



بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز

مرکز فوریتهای جراحی شهید رجایی

نحوه تزریق با قلم انسولین

تهیه کننده: فاطمه عباسپور

کارشناس آموزش به بیمار

تاریخ تهیه: پاییز 1394

تاریخ بازبینی: پاییز 1396

تأیید کننده علمی: جناب آقای دکتر محمد کریمی

متخصص داخلی

زیر نظر واحد بهبود کیفیت

جهت بیماران



1- قدم اول قبل از تزریق انسولین دست های خود را بشویید و قبل از شروع مطمئن شوید که نوع انسولین را درست انتخاب کرده اید.

2- دومین قدم آماده کردن سوزن است. برای این کار ابتدا در پوش کاغذ سوزن را جدا کنید. سوزن را به طور مستقیم و محکم به سر قلم بپیچانید سپس در پوش بیرون سوزن را بردارید و در پوش داخلی سوزن را جدا کنید

3- 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، بنابراین:

- ✓ پیچ تنظیم کننده مقدار انسولین را که در انتهای قلم قرار دارد تا یک یا 2 واحد بچرخانید.
- ✓ قلم را بالا نگهدارید 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 3 بار تکرار انسولین خارج نشد، سوزن را با یک سوزن جدید تعویض و دوباره امتحان کنید.

4- چهارمین قدم انتخاب مقدار مناسب انسولین برابر با تجویز پزشک است. شما باید دکمه مقدار انسولین را تا مقدار مورد نظر بچرخانید تا مقدار مطلوب را تنظیم کنید. پنجره (عقر به) مقدار انسولین را دو بار کنترل کنید تا از مقدار مورد نظر دارو اطمینان حاصل کنید. چنانچه تنظیم مقدار مورد نیاز مقدور نمی باشد باید از

وجود مقدار کافی انسولین در مخزن اطمینان حاصل کنید.

5- قدم پنجم انتخاب محل تزریق است. شکم بهترین محل برای تزریق بیشتر انواع انسولین می باشد. چهار موضع اصلی تزریق انسولین به ترتیب سرعت جذب شامل:

شکم (طرفین ناف)

بازو ها (سطح پشتی بازوها)

ران ها (سطح قدامی ران ها)

و باسن می باشد.



شکم سریع ترین جذب انسولین را دارد. بازو و ران دارای جذب متوسط است و باسن آهسته ترین محل جذب انسولین است. بنابراین در زمان هایی که نیازمند جذب آهسته هستید محل مناسبی است. بهتر است در هر وعده انسولین در قسمت خاصی از بدن تزریق شود. مثلا اگر بیمار صبح روی بازوی راست تزریق میکنندو شب روی بازوی چپ تا مدتی همین روند را ادامه دهد. چون میزان جذب از هر طرف بدن فرق میکند واگر این موضوع رعایت نشود امکان دارد نوسانات قند خون را در پی داشته باشد. انسولین به مرور باعث از بین بردن بافت چربی و سفت شدن محل تزریق میشود پس نباید از یک موضع تزریق بیش از یک



بار طی 2 تا 3 هفته استفاده کند ، بنابراین محل تزریق را هر با حدود یک سانتی متر از جای قبلی تغییر دهید. تزریق انسولین در اندامی که ورزش و تمرین داده می شود موجب تسریع جذب انسولین شده و خطر ایجاد افت قند خون را به دنبال دارد. تزریق خیلی عمیق یا خیلی سطحی نیز بر جذب انسولین تاثیر می گذارد.

6- قدم ششم شروع تزریق انسولین است که باید :

ابتدا محل تزریق تمیز باشد انگشتان را دور قلم مچ کنید تا محکم نگه داشته شود ، شست را روی دکمه بالای تزریق بگیرید.

با دست دیگر محل تزریق را کمی چین بدهید.

- سوزن را به سرعت و عمود (زاویه 90 درجه) در افراد چاق و 45 درجه در افراد لاغر 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.

7- قدم هفتم برداشتن سوزن است . برای این کار سوزن را به طور مستقیم از پوست خارج کنید. می توانید به آرامی

پنبه یا دستمال نخی را در محل تزریق بگذارید اما محل را ماساژ ندهید. در پوش خارجی سوزن را مجدداً بر 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 در پوش قلم را مجدداً بگذارید.

کاربرد صحیح قلم انسولین

✓ انسولین جدید و باز نشده در یخچال نگهداری شود در دمای (2 تا 8 درجه سانتی گراد)

✓ قلمی که در حال مصرف است در دمای زیر 25 درجه اتاق و دور از نور مستقیم آفتاب و حرارت نگهداری شود.

✓ قلم باز شده را بیش از 30 روز استفاده نکنید.

✓ انسولین نباید فریز شود و یا در دمای بالای 30 درجه نگهداری شود چرا که روی عملکرد و توانایی انسولین اثر می گذارد.

✓ انسولین بعد از گذشتن تاریخ انقضا نباید استفاده شود.

موارد احتیاط

✓ قلم را نیم تا یک ساعت قبل از مصرف از یخچال بیرون بیاورید.

✓ تزریق باید با دستان پاکیزه و در محل مناسب و تمیز صورت گیرد.

✓ استفاده از الکل در موضع تزریق توصیه نمی شود چون ممکن است الکل توسط سر سوزن به داخل بافت ها حمل شود و موجب واکنش پوستی شود . در صورت

مصرف الکل حتماً اجازه دهید که محل کاملاً خشک شود.

✓ ماساژ محل تزریق انسولین توصیه نمی شود زیرا سبب افزایش جذب انسولین می شود و زمان اثر انسولین غیر قابل پیش بینی می شود.

✓ سعی کنید که از روی لباس تزریق نکنید. چرا که طول سوزن کوتاه می شود و احتمال تزریق نامناسب بیشتر می شود و از طرف دیگر منطقه تزریق هم مورد بررسی قرار نمی گیرد.

✓ از تزریق در ریشه مو ، زخم ها ، خال یا سایر ضایعات پوستی جدا خودداری کنید.

✓ در صورت نیاز به حمل و نقل انسولین در دمای بالاتر از دمای اتاق در فصل گرما و سفر و همچنین در سرمای شدید قلم خود را داخل کیف های خنک نگه دارنده و محافظ انسولین قرار دهید.

نشانی: شیراز-بلوار چمران-جنب بیمارستان چمران- بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز و مرکز فوریتهای پزشکی شهید رجایی

شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات: 36364001

سایت: WWW.rajaehosp.ac.ir، لینک آموزش به بیمار

منبع: برونر سوادارت 2010- کتاب خود آموز تزریق انسولین/تالیف مرکز تحقیقات دیابت/پژوهشکده علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران

با آرزوی سلامتی و تندرستی برای شما