

انسولین

انسولین هورمونی است که به سلول ها کمک میکند تا از گلوکز(قند) برای تولید انرژی استفاده کنند. در دیابت نوع 1 بدن انسولین تولید نمیکند ولی در دیابت نوع 2 بدن انسولین تولید میکند منتها نمیتواند به درستی از آن استفاده کند . این موضوع باعث میشود که لوزالمعده نتواند انسولین مورد نیاز بدن را تولید کند. معمولا بیماری دیابت با رژیم غذایی مناسب ، ورزش،درمان دارویی (تزریق میزان مورد نیاز انسولین) کنترل می شود . بیماران مبتلا به بیماری دیابت 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 میکند 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 معمولا آن را تحت پوشش قرار میدهند.

محل های تزریق انسولین

انسولین به صورت زیر جلدی در چربی زیر پوست تزریق میشود . در این نوع تزریق، از یک سوزن کوتاه برای تزریق انسولین به لایه ی چربی بین پوست و ماهیچه استفاده میشود.

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

در صورت تزریق هر روزه انسولین، باید محل تزریق را دائم عوض کنید. انجام این کار بسیار مهم است زیرا استفاده از یک نقطه همیشگی برای تزریق ممکن است منجر به "لیپودیستروپی پیش رونده" شود. در این وضعیت چربی زیر پوست یا از بین می رود 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 شود.

برای تزریق می توانید نقاط مختلفی از شکمتان را انتخاب کنید و هربار به اندازه چند سانتی متر از نقطه قبلی برای تزریق فاصله بگیرید. همچنین می توانید از سایر اندام ها مانند ران، بازو و باسن برای تزریق استفاده کنید.

شکم:

در بین اندام ها برای تزریق انسولین شکم در اولویت قرار دارد. انسولین از این بخش از بدن سریعتر و مطمئن تر جذب می شود. شکم نسبت به سایر نواحی بدن بیشتر در دسترس است. برای تزریق جایی بین پایین دنده ها و ناحیه شرمگاهی را انتخاب کنید و مطمئن شوید از هر طرف ناف حدود 5 سانتی متر فاصله داشته باشد. همچنین از زخم ها، خال ها، لکه های پوستی، رگ های خونی آسیب دیده و واریس سیاهرگ ها نیز فاصله بگیریم. این مناطق می توانند در جذب انسولین اختلال ایجاد کنند.

ران:

برای تزریق در ناحیه ران می توانید در قسمت بالایی و خارجی ران، در منطقه ای حدود 10 سانتی متر زیر لگن و 10 سانتی متر 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 با شدت تکان ندهید. انسولین با اثر کوتاه مدت نباید کدر باشد. همچنین از انسولین غلیظ و تغییر رنگ داده استفاده نکنید.

1. وسایل مورد نیاز را آماده کنید.
2. سرنگ را به صورت قائم طوری که سوزنش رو به بالا باشد نگه دارید و پیستون آن را به پایین بکشید تا پیستون به اندازه مقدار مورد نظر برای تزریق برسد.
3. درپوش ها را از سوزن انسولین جدا کنید. اگر قبلا از این ویال استفاده کرده اید درپوش بالای آن را با یک پد یا پنبه آغشته به الکل پاک کنید.
4. سوزن را داخل ویال فرو کنید و پیستون آن را به طرف پایین فشار دهید تا هوای ویال وارد



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی کرمانشاه
مرکز آموزشی، درمانی معتضدی

نحوه تزریق انواع انسولین

تهیه کننده: الهام عزیزی (سوپروایزر
آموزش سلامت)

تایید کننده: دکتر محدطاهر بهرامی (پزشک
داروساز)

تلفن 7246351-7246693

داخلی واحد آموزش به بیمار 185

خط مستقیم آموزش به بیمار: 7264790

www.motazedi.kums.ac.ir

فروردین 1404



منابع

1. انجمن دیابت ایران

2. کتاب برونر و سودارث 2022

3. کتاب اصول مراقبت های ویژه

- سرنگ شود. سپس هوا با مقدار انسولینی که از ویال می کشید، جایگزین می شود.
5. سوزن را داخل ویال نگه دارید و ویال را به طرف بالا بچرخانید. پیستون سرنگ را پایین بکشید تا قسمت بالای پیستون به دوز صحیح روی درجه بندی سرنگ برسد.
6. اگر در سرنگ حباب وجود دارد به آرامی روی آن ضربه بزنید تا حباب ها به سمت بالا بروند. پیستون سرنگ را فشار دهید تا حباب ها را به داخل ویال برگرداند. پیستون را دوباره بکشید تا به دوز 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 آن که از تزریق در عضله جلوگیری کنید، چند سانتی متر از پوست ناحیه تزریق را بین انگشتانتان بگیرید و بالا بیاورید. سپس سوزن را با زاویه 90 درجه وارد کنید و پیستون آن را به داخل فشار دهید و 10 ثانیه صبر کنید.
10. بلافاصله پس از فرو کردن سوزن و فشار دادن پیستون، پوست کشیده شده را رها کنید. پس از تزریق محل آن را نمالید. اگر در محل تزریق خونریزی دیدید آن را با فشار آرام گاز پانسمان کنترل کنید.
11. سوزن و سرنگ را پس از استفاده، در ظرف مقاوم در برابر سوراخ شدن بگذارید.