفته و بی حرکت نگه می دارید. (در ناحیه شکم این عمل لازم نیست)

انسولین چیست؟

انسولین هورمونی است که پانکراس (لوزالمعده) تولید می کند و سبب ورود قند به داخل سلول ها می شود. همه سلول های ما از قند به عنوان منبع انرژی استفاده می کنند. وقتی انسولین نباشد، قند نمی تواند وارد سلول ها شود و در خون جمع می شود (هیپر گلیسمی یا قند خون بالا). در این مواقع، بدن نیازمند دریافت انسولین تزریقی است.

انواع انسولین

■ انسولین های کوتاه یا سریع اثر روی قند وعده های غذایی اثر می گذارند. مقدار انسولین تزریقی در هر وعده غذایی باید متناسب با قند (کربوهیدرات) مصرفی در آن وعده باشد.

■ انسولین های متوسط یا طولانی اثر یا انسولین های پایه با غذای مصرفی مرتبط نیستند، بلکه انسولین موردنیاز بدن در طول ۲۴ ساعت را فراهم می کنند. بسته به طول مدت این نوع انسولین، فرد باید یک یا دو بار در روز از آن استفاده کند.

نیاز به انسولین پایه، ممکن است تحت شرایطی مانند تغییرات وزن، میزان فعالیت فیزیکی، در زمان قاعدگی یا بیماری تغییر کند.

چگونه انسولین را نگهداری کنیم؟

■ انسولین کوتاه یا سریع اثر به صورت مایع شفاف و انسولین متوسط اثر یا انسولین مخلوط، کدر است و باید قبل از مصرف به آرامی تکان داده شود. عوامل زیادی می توانند بر اثر بخشی انسولین تاثیر بگذارند. لذا رعایت نکات زیر جهت نگهداری انسولین حائز اهمیت است.

■ همیشه انسولین را طبق دستور العمل شرکت تولید کننده آن باید مورد استفاده قرار داد.

■ همیشه یک ویال انسولین اضافی را در یخچال نگهداری کنید تا در زمان های ضروری بتوان از آن استفاده کرد.

■ از انسولین شفاف که کدر شده یا انسولین شیری که یکنواختی خود را از دست داده یا به صورت دانه دانه به دیواره شیشه چسبیده، استفاده نکنید.

■ **انسولین نباید در معرض درجه حرارت های بالا، تماس مستقیم با نور آفتاب و با یخ زدن قرار گیرد** زیرا اثر بخشی خود را از دست می دهد.

■ همیشه قبل از استفاده تاریخ مصرف انسولین را بررسی کنید.

تاریخ شروع استفاده از انسولین را یادداشت کنید زیرا تا ۲۸ تا ۳۰ روز می توانید از آن ها استفاده کنید.

■ طی مسافرت بهتر است انسولین را در کیف دستی خود حمل کنید نه در چمدانی که به قسمت بار می سپارید. این نکته به ویژه در مسافرت با هواپیما اهمیت دارد، زیرا که در ارتفاع بالا ممکن است انسولین در قسمت بار هواپیما یخ بزند.

■ ویال های انسولین و کارتریج های قلم باز نشده باید در یخچال و دمای ۲ تا ۸ درجه نگهداری شوند.

■ نیازی نیست که ویالها و قلم های انسولین پس از باز شدن، در یخچال نگهداری شوند، بلکه دمای اتاق دمای مناسبی برای نگهداری آن هاست.

■ در صورت نیاز به حمل و نقل انسولین در فصل گرما یا در دمایی بالاتر از دمای اتاق از کیف های خنک نگهدارنده استفاده شود.

وسایل تزریق انسولین

انسولین را نمی شود از راه خوراکی مصرف کرد زیرا انسولین یک پروتئین است و توسط آنزیم های گوارشی هضم می شود، لذا انسولین باید با استفاده از وسایلی به صورت زیرپوستی استفاده شود.

وسایلی که برای تزریق انسولین استفاده می شود شامل: قلم انسولین، سرنگ انسولین و پمپ انسولین هستند.

قلم انسولین همراه با سوزن مخصوص آن، راحت تر از تزریق با سرنگ است، زیرا مراحل آماده سازی و تنظیم دوز مورد نظر دارو را تسهیل می کند (به خصوص خارج از منزل)

سرنگ انسولین یک روش مرسوم برای تزریق است. چون قلم یک وسیله مکانیکی است و در برخی موارد نادر ممکن است به درستی عمل نکند. بهتر است که بیمار با سرنگ و چگونگی استفاده از آن آشنا باشد.

سرنگ انسولین

سرنگ انسولین یک سرنگ مخصوص است که از سرنگ های معمولی کوچک تر است و برای کشیدن انسولین از ویال های مخصوص استفاده می شود.

به یاد داشته باشید که سرنگ ها یک بار مصرف هستند و فقط برای یک تزریق مورد استفاده قرار می گیرند.

سرنگ های تزریقی انسولین دارای سه اندازه متفاوت است:

■ سرنگ ۰/۳ میلی لیتری که می تواند ۳۰ واحد انسولین را در خود جای دهد و هر درجه آن نشان دهنده ۰/۵ واحد انسولین است.

■ سرنگ ۰/۵ میلی لیتری که می تواند تا ۵۰ واحد انسولین را در خود جای دهد و هر درجه نشان دهنده ۱ واحد انسولین است.

■ سرنگ ۱ میلی لیتری که می تواند تا ۱۰۰ واحد انسولین را در خود جای دهد و هر درجه نشان دهنده ۲ واحد انسولین است.

اندازه قطر سر سوزن سرنگ مهم است و هر چه شماره آن بزرگ تر باشد یعنی ضخامت آن کم تر و سوزن نازک تر است.

قلم انسولین

راه دیگر برای تزریق انسولین، استفاده از قلم انسولین است. مدل های مختلفی از آن در بازار وجود دارد و دارای قسمت های