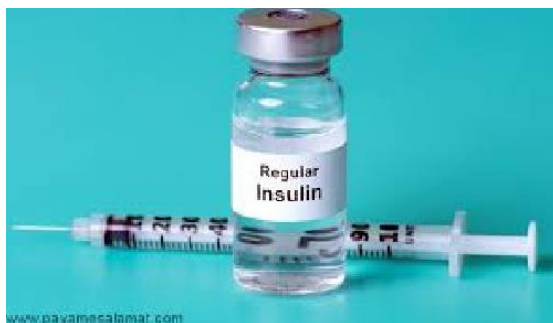


بیمارستان سینا جوقان



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی
استان چهارمحال و بختیاری



پمفلت: نحوه ی تزریق انواع انسولین

تهیه کننده: واحد آموزش به بیمار
جوقان

تاریخ بازنگری اردیبهشت 1405

بخش: آموزش به بیمار

انسولین:

انسولین هورمونی است که به سلول ها کمک می-کند تا از گلوکز (قند) برای تولید انرژی استفاده کنند. در دیابت نوع ۱ بدن انسولین تولید نمی-کند ولی در دیابت نوع ۲ بدن انسولین تولید میکند. منتها نمی-تواند به درستی از آن استفاده کند. این موضوع باعث می-شود که لوزالمعده نتواند انسولین مورد نیاز بدن را تولید کند. معمولاً بیماری دیابت با رژیم غذایی مناسب، ورزش، درمان دارویی (تزریق میزان مورد نیاز انسولین) کنترل می-شود. بیماران مبتلا به بیماری دیابت نوع لازم است برای ادامه ی زندگی انسولین تزریق کنند و بهتر است که خودشان نحوه تزریق انسولین را یاد بگیرند.

روش های تزریق انسولین:

روش های مختلفی برای تزریق انسولین وجود دارد. سرنگ، قلم انسولین، پمپ های انسولین و جت اینجکتور (افشانه ی بدون سوزن زیرپوستی) از راه های دریافت انسولین هستند. پزشک کمک می-کند که بهترین روش را برای خودتان انتخاب کنید. استفاده از سرنگ معمول ترین روش تزریق انسولین است. این روش ارزان تر از روش های دیگر است و شرکت های بیمه معمولاً آن را تحت پوشش قرار می-دهند.

محل های تزریق انسولین:

انسولین به صورت زیرجلدی در چربی زیر پوست تزریق می-شود. در این نوع تزریق، از یک سوزن کوتاه برای تزریق انسولین به لایه ی چربی بین پوست و ماهیچه استفاده می-شود.

انسولین باید در بافت چربی و درست زیر پوست شما تزریق شود. اگر انسولین را عمیق تر به عضله تان تزریق کنید، بدن تان آن را خیلی سریع جذب می-کند. این روش تزریق معمولاً دردناک تر است و ممکن است تأثیر انسولین را زودتر از بین ببرد. همچنین تزریق عمیق انسولین می-تواند منجر به کاهش بیش از حد سطح قند خون شود.

در صورت تزریق هرروزی انسولین، باید محل تزریق را دائم عوض کنید. انجام این کار بسیار مهم است، زیرا استفاده از یک نقطه ی همیشگی

برای تزریق، ممکن است منجر به

«لیپودیستروفی پیش رونده» شود. در این وضعیت، چربی زیر پوست یا از بین می-رود و یا بیش از حد ساخته می-شود. همین مسئله باعث ایجاد توده های برآمده یا فرورفتگی هایی می-شود که در جذب انسولین اختلال ایجاد می-کنند.

برای تزریق می-توانید نقاط مختلفی از شکم تان را انتخاب کنید و هر بار به اندازه ی چند سانتی متر از نقطه ی قبلی برای تزریق فاصله بگیرید. همچنین می-توانید از سایر اندام ها مانند ران، بازو و باسن برای تزریق استفاده کنید.

شکم

در بین اندام‌ها برای تزریق انسولین، شکم در اولویت قرار دارد. انسولین از این بخش از بدن سریع‌تر و مطمئن‌تر جذب می‌شود. شکم نسبت به سایر نواحی بدن بیشتر در دسترس است. برای تزریق، جایی بین پایین دنده‌ها و ناحیه‌ی شرمگاهی را انتخاب کنید و مطمئن شوید از هر طرف ناف حدود ۵ سانتی‌متر فاصله داشته باشد. همچنین از زخم‌ها، خال‌ها، لکه‌های پوستی، رگ‌های خونی آسیب‌دیده و واریس سیاهرگ‌ها نیز فاصله بگیرید. این مناطق می‌توانند در جذب انسولین اختلال ایجاد کنند.

ران

برای تزریق در ناحیه‌ی ران می‌توانید در قسمت بالایی و خارجی ران، در منطقه‌ای حدود ۱۰ سانتی‌متر زیر لگن و ۱۰ سانتی‌متر بالای زانو تزریق را انجام دهید.

بازو

برای تزریق در بازو، از قسمت دارای چربی پشت بازو که بین شانه و آرنج قرار دارد استفاده کنید.



نحوه تزریق انسولین :

قبل از تزریق، کیفیت انسولین را بررسی کنید. اگر انسولین در یخچال بود، صبر کنید تا به دمای اتاق برسد. اگر انسولین کدر شده باشد، شیشه آن را چند ثانیه بین کف دستانتان بغلتانید تا محتویاتش مخلوط شود. مواظب باشید آن را تکان ندهید. انسولین با اثر کوتاه‌مدت نباید کدر باشد. همچنین از انسولین غلیظ، بافت‌دار و تغییررنگ‌داده استفاده نکنید.

1. وسایل موردنیاز را آماده کنید

2. سرنگ را به‌صورت قائم (طوری که سوزنش رو به بالا باشد) نگه دارید و پیستون آن را به پایین بکشید تا پیستون به اندازه‌ی مقدار مورد نظر برای تزریق برسد.

3. درپوش‌ها را از ویال و سوزن انسولین جدا کنید. اگر قبلاً از این ویال استفاده کرده‌اید، درپوش بالای آن را با یک پد یا پنبه‌ی آغشته به الکل پاک کنید.

4. سوزن را در داخل ویال فرو کنید و پیستون آن را به طرف پایین فشار دهید تا هوای سرنگ وارد بطری شود. سپس هوا با مقدار انسولینی که از ویال می‌کشید، جایگزین می‌شود.

5. سوزن را داخل ویال نگه دارید و ویال را به‌طرف بالا بچرخانید. پیستون سرنگ را به پایین بکشید تا قسمت بالای پیستون به دُرّ صحیح روی سرنگ برسد.

6. اگر در سرنگ حباب وجود دارد، به‌آرامی روی آن ضربه بزنید تا حباب‌ها به‌سمت بالا بروند. پیستون سرنگ را فشار دهید تا حباب‌ها را به‌داخل ویال برگردانید. پیستون را دوباره بکشید تا به دُرّ صحیح برسید.

7. ویال انسولین را پایین بگذارید. دست‌تان را از روی پیستون سرنگ بردارید و سرنگ را طوری با انگشتانتان بگیرید که انگار دارت در دست دارید.

8. محل تزریق را با پد الکلی تمیز کنید و بگذارید تا چند ثانیه قبل از تزریق، خشک شود. 9. برای آنکه از تزریق در عضله جلوگیری کنید، چند سانتی‌متر از پوست ناحیه‌ی تزریق را بین انگشتانتان بگیرید و بالا بیاورید. سپس سوزن را با زاویه‌ی ۹۰ درجه وارد کنید و پیستون آن را به‌داخل فشار دهید و ۱۰ ثانیه صبر کنید. برای سوزن‌های کوتاه نیازی به بالا آوردن پوست ناحیه‌ی تزریق نیست.

10. بلافاصله پس از فرو کردن سوزن و فشار دادن پیستون، پوست کشیده‌شده را رها کنید. پس از تزریق، محل آن را نمالید. اگر در محل تزریق، خونریزی دیدید، آن را با فشار آرام گاز پانسمان، کنترل یا بانداز کنید.

11. سوزن و سرنگ را پس از استفاده، در ظرف مقاوم در برابر سوراخ شدن بگذارید.

منابع :

1. انجمن دیابت ایران
2. کتاب برونر و سودارث 2018
3. کتاب اصول مراقبت های ویژه