

راهنمای پرستاری

روش تزریق انسولین

اندازه گیری دقیق قند خون اهمیت زیادی دارد. چنانچه انسولین به درستی تجویز شود، در یک فرد وابسته به انسولین به عنوان یک داروی نجاتبخش حیات عمل میکند ولی در صورت تجویز نادرست باعث بروز عوارضی می شود که از آسیب بافتی تا شوک انسولینی متغیر هستند. معمولاً با تزریق دو بار یا بیشتر انسولین در روز می توان قند خون بیمار را کنترل کرد. انسولین های موجود در بازار بر اساس رنگ، شروع اثر، حداکثر اثر و مدت زمان اثر به دو دسته تقسیم می شوند :

انواع انسولین	شروع اثر	حداکثر اثر	مدت زمان اثر	رنگ
کریستال یا شفاف	۳۰-۶۰ دقیقه	۴-۵ ساعت	۶-۸ ساعت	شفاف
NPH یا کدر	۶۰-۹۰ دقیقه	۴-۱۲ ساعت	۱۶-۲۴ ساعت	شیری رنگ

❖ سرنگ انسولین

برای تزریق انسولین سرنگ های ۱۰۰ واحدی در دسترس هستند. بیماران می توانند با رعایت بهداشت فردی تا چهار بار از یک سرنگ انسولین استفاده کنند، پس از تزریق برای استفاده مجدد از سرنگ، انسولین باقی مانده در آن را تخلیه کرده، سرپوش سوزن را در محل خود قرار داده و سرنگ را در یخچال نگهداری کنید.

❖ نگهداری انسولین

انسولین هرگز نباید منجمد شود یا در دمای بیش از ۲۷ درجه سانتیگراد نگهداری گردد. پس از اولین استفاده، باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد در یخچال نگهداری شود. باقی مانده دارو بعد از ۲۸ روز دور ریخته شود، زیرا در غیر این صورت قدرت اثر خود را از دست خواهد داد. از تکان دادن بیش از حد شیشه انسولین خودداری کنید زیرا باعث از دست دادن اثر دارو می گردد. انسولین NPH را قبل از مصرف برای یکنواخت شدن، بین دو دست افقی قرار داده و در کف دست به آرامی غلتانده شود تا انسولین مخلوط شده و مایع یکنواخت بدست آید. قبل از مصرف لازم است شیشه انسولین را از نظر وجود ذرات خارجی و یخ زدگی بررسی کنید. از قرار دادن شیشه انسولین در برابر نور مستقیم آفتاب خودداری نمایید. تزریق انسولین سرد دردناک است، بهتر است قبل از تزریق ۲۰ دقیقه آن را در دمای اتاق قرار داده و یا انسولین را قبل از مصرف برای گرم شدن، بین دو دست افقی قرار داده و در کف دست به آرامی بغلطانید سپس تزریق کنید.

❖ آماده سازی و تزریق انسولین

انسولین کدر و شیری رنگ را باید قبل از مصرف با برگرداندن آرام ویال و غلتاندن آن در بین دو دست کاملاً مخلوط کنید و بیمار باید یاد بگیرد که چگونه انسولین را با مقدار صحیح درون سرنگ بکشد و همچنین ضمن استفاده از سرنگ شرایط استریل را رعایت نماید، هنگام گذاشتن سرپوش سوزن نکات ایمنی را رعایت کند و سرنگ های استفاده شده را در یک ظرف پلاستیکی محکم (ظرف خالی مواد شوینده) بیندازد. درپوش پلاستیکی شیشه های انسولین را با پنبه الکل تمیز نماید. مقداری هوا، با سرنگ کشیده و داخل ویال های انسولین (شفاف و شیری رنگ) وارد نمایید.

شیشه را برگردانید و میزان انسولین لازم را وارد سرنگ کنید. در صورت تزریق دو نوع انسولین، ابتدا انسولین شفاف را در سرنگ بکشید و سپس انسولین کدر یا شیری را وارد سرنگ نمایید.



راهنمای پرستاری

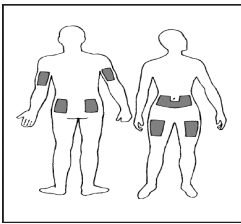
روش تزریق انسولین

❖ انتخاب و چرخش محل تزریق

استفاده مکرر از یک محل برای تزریق می‌تواند به مرور باعث آسیب به بافت گردد. تغییرات بافتی حاصله می‌تواند باعث کاهش جذب انسولین گردد که به عدم کنترل بیماری می‌انجامد برای پیشگیری از بروز این مشکل، محل تزریق را به دقت انتخاب کرده و به طور منظم تغییر دهید و حتی الامکان از عضلاتی که فعالیت زیادی دارند استفاده نکنید زیرا کار شدید عضلانی سرعت جذب را افزایش می‌دهد و فاصله هر تزریق با تزریق بعدی را ۲ سانتیمتر در نظر بگیرید.

❖ محل‌های تزریق

شکم (دو طرف شکم به فاصله ۴ انگشت از ناف)، بازوها (بالا و بیرونی)، پاها (روی ران‌ها به طرف بالا و بیرون)



❖ روش تزریق

- ۱- در ناحیه شکم با زاویه ۹۰ درجه یا مستقیم و در بازو و ران با زاویه ۴۵ درجه یا مایل تزریق کنید.
- ۲- در افراد چاق با زاویه ۹۰ درجه تزریق شود.



❖ تکنیک‌های خود تزریقی

وسایلی که باید برای استفاده در منزل تهیه نمایید، شامل انسولین نسخه شده، پنبه و سرنگ‌های مورد تایید همراه با سوزن می‌باشد. استفاده از الکل برای تمیز کردن پوست توصیه نمی‌شود. با یک دست، پوست محل تزریق را بکشید و ناحیه وسیعی را با انگشتان بگیرید تا محل تزریق ثابت شود با دست دیگر سرنگ را مانند مداد بگیرید و سوزن را به طور عمودی وارد پوست کنید و پیستون را تا آخر فشار دهید. اگر قرار است دو نوع انسولین را در یک سرنگ مخلوط کنید ابتدا باید انسولین کریستال یا شفاف و سپس انسولین کدر یا شیری رنگ را بکشید.

❖ مراحل تزریق با استفاده از تصاویر



References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. betterhealth