



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اردبیل

شبکه بهداشت و درمان مشگین شهر

بیمارستان ولیعصر(عج) مشگین شهر

بخش داخلی

عنوان: خود آموز تزریق انسولین



تهیه و تدوین: وحیده بامراد

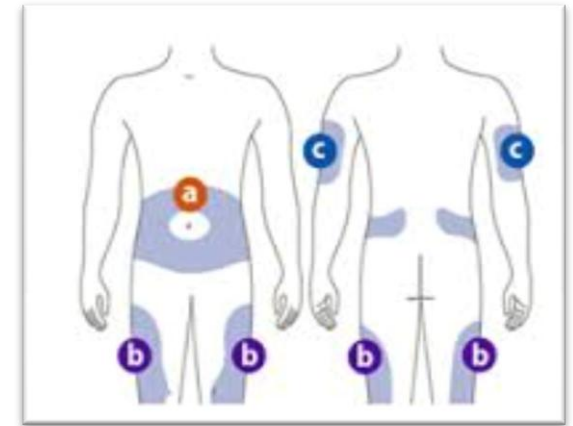
1396

مراحل تزریق:

- قبل از تزریق باید دستها را کاملاً بشویید.
- درپوش پلاستیکی شیشه‌های انسولین را با پنبه الکل تمیز کنید.
- به همان میزانی که انسولین نیاز دارید، هوا وارد شیشه کنید؛ سپس شیشه را برگردانید و میزان انسولین لازم را وارد سرنگ کنید.
- حبابهای هوا را از داخل سرنگ خارج کنید.
- زاویه تزریق در افراد چاق و لاغر متفاوت است؛ در افراد چاق در ناحیه پیشین رانها و بازوها، ابتدا باید پوست بالا آورده شود و سرسوزن با زاویه 90 درجه وارد گردد. اما در افراد لاغر این زاویه در بازوها 45 درجه است.
- تغییر زاویه تزریق باید با توجه به قطر عضله محل تزریق باشد.
- محل تزریق را بمدت چند ثانیه فشار دهید، ولی مالش داده نشود.

نواحی مجاز جهت تزریق انسولین کدامند؟

قسمتهای مختلفی چون ناحیه شکم، قسمت بالایی و بیرونی بازوها، قسمت بیرونی عضله ران و قسمتهای بیرونی باسن جهت تزریق انسولین مناسب هستند.



باید بدانید که:

- انسولین را در نزدیکی استخوانها و مفاصل تزریق نکنید.
- جذب انسولین در شکم سریعتر از بازوها، در بازوها سریعتر از ران و در ران سریعتر از باسن است.



دیابت یا بیماری قند به علت ناتوانی بدن در تولید یا مصرف انسولین پدید می‌آید.

انسولین چیست؟



انسولین ماده‌ای است که در بدن توسط لوزالمعده تولید می‌شود و باعث می‌گردد قند یا به عبارتی مهم ترین منبع انرژی بدن مورد استفاده قرار گیرد.

• در بدن افراد دیابتی نوع یک بدلیل تخریب سلول های لوزالمعده، انسولین کافی تولید نمی‌شود و در نتیجه، این افراد به تزریق انسولین نیاز دارند.

• در افراد دیابتی نوع دو، سلولهای بدن پاسخ دهی مناسب به انسولین موجود در خون ندارند و بتدریج تولید انسولین توسط سلول های لوزالمعده نیز کاهش خواهد یافت؛ بنابراین بعضی از افراد دیابتی نوع دو به مصرف قرص های خوراکی پایین آورنده قند خون یا تزریق انسولین نیاز پیدا می‌کنند.

انواع انسولین:

رایج ترین انواع انسولین موجود در ایران انسولین NPH و کریستال هستند. این دو نوع انسولین از نظر زمان شروع، حداکثر و خاتمه اثر متفاوت هستند؛

انواع	رنگ	شروع اثر	اوج اثر	مدت اثر
کوتاه اثر	کریستال (بیرنگ)	30-60 دقیقه پس از تزریق زیرجلدی	4-5 ساعت پس از تزریق	6-8 ساعت
متوسط الاثر	NPH (شیری)	60-90 دقیقه پس از تزریق زیرجلدی	4-12 ساعت پس از تزریق	16-24 ساعت

ویال های انسولین چگونه استفاده می شوند؟



- ویال انسولین رگولار (کریستال) سالم، کاملاً شفاف و یک‌دست به نظر می‌رسد.
- ویال انسولین NPH سالم، پس از یک تکان ملایم و غلتاندن در کف دست، یک‌دست به نظر می‌رسد.

نکات مهم:

- در صورتی که دو نوع انسولین تزریق می‌کنید، ابتدا باید انسولین رگولار را بکشید و بعد از آن انسولین NPH.
- از تکان دادن شدید ویال انسولین بپرهیزید، چرا که اثر دارو را کاهش می‌دهد.
- انسولین را 20-30 دقیقه قبل از صرف غذا تزریق نمایید.
- فواصل تزریق در یک عضو را رعایت کنید؛ فاصله هر تزریق با تزریق بعدی باید 1-1.5 سانت باشد.
- در صورتی که یک نوع انسولین داخل سرنگ کشیده اید، می‌توانید انسولین داخل سرنگ را تا یک هفته داخل سرنگ نگه‌دارید.
- برای تزریق انسولین، فقط باید از سرنگ های مخصوص تزریق انسولین استفاده کرد.
- در سرنگ انسولین، هر خط نشان‌دهنده دو واحد می‌باشد.
- برای جلوگیری از پیدایش تغییرات پوست و بافت چربی زیر آن، تزریق انسولین باید بصورت چرخشی انجام شود.
- در صورتی که بیش از یک تزریق در روز انجام می‌دهید، بهتر است چند عضو جهت تزریق انسولین استفاده شود.
- ورزش سرعت جذب انسولین از نواحی تزریق را افزایش می‌دهد؛ در صورت تزریق در اندامهایی که در ورزش فعالیت دارند، احتمال بروز افت قند خون بیشتر می‌شود.