

در حال حاضر، مدل های مختلفی از قلم انسولین در بازار موجود است.



سوزن ها به قلم های انسولین متصل می گردند. انواع نازک تر سوزن در هنگام تزریق، درد کمتری به همراه دارند.



نحوه تزریق صحیح انسولین قلمی:

محل تزریق بر اساس نوع انسولین تعیین می شود. به طور کلی، بهترین محل جایی است که بافت عضلانی آن منطقه کمتر باشد. قبل از تزریق توجه کنید که پوست تمیز باشد. در صورت لزوم، محل تزریق را با آب گرم و صابون بشوید و خشک کنید.

از قرار دادن انسولین در برابر حرارت زیاد مانند پشت شیشه عقب اتومبیل یا کنار پنجره آفتاب گیر خودداری شود.

انسولین در اثر یخ زدن صدمه می بیند، به همین علت نباید انسولین در قسمت جایی یخچال قرار داده شود. در صورت فاسد شدن انسولین، نوع شفاف آن (کریستال) کدر می شود و نوع شیری رنگ (ان پی اچ) نیز یکنواختی خود را از دست می دهد و به صورت دانه دانه به دیواره شیشه می چسبد.

اگر شما به مناطق گرم سفر می کنید به خاطر داشته باشید که انسولین در آب و هوای گرم سریع تر جذب می شود بنابراین کنترل منظم آن از اهمیت بالایی برخوردار است و اگر به مناطق سرد سفر می کنید بدانید که در اثر سرما فعالیت انسولین کاهش پیدا می کند.

طی مسافرت بهتر است انسولین را در کیف دستی خود حمل کنند نه در چمدانی که به قسمت بار می سپارد. 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 قلم های انسولین پس از باز شدن، در یخچال نگهداری شوند، بلکه دمای اتاق، دمای مناسبی برای نگهداری آن هاست.

همیشه قبل از استفاده تاریخ مصرف انسولین را بررسی کنید.

مددجوی عزیز، در صورتی که انسولین تزریق می نمایید:

نکات زیر را رعایت نمایید.



همیشه انسولین را مطابق با دستورالعمل های شرکت تولید کننده مورد استفاده قرار دهید.

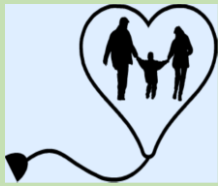
همیشه یک ویال یا یک قلم انسولین اضافی را در یخچال نگهداری کنید تا در زمان های ضروری بتوان از آن استفاده کرد.

هیچ زمانی از انسولین شفافی (انسولین رگولار) که کدر شده باشد یا تکه های کوچک سفید رنگ و یا رسوب در آن مشاهده می شود، استفاده نکنید.

برای جلوگیری از آسیب های محیطی و ضربه بهتر است انسولین در یک جای ایمن نگهداری شود.

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

اگر انسولین در معرض نور خورشید قرار گرفته باشد، گاهی تغییر رنگ قهوه ای نشان می دهد که در این موارد نباید از آن استفاده شود.



K-B:01-38-00



بیمارستان کسری

از انسولین خود چگونه نگهداری نموده و چگونه تزریق کنیم



تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقا سلامت بیمارستان کسری

www.kasrahospital.ir

برای آنکه بفهمید تغییر در حجم بافت چربی در حال رخ دادن است، می توانید محل تزریق را لمس کنید، اگر حس کردید که گره های کوچکی زیر پوستتان وجود دارد، محل تزریق را تغییر دهید.



مراحل تزریق انسولین با قلم

مرحله آماده سازی	۱	دستان خود را با آب ولرم و مایون بشویید و کاملاً خشک نمایید.
	۲	تاریخ انقضا انسولین را کنترل کنید (انسولین باز شده ۳۰-۴۸ روز قابل استفاده است).
	۳	اگر از انسولین گذر استفاده می کنید، ۱۰ مرتبه در دستانتان بقتانید و سپس ۱۰ مرتبه به آرامی در جهت بالا و پایین حرکت دهید.
	۴	درب قلم را باز کنید.
مرحله هوا گیری	۵	در انتخاب سرسوزن دقت کنید (سر سوزن ها در طول ها و قطرهای مختلف وجود دارند)
	۶	کاغذ محافظ سرسوزن را جدا کنید و سرسوزن را روی سر پیچ قلم بچرخانید که روی قلم نصب شود.
	۷	درپوش داخلی و خارجی پلاستیکی سرسوزن را جدا کنید.
	۸	برای اطمینان از تزریق انسولین، با چرخاندن درجه تنظیم قلم، واحد انسولین انتخاب کنید
مرحله تزریق	۹	نوک قلم را به سمت بالا بگیرید و به مخزن انسولین شربه بزنید.
	۱۰	دگمه تزریق را فشار دهید که قطره انسولین خارج شود و درجه نمایش دوز، عدد صفر را نشان دهد.
	۱۱	دوز انسولین مورد نیاز را با چرخاندن درجه تنظیم انتخاب و در محل مورد نظر تزریق کنید.
	۱۲	در مورد زاویه تزریق با پزشک مشورت کنید.
مرحله پایانی	۱۳	دگمه تزریق را بفشارید که صدای کلیک را بشنوید و درجه نمایش دوز، به صفر برگردد.
	۱۴	ده ثانیه بعد از تزریق، سوزن را در محل تزریق نگه دارید.
	۱۵	به طور مستقیم سوزن را از محل خارج کنید.
	۱۶	از ماساژ دادن محل بعد از تزریق پرهیز کنید.
		سپس سوزن را در یک ظرف مناسب دور بیندازید و درب قلم را بگذارید.

مرتبا محل تزریق را تغییر دهید (دست ها، باسن، شکم، ران ها).

بسیار مهم است که تزریق ها تا جای ممکن در یک محل و در یک زمان مشخص انجام شود. مثلاً اگر شما در هنگام صبح در شکم خود تزریق می کنید، سعی نمایید این الگو را در روزهای بعدی نیز تکرار کنید.

در هنگام تزریق چین پوستی را حفظ نمایید. در صورتی که بافت چربی وجود دارد، سوزن عمودی وارد شود و در صورتی که بافت چربی کم است، سوزن مایل وارد شود.

برای جلوگیری از ایجاد تغییر اندازه چربی زیر جلدی، توصیه می شود که تزریق در نقاط مختلف یک محل انجام شود، برای مثال تزریق هر بار، ۲ تا ۴ سانتی متر از محل تزریق قبلی، فاصله داشته باشد.

