



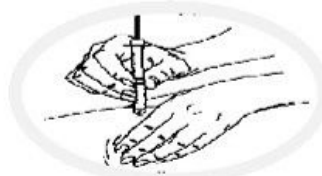
## آموزش به بیمار

### نحوه تزریق انسولین



دانشگاه علوم پزشکی مشهد  
بیمارستان خاتم الانبیاء تایباد  
واحد آموزش

اگر بافت چربی شما ضخیم می باشد (مثل اطراف شکم)، می توانید سرنگ را مستقیم (با زاویه ۹۰ درجه) تزریق کرد.



از پرستار بخواهید که نحوه تزریق صحیح را به شما نشان دهد.

۳) پوست را رها کرده و پیستون را به آرامی تا آخر فشار دهید، ۵ ثانیه صبر کنید و سپس سرنگ را خارج کنید و پنبه را به مدت چند ثانیه روی محل تزریق نگه دارید.

زمانی که می خواهید سرنگ را دور بیندازید، آن را داخل یک ظرف که درب آن محکم بسته می شود، قرار داده و دور بیندازید.



- سرنگ انسولین ۵۰ خط و هر خط ۲ واحد می باشد.
- در صورتیکه دو نوع انسولین تزریق می کنید، ابتدا انسولین رگولار (شفاف) را در سرنگ بکشید و سپس انسولین ان.پی.اچ (کدر) را وارد سرنگ نمایید.

با آرزوی سلامتی برای شما

### نحوه تزریق انسولین

۱. از بین نواحی مختلف تزریق انسولین، یک ناحیه را به صورت چرخشی انتخاب کنید. مثلاً تزریق اول در بازوی راست، بعدی بازوی چپ، بعدی در سمت راست شکم و...

۲. محل تزریق باید حداقل ۲/۵ سانتی متر با زخم و ۵ سانتی متر با ناف فاصله داشته باشد.

۳. در نواحی که کبودی وجود دارد، ورم دارد یا حساس می باشد، تزریق نکنید.

۴. محل تزریق باید تمیز و خشک باشد، از پنبه الکلی استفاده نکنید. اگر ناحیه خیلی کثیف بود، قبل از تزریق با آب و صابون بشویید.

در صورت استفاده از پنبه الکلی باید منتظر بمانید تا الکلی خشک شود. در بیمارستان به دلیل آلودگی بیشتر لازم است از پنبه الکلی استفاده شود.

\* انسولین را باید به چربی زیر پوست تزریق کنید. پس لازم است نکات زیر را رعایت کنید:

۱) با انگشت اشاره و شست (مانند نیشگون گرفتن) پوست را جمع کنید.

۲) سرنگ را مثل مداد در دست بگیرید و با زاویه ۴۵ درجه (مایل) وارد پوست کنید.



## مددجوی محترم:

این راهنما شامل مراقبت ها و آموزش های پرستاری در رابطه با تزریق انسولین است. امیدواریم با رعایت آنها سلامت خود را حفظ کنید.



پرستاران تمام مراحل تزریق انسولین را به شما آموزش می دهند و شما می توانید هر سوالی که دارید از آنها پرسید.

## قبل از تزریق انسولین باید نکات زیر را بدانید:

× نام انسولین مورد استفاده

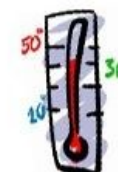
× میزان انسولین مورد استفاده

× دفعات تزریق انسولین

× آگاهی از زمان اوج اثر عملکرد انسولین

## نگهداری انسولین:

انسولین مورد استفاده را می توانید در دمای اتاق نگهداری کنید، ولی اگر آن را در یخچال می گذارید نیم ساعت قبل تزریق باید از آنجا خارج کرد.



## نحوه آماده کردن انسولین

۱. دست ها را با آب و صابون بشویید و سپس کاملاً خشک کنید.



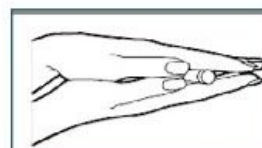
۲. برچسب روی دارو را حتماً بخوانید و مطمئن باشید که دارو

صحیح می باشد.



۳. از تکان دادن شدید شیشه انسولین خودداری کنید، ویال را میان

دستان خود بغلتانید تا دارو مخلوط شود.



۴. درپوش ویال انسولین را با پنبه الکل ضد عفونی نمایید و منتظر

بمانید تا خشک شود.



۵. سرنگ را از پوشش خارج نمایید مقداری که می خواهید

انسولین بکشید هوا داخل ویال کنید.

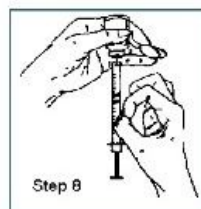
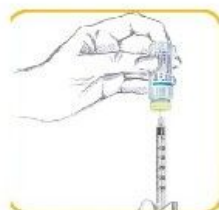


مراقب باشید که سوزن با دستان تماس نداشته باشد زیرا

تمام سوزن برای تزریق باید استریل باشد.

۶. شیشه را برگردانید، انسولین را به آرامی درون سرنگ

بکشید و با ضربه های ملایم حباب هوا را خارج نمایید.



۷. زمانی که دیگر در سرنگ حباب هوا، وجود نداشت میزان

دوز دارو را دوباره کنترل کنید تا مطمئن شوید که صحیح

است.

