



دیابت و انسولین

تهیه کننده: **معمومه میربیدختی**
 ویراست علمی: **سوپروایزر آموزش سلامت**
 تاریخ بازنگری: **۹۷/۱۰/۳**



- حبابهای هوای سرنگ را قبل تزریق خارج کنید
- شل کردن عضلات ناحیه تزریق.
- سوزن را به سرعت وارد پوست کنید و هنگام خارج کردن داخل پوست تکان ندهید.
- سوزن تیز و غیر کند استفاده کنید.



مددجوی گرامی شما می توانید با مراجعه به آدرس اینترنتی www.gmu.ac.ir و انتخاب مرکز آموزشی، پژوهشی درمانی علامه بهلول گنابادی از منوی شبکه ها و مراکز درمانی و مراجعه به واحد آموزش سلامت به سایر مطالب آموزشی دسترسی پیدا کنید.

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:

تلفن: ۰۵۱۵۷۲۳۶۸۳۵

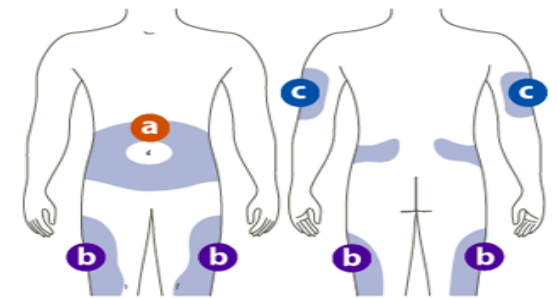
بخش داخلی یک : 1188



محل های تزریق انسولین:

بازو- شکم- ران - باسن

نکته: سرعت جذب درشکم از تمام نقاط بدن بالاتر است و سرعت جذب در ناحیه بازو بیشتر از ران و باسن است. محل تزریق را ماساژ ندهید .



Recommended injection sites

محل تزریق انسولین را هر بار عوض کنید و با محل قبلی حدود ۲ سانتی متر فاصله دهید

نکاتی که باعث می شود تزریق راحت وبدون درد داشته

باشید:

- پس از خارج کردن انسولین از یخچال اجازه دهید نیم ساعت در دمای اتاق بماند و سپس آن را تزریق کنید.



اگر الکل استفاده کردید اجازه دهید خوب خشک شود .

سوزن را با زاویه ۹۰ درجه وعمود بر پوست وارد کنید در صورتی که لاغر هستید بهتر است با زاویه ۴۵ درجه ومایل سوزن را وارد کنید.

نحوه تزریق انسولین قلمی

قلمهایی که هرروز استفاده میشوند نیاز به یخچال ندارند.

برای تزریق سوزن را به عایق لاستیکی وصل کرده و با چرخاندن پیچ گردان درجهت عقربه های ساعت یک مقدار ۲ واحدی را انتخاب می کنیم، سرپوش سوزن را برداشته با زاویه ۹۰ درجه وارد پوست می شویم و دکمه تزریق را تا انتها فشار می دهیم تا به ۱ برسد.



نوومیکس (انسولین مخلوط)



نوورپید (آسپارت)



لانتوس (گلارژین)



روش تزریق انسولین

تاریخ انقضای انسولین را قبل از هراقدامی چک کنید

در صورت وجود ظاهری دانه دار در یال های انسولین بخصوص شیری از تزریق آن خود داری کنید.

دستهای خود را با اب وصابون شسته و خشک کنید.

در صورت استفاده انسولین شیری وابکی باهم اول انسولین آبکی وسپس شیری را بکشید.

ویال انسولین شیری را قبل از کشیدن به آرامی در دست خون تکان دهید. سرنگ را برداشته وتا جایی که می خواهید انسولین بکشید هوا را به درون سرنگ بکشید وسپس در ظرف انسولین خالی کنید.

ظرف حاوی انسولین را وارونه نگه دارید وبه مقدار لازم انسولین داخل آن بکشید اگر حباب هوا وجود داشته باشد چند ضربه ملایم به سرنگ بزنید وهوا را خارج کنید ومجدد انسولین را به داخل سرنگ بکشید.

پوست ناحیه تزریق تمیز باشد .



انواع انسولین

۱. **انسولین رگولار**: ظاهری شفاف یا آبکی دارد وشما آن را به عنوان انسولین ابکی خواهید شناخت.

۲. **انسولین NPH**: شما این نوع انسولین را با ظاهری شیری رنگ خواهید شناخت.

۳. **انسولین ۷۰/۳۰**: شامل ۷۰ درصد انسولین NPH و ۳۰ درصد انسولین رگولار است. رنگ ظاهری این نوع انسولین کمتر است.

۴. **انسولین نوومیکس**: مخلوطی از انسولین کوتاه اثر وطولانی اثر است که نوع کوتاه اثر ان فورا اثرش شروع می شود.

۵. **انسولین نورپید**: از نوع کوتاه اثر که به شکل قلم در بازار موجود است

۶. **انسولین لانتوس یا گلارژین**: به شکل قلم در بازار وجود دارد وتنها حاوی انسولین طولانی اثر است و اثر آن ۲۴ ساعت باقی می ماند.



رگولار (شفاف)



ان.بی.اچ (کدر)



انسولین مخلوط (۷۰/۳۰)