

## توضیح:

وقتی فردی دیابت دارد، یا انسولین تولید نمی کند (دیابت نوع یک) و یا تولید انسولین در بدنش کافی نیست (دیابت نوع دو). بنابراین قند نمی تواند وارد سلول ها شود و در خون جمع می شود (هیپرگلیسمی یا قندخون بالا). در این مواقع بدن نیازمند دریافت انسولین تزریقی است.

## انواع مختلف انسولین:

- ✓ انسولین سریع الاثر (رگولار یا شفاف) که روی قند وعده های غذایی اثر می گذارد
- ✓ انسولین طولانی اثر (ان پی اچ یا شیری) که مقدار انسولین پایه برای بدن در طی ۱۲ تا ۲۴ ساعت را فراهم می کند.
- ✓ انسولین های با اثر خیلی طولانی (گلارژین و لانتوس) یا خیلی کوتاه (نووارپید)

## شرایط نگهداری شیشه های انسولین:

- نگهداری در محل خشک و پاکیزه
- قرار دادن به دور از حرارت
- نگهداری باقی مانده انسولین در یخچال

شیشه هایی که در خارج از یخچال نگهداری می شوند، بعد از ۳۰ روز قدرت اثرشان کم می شود. هنگام مسافرت، آن شیشه ای را که مصرف می کنید می توانید با خود ببرید به تاریخ انقضای مصرف انسولین توجه کنید.

## بررسی وضعیت ظاهری شیشه انسولین:

– انسولین رگولار بی رنگ است و محتوی شیشه باید شفاف و یکدست باشد و در صورت کدر بودن یعنی قدرت اثر خود را از دست داده است.

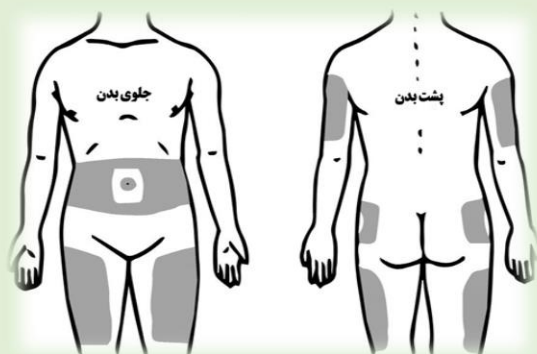
– در صورت یخ زدگی، رسوب در ته شیشه و یا وجود ذرات معلق، غیر قابل استفاده می باشد.

– انسولین ان پی اچ یا شیری رنگ را باید قبل از مصرف با برگرداندن آرام ویال و غلطاندن آن در بین دو کف دست کاملاً مخلوط کنید.

## محل های تزریق:

محل تزریق بر اساس نوع انسولین تعیین می شود (با در نظر گرفتن توصیه های کادر درمان). به طور کلی بهترین محل جایی است که بافت عضلانی آن منطقه کمتر باشد. جذب انسولین در شکم سریع تر از بازو و در بازوها سریع تر از ران است. قبل از تزریق توجه کنید که پوست تمیز باشد.

## محل های تزریق انسولین در بدن با رسم شکل:



برای جلوگیری از از بین رفتن چربی ها محل های تزریق را مدام تغییر دهید و از همه نقاط استفاده کنید. در هر منطقه تزریق فاصله تزریق ها را ۲ تا ۴ سانتی متر در نظر بگیرید. اگر حس کردید گره های کوچکی زیر پوستتان وجود دارد، محل تزریق را تغییر دهید.

اگر اضافه وزن دارید یا چاق هستید، تجمع زیاد چربی ها در شکم مانع جذب کامل انسولین می شود. توصیه می شود از مناطق دیگر تزریق استفاده کنید.

هنگام تزریق از زخم ها، خال ها، لکه های پوستی، رگ های خونی آسیب دیده و واریسی فاصله بگیرید. این مناطق می توانند در جذب انسولین اختلال ایجاد کنند.

تزریق مجدد در یک منطقه را قبل از ۳۰ روز انجام ندهید.



دانشگاه علوم پزشکی کردستان  
بیمارستان سینا کامیاران

## پمفلت آموزشی نحوه تزریق انسولین

## واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: برونر و سوارث



آموزش بیشتر در



۶

## نحوه ی تزریق :

ابتدا با پنبه الکل سر شیشه های انسولین را  
ضد عفونی کنید

پس از خارج کردن سرنگ از پوشش، آن را در داخل  
شیشه انسولین وارد کنید و شیشه را به آرامی  
برگردانید و مقدار مورد نظر انسولین را داخل سرنگ  
بکشید.

در صورت استفاده از هر دو نوع انسولین رگولار و ان  
پی اچ، ابتدا انسولین رگولار (شفاف) و سپس انسولین  
ان پی اچ (شیری) را داخل سرنگ بکشید .

برای اطمینان از تزریق صحیح، پوست را با یک  
نیشگون بگیرید و سوزن را ترجیحا به صورت عمودی  
وارد کنید . پوست را رها کنید و انسولین را تزریق  
کنید . انسولین کشیده شده در سرنگ را نهایتا ظرف  
مدت ۵ تا ۱۵ دقیقه تزریق کنید .

حداکثر تا ۳۰ دقیقه بعد از تزریق، وعده غذایی خود را  
میل کنید .



۵

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 .

اگر از انسولین رگولار استفاده می کنید ، برای  
رسیدن به بهترین زمان برای تاثیر، نیم ساعت قبل از  
غذا خوردن، انسولین تزریق گردد .

برای جذب بهتر انسولین تزریق نباید خیلی سطحی  
(درون پوست) و یا خیلی عمیق (درون ماهیچه) انجام  
شود . زیرا سبب ورود بسیار آهسته یا بسیار سریع  
انسولین به خون می شود .

**زاویه تزریق در افراد چاق ۹۰ درجه و در افراد  
لاغر و کودکان ۴۵ درجه است .**

دمای انسولین تزریقی باید مشابه دمای اتاق باشد ،  
بنابراین قبل از تزریق، شیشه انسولین را نیم ساعت  
زودتر بیرون از یخچال قرار دهید .

در هر سرنگ مخصوص انسولین (نارنجی رنگ) مقدار  
۱۰۰ واحد انسولین جا می گیرد . ارقام ثبت شده روی  
سرنگ انسولین بر حسب واحد می باشد .

محل تزریق را بعد از تزریق، ماساژ ندهید ولی یک  
فشار کوچک برای جلوگیری از جذب سریع انسولین  
مناسب است .

۴