



دانشگاه پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

آموزش به بیمار

با موضوع: آموزش تزریق انسولین



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: خانم دکتر شکوفه شاملو رضایی
(متخصص زنان و زایمان)

بهمن ۱۴۰۱

*محل تزریق بر روی ران: باید ۴ انگشت فرد از مفصل ران به پائین و ۴ انگشت از مفصل زانو به بالا می توان استفاده شود طرفین در این محدوده به سمت بیرون و خارج ران می باشد.

*به منظور جلوگیری از تغییرات موضعی بافت چربی باید محل تزریق را در نواحی مجاز چرخشی انجام دهید و به طور تصادفی موضع را انتخاب نکنید. در فاصله ۱/۵ تا ۲/۵ سانتیمتری از محل قبلی، تزریق جدید انجام شود و ۲/۵ سانت از محل زخم یا خال فاصله داشته باشد.

*اگر ورزش می کنید انسولین را در اندامی که به علت فعالیت ورزش حرکت بیشتری دارد، تزریق نکنید چون باعث جذب سریع انسولین و افت قند خون می شود.

*جذب انسولین در شکم بایبشترین سرعت انجام می شود و به ترتیب در بازو، ران و باسن سرعت جذب کمتر می شود.

*از یک نقطه تزریق بیشتر از یکبار در طی دو تا سه هفته استفاده نکنید.

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز - راهنمای خدمات کشوری مامایی



با آرزوی سلامتی و تندرستی

۵ - مقدار انسولینی که دکتر تجویز نموده و نوع انسولین را بر روی سرنگ چک و تنظیم نمائید و به تاریخ انقضاء و رنگ آن توجه کنید.

۶ - به صورت دورانی محل تزریق را با پد الکلی تمیز نموده و اجازه دهید محل خشک شود.

۷ - محل درست تزریق انسولین در بازو، ران، شکم و باسن را انتخاب کنید.

۸ - انسولین در کودکان و افراد لاغر با زاویه ۴۵ درجه و در بزرگسالان و افراد چاق با زاویه ۹۰ درجه زیر جلو (چربی زیر پوست) تزریق می شود.

۹ - دکمه تزریق را بعد از وارد کردن سرسوزن به داخل محل تزریق بفشارید که صدای کلیک را بشنوید و درجه نمایش دوز انسولین به صفر برسد.

۱۰ - ۶ - ۱۰ ثانیه بعد از تزریق، سوزن را در محل تزریق نگهدارید و از ماساژ دادن محل تزریق خودداری کنید.

۱۱ - سرسوزن را جدا نموده در یک ظرف مناسب دور بیندازید و درب قلم را بگذارید.

*محل درست تزریق انسولین در بازو: محدوده ای به فاصله ۴ انگشت فرد از سرشانه به پائین و ۴ انگشت از آرنج به طرف بالا به سمت بیرون و خارج بازو، سرنگ را برای تزریق بصورت عمود یا ۹۰ درجه در دست بگیرید.

*محل تزریق انسولین در شکم: باید ۴ - ۵ سانتی متر یا ۲ انگشت فرد، از هر طرف با ناف فاصله باشد و قسمت بالا و پائین ناف برای تزریق مناسب نیست.

نکاتی درباره انسولین :

انسولین را در جای نه خیلی گرم و نه خیلی سرد نگهداری کنید . در صورتی که در یخچال نگهداری میشود دمای آن پایین آمده و به مایع سرد تبدیل می شود که تزریق آن درد ناک بوده و دیر تر هم جذب می شود و ممکن است به موقع اثر نکند پس بهتر است قبل از مصرف ، انسولین را در دمای اتاق قرار دهید .

قلم هایی که استفاده نمی شوند در یخچال نگهداری کنید . در درب یخچال نباشد چون با بازو بسته شدن درب دمای آن مرتبا تغییر می کند .

انسولین در بیرون از یخچال بدور از نور خورشید و حرارت تا یک ماه قابل نگهداری می باشد .

برای مسافرت می توانید آن را در داخل کیف یا جعبه ای که یخ در آن قابل نگهداری می باشد ، گذاشته شود و بین یخ و انسولین لایه ای برای فاصله باشد که باعث یخ زدگی انسولین نشود .

زمان تزریق انسولین ، مایع با فشار و سرعت تزریق نشود بلکه آرام و بدون وقفه باشد که از تحریک عضله و ایجاد درد جلوگیری گردد . آرام مایع وارد عضله شده و زود جذب شود و تاثیر خود را بگذارد .

- سر سوزن معمولا یکبار مصرف بوده ولی چون هزینه آن بالا است نهایتا ۴ بار بیشتر قابل استفاده نیست چون کندو درد ناک می شود .

*برای سایز سر سوزن به رنگ آن توجه نکنید بلکه شماره روی آن را ملاحظه نمایید .

*سر سوزن شماره ۲ برای کودکان ، شماره ۵ برای افراد معمولی و تزریق در بازو است افراد چاق از شماره ۶ و شماره ۸ برای تزریق در ناحیه شکم می باشد .

*قطر سر سوزن ها یکی است ولی طول آن ها تغییر می کند . سرسوزن کوتاه باعث می شود انسولین زیر پوست بماند و ورم کوچکی ایجاد شود و دیرتر جذب شود .

استفاده از سوزن بلند در جای نامناسب باعث برخورد سرسوزن با مویرگ شده و خونریزی زیر پوستی و کبودی ایجاد می شود .

*در مسافرت هوایی ، انسولین را در داخل چمدان قرارن دهید و آن را در کیف دستی با خود به داخل هواپیما ببرید .

*مراقبت از پا و جلوگیری از ایجاد پای دیابتی :

*کاهش درد و کاهش احساس فشار در پا به علت آسیب به اعصاب پابدنبال دیابت ایجاد شده و آسیب به عروق محیطی باعث گردش ضعیف خون در اندام های تحتانی می شود که بهبودی زخم ها با تاخیر انجام می شود .

علائم آن قرمزی ، گرمی ، تورم ، بوی بد زخم ، خروج ترشحات چرکی از محل و حساسیت می باشد .

درمان : حذف فشار که مداوم روی برجستگی های استخوانی در بیماران باعث ایجاد تاول می شود . برداشتن بافت های مرده از روی زخم ، پانسمان روزانه و استفاده از آنتی بیوتیک

هشدار : ممکن است درد ناشی از آسیب در پا را احساس نکنید در صورت بروز زخم یا تاول به پزشک مراجعه کنید .

روش تزریق انسولین :

- ۱ - دستان خود را با آب و صابون بشوئید
 - ۲- در صورتی که انسولین در یخچال می باشد از داخل یخچال خارج شود تا با دمای محیط هم دما شود .
 - ۳ - در صورت نیاز به مخلوط شدن قلم انسولین ، آن را بین دو دست قرار داده و ۱۰ - ۱۵ بار به آرامی حرکت دهید و سپس ۱۰ بار به آرامی بالا و پایین کنید و از تکان دادن قلم به سرعت بپرهیزید زیرا باعث ایجاد حباب داخل سرنگ انسولین می شود .
 - ۴ - سرسوزن را نصب کنید و از مایع انسولین داخل قلم هواگیری نمائید.
- (برای این کار سرنگ را به طرف بالا نگه دارید و با دوضربه کوچک به بدنه سرنگ هوا خارج به قسمت بالای سرنگ آمده و اگر با فشار ملایم ۱-۲ واحد مایع از سر سوزن خارج شود ، هواگیری شده و از باز بودن سر سوزن نیز اطمینان می یابید .)