

مددجوی محترم جهت مراقبت از خود به نکات زیر توجه فرمایید

دیابت نوعی بیماری است که بعلت ناتوانی بدن در تولید یا مصرف انسولین ایجاد می شود. انسولین ماده ای است که در بدن توسط لوزالمعده تولید می گردد و باعث می شود قند بدن مورد استفاده قرار گیرد. در دیابت نوع ۱ چون انسولین در بدن ساخته نمی شود نیاز به تزریق انسولین دارند و در دیابت نوع ۲ که پاسخ دهی مناسب به انسولین موجود در خون وجود ندارد، در بعضی مواقع مانند بیماریهای حاد استرس یا عدم تاثیر قرص های خوراکی و ممکن است نیاز به تزریق انسولین پیدا شود.

انواع انسولین:

انسولین دو نوع می باشد: انسانی و حیوانی. این دو نوع انسولین نباید با هم مخلوط شوند. در بازار دو نوع انسولین کریستال و ان پی اچ وجود دارد که از نظر رنگ، شروع اثر، حداکثر اثر و مدت زمان با هم فرق می کنند:

انواع انسولین	شروع اثر	حداکثر اثر	مدت زمان اثر	رنگ انسولین
کریستال	۳۰ تا ۶۰ دقیقه پس از تزریق زیر جلدی	۴-۵ ساعت	۶-۸ ساعت	شفاف
NPH	۶۰ تا ۹۰ دقیقه پس از تزریق زیر جلدی	۴-۱۲ ساعت	۱۶-۲۴ ساعت	کدر

شرایط نگهداری انسولین:

۱ - شیشه انسولین در حال مصرف را می توان در دمای اتاق نگهداری کرد اما شیشه های انسولین اضافی باید در یخچال نگهداری شود.

۲ - دمای مناسب برای نگهداری انسولین ۳۰-۲۰ درجه می باشد و از قرار دادن آن در برابر نور مستقیم خورشید خودداری می شود.

۳ - شیشه انسولین را از یخ زدگی محافظت نمایید.

۴ - ۳۰ دقیقه قبل از تزریق، انسولین را از یخچال خارج کنید، چون تزریق انسولین سرد دردناک است. (دمای انسولین باید مشابه دمای اتاق باشد)

۵ - از تکان دادن بیش از حد شیشه انسولین خودداری کنید. (بدلیل از دست رفتن قدرت دارو)

۶ - به تاریخ انقضای انسولین توجه کنید. (شیشه های انسولین خارج از یخچال بعد از ۳۰ روز غیر قابل استفاده می شوند)

۷ - انسولین کریستال تا آخرین مقدار مصرف باید شفاف و یکدست باشد و انسولین NPH نیز بعد از یک تکان ملایم باید یکدست و شیری شود.



۸ - اگر بیش از یکبار تزریق در روز انجام می دهید، از چند عضو جهت تزریق انسولین استفاده کنید. بطور مثال: صبح اطراف ناف و بعدازظهر در پاها و دستها.

۹ - در حال حاضر فقط از راه زیر جلدی می توانید انسولین را استفاده کنید، بهتر است برای جلوگیری از پیدایش تغییرات پوستی و تخریب بافت چربی زیر جلد، تزریق انسولین باید بصورت چرخشی انجام شود. (جذب انسولین در شکم سریعتر از بازوها، در بازوها سریعتر از رانها و در رانها نیز سریعتر از باسن است).



مراحل تزریق:

۱- دستها را بشوئید.

۲- محل تزریق انسولین باید تمیز باشد.

۳- از سرنگ مخصوص انسولین برای تزریق استفاده نمایید.

۴- انسولین NPH را به آرامی بین دو کف دست بغلتانید و شیشه را تکان دهید.



بیمارستان فرمانیه

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

تزریق انسولین



تاریخ تدوین : بهار ۹۰

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۳

Code : FH-Pam:9-56

اگر یک نوع انسولین داخل سرنگ کشیده شده، انسولین داخل سرنگ را میتوان تا یک هفته داخل یخچال نگهداری کرد.

هر سرنگ در صورت کند نشدن و استریل بودن سر سوزن آن تا چندین بار قابل استفاده برای همان بیمار می باشد.

راستا و جهت و زاویه سر سوزن را بعد از ورود و هنگام خروج از پوست تغییر ندهید.

مشکلات ناشی از تزریق نادرست انسولین:

مهمترین مشکل کاهش قند خون (هیپوگلیسمی) است که بعلت مصرف انسولین زیاد، مصرف مواد غذایی خیلی کم و یا ورزش طولانی مدت ممکن است رخ می دهد.

علائم : عرق ریزش، سردرد، سر گیجه، تپش قلب، لرزش، لکنت زبان، دو بینی، عصبانیت و تغییر ناگهانی خلق (لازم است که این علائم را شناخته و به سرعت برای درمان آن اقدام کنید)

درمان: اگر چه افت قند خون شدید ولی هوشیار هستید، می توانید ۱/۲ لیوان شیر یا دو قطعه بیسکویت مصرف کنید. اگر دچار لرزش شدید اندام شده و احساس سرگیجه داشتید، یک لیوان آب میوه یا نوشابه، ۵-۶ عدد شکلات و یا ۱-۲ قاشق چایخوری شکر یا عسل مصرف کنید. در هر حال علامتهای افت قند خون را جدی بگیرید و بسرعت آن را درمان کنید.

۵- درپوش پلاستیکی شیشه های انسولین را باپنبه الکل تمیز نمایید.

۶- به میزان انسولین مورد نیاز هوا وارد شیشه کنید.

۷- شیشه را برگردانید و میزان انسولین لازم را وارد سرنگ کنید. در صورت تزریق دو نوع انسولین ابتدا انسولین کریستال را در سرنگ بکشید، سپس انسولین NPH را وارد سرنگ نمایید.

۸- با ضربه زدن به بدنه سرنگ حبابهای هوا را خارج کنید.

۹- زاویه تزریق را با توجه به قطر عضله انتخاب نمایید (افراد چاق ۹۰ درجه-افراد لاغر ۴۵ درجه)

در یک عضو فاصله هر تزریق با تزریق باید

۱-۵/۱ سانتی متر باشد.

نکات مهم :

انسولین را ۲۰-۳۰ دقیقه قبل از غذا تزریق کنید.

تزریق انسولین اضافی، عدم مصرف وعده های غذا و فعالیت بیش از حد باعث کاهش قند خون می شود.

اگر پیش از تزریق از الکل استفاده می شود باید صبر کنید که الکل کاملا تبخیر شود (در صورت تمیر بودن پوست نیاز به الکل نیست)

سعی کنید همواره انسولین را در یک ساعت مشخص از شبانه روز تزریق نمایید.

مخلوط انسولین NPH و کریستال داخل سرنگ را حداکثر تا ۵ تا ۱۵ دقیقه بعد از مخلوط کردن، تزریق نمایید.