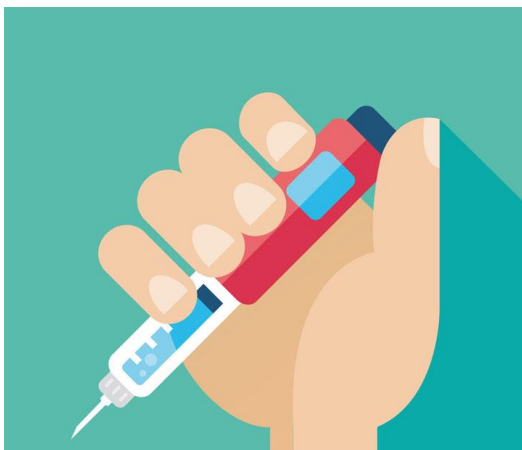




دانشگاه علوم پزشکی گیلان

بیمارستان شهدای رضوانشهر

## طریقه تزریق انسولین قلمی



گروه هدف : بیماران انسولینی

تهیه کننده:

واحد آموزش به بیمار

1403

- از تزریق انسولین روی ریشه مو ، زخم ها و خال و سایر ضایعات پوستی جدا خودداری کنید.



\*زندگی با سلامتی لذت بخش است\*

منبع: مجله تخصصی دیابت ایران

آدرس : گیلان - رضوانشهر- میدان شهدا-  
بیمارستان شهدا      تلفن: 01344629143

داخلی 179

5



**قدم هفتم:** برداشتن سوزن است ، برای این کار سوزن را بطور مستقیم از پوست خارج کنید ، محل تزریق را ماساژ ندهید ، درپوش خارجی سوزن را مجددا روی آن قرار داده و پیچ آن را سفت کنید ، سوزن مصرف شده را از روی قلم باز کنید و داخل سطل زباله با بدنه سخت بیندازید و سپس درپوش قلم را قرار دهید.

### نکات مهم در مورد انسولین :

- انسولین جدید و باز نشده را در یخچال نگهداری کنید (در دمای دو تا هشت درجه سانتی گراد)
- قلمی که در حال مصرف است می تواند در دمای زیر بیست و پنج درجه اتاق و دور از نور مستقیم آفتاب و حرارت نگهداری شود.
- قلم باز شده را بیش از سی روز استفاده نکنید.
- انسولین نباید فریز شود و یا در دمای بالای سی درجه نگهداری شود .
- پس از گذشتن تاریخ انقضا انسولین را استفاده نکنید.
- قلم را نیم ساعت قبل از مصرف از یخچال خارج کنید.

4

### طریقه تزریق انسولین قلمی :

**قدم اول:** ضروریست که قبل از شروع تزریق انسولین مطمئن شوید که انسولین را درست انتخاب کرده اید.

**قدم دوم:** آماده کردن سوزن است ، برای این کار ابتدا درپوش کاغذی سوزن را جدا کنید ، سوزن را بطور مستقیم و محکم به سر قلم بپیچانید سپس درپوش بیرونی سوزن را بردارید و درپوش داخلی سوزن را جدا کنید .



**قدم سوم:** تست ایمنی قلم انسولین است ، این عمل حباب های هوا را خارج کرده و شما را مطمئن می سازد که سوزن و قلم به درستی کار می کنند ، برای اینکار به روش زیر عمل کنید:

- پیچ تنظیم کننده را که در انتهای قلم قرار دارد تا یک یا دو واحد بچرخانید.
- قلم را بالا نگه دارید و دکمه تخلیه را کاملا فشار دهید تا خروج قطره انسولین را مشاهده کنید .
- اگر لازم بود این عمل را تکرار کنید تا قطره انسولین را در نوک سوزن ببینید.
- چنانچه پس از سه بار تکرار، انسولین خارج نشد سر سوزن را تعویض کنید.

**قدم چهارم:** انتخاب مقدار مناسب برابر تجویز پزشک است ، شما باید دکمه مقدار انسولین را تا مقدار مورد نظر بچرخانید تا دوز مطلوب را تنظیم کنید ، مثلا اگر پنج واحد نیاز به تزریق دارید عقربه را روی پنج قرار دهید .



**قدم پنجم:** انتخاب محل تزریق است ، محل های درست تزریق انسولین شامل:

- شکم ( طرفین ناف)
- بازوها ( سطح پشتی بازوها)
- ران ها ( سطح قدامی ران )
- باسن

شکم سریعترین جذب انسولین را دارد ، بازو و ران دارای جذب متوسط است و باسن پایین ترین سرعت جذب را دارد، دقت کنید از تزریق حدود هفت تا ده سانتی متری اطراف ناف پرهیزید.

نباید از یک محل بیش از یکبار طی دو تا سه هفته استفاده کنید ، بنابراین محل تزریق را هر بار حدود یک سانتی متر از جای قبلی تغییر دهید .



باید توجه داشته باشید که تزریق انسولین در اندامی که ورزش و تمرین داده می شود موجب سرعت جذب انسولین می شود و خطر افت قند را به دنبال دارد.

### قدم ششم:

#### برای شروع تزریق انسولین باید:

- انگشتان را دور قلم مشت کنید تا محکم نگه داشته شود ، شست را روی دکمه بالای تزریق قرار دهید .
- با دست دیگر محل تزریق را کمی چین بدهید .
- سوزن را بطور عمود ( زاویه نود درجه) وارد کنید و سپس چین را رها کنید .
- دکمه تخلیه را فشار دهید تا متوقف شود . ( پنجره مقدار دارو به صفر برخواهد گشت)
- پنج تا ده ثانیه سوزن را داخل بدن نگه دارید تا انسولین پس از تزریق به بیرون نشت نکند .

