



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی تخصصی فوق تخصصی امام حسین (ع)

نحوه تزریق انسولین

واحد آموزش سلامت

تهیه: فاطمه قدیمی (سوپروایزر آموزش سلامت)
تنظیم: اسماعیل احمدی ششده (کارشناس پرستاری)

تیرماه 1405

مشاور علمی: دکتر پاک (متخصص داخلی)

فسا، بیمارستان امام حسین (ع)

آدرس: میدان ابن سینا، بلوار حضرت ولیعصر،
بیمارستان آموزشی، تخصصی و فوق تخصصی
امام حسین (ع)

تلفن: 07153411010

وب سایت: ihh.fums.ac.ir

چگونه انسولین خود را تزریق کنیم؟
در مورد انواع انسولین، نحوه نگهداری، انتخاب سرنگ و
محل های تزریق، آماده سازی انسولین جهت تزریق و کشیدن
انسولین به داخل سرنگ باید اطلاعات داشته باشید.

نام انسولین	مشخصات ظاهری	مثال
کوتاه اثر (سریع الاثر)	شفاف و بی رنگ	رگولار (کریستال)
متوسط (طول الاثر)	کدر و شیری رنگ	ان پی اچ،
طولانی اثر (بسیار طول الاثر)	کدر و شیری رنگ	لانتوس (گلارژین) توجئو
ترکیبی	مخلوطی از کوتاه اثر، متوسط اثر و یا کوتاه اثر + طولانی اثر رایزودگ، نوومیکس	
بسیار سریع الاثر	شفاف	لیسپرو نوورپید

سرنگ ها بایستی متناسب با غلظت انسولین باشد. سرنگ های
یک میلی لیتری در فواصل دو واحدی نشانه گذاری شده اند.
دقت کنید:

برچسب روی انسولین را بر اساس علائم زیر بشناسید:

R	←	آمپول رگولار
N	←	آمپول ان پی اچ
L	←	آمپول لنت
G	←	آمپول گلارژین
H	←	لیسپرو

محل تزریق انسولین

روش صحیح تزریق به داخل بافت زیر جلدی
می باشد. تزریقی که خیلی عمیق و یا سطحی باشد
موجب تغییر در سرعت جذب انسولین می شود.

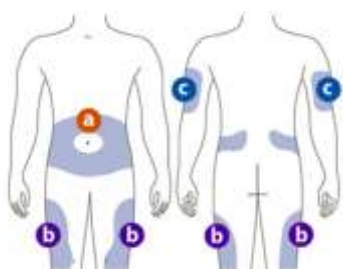


نکته: سرعت جذب در شکم از تمام نقاط بالاتر است.
سرعت جذب در ناحیه بازوها بیشتر از باسن و ران ها
می باشد.

محل تزریق را به جای ماساژ، فشار دهید.

جهت پیشگیری از آسیب به پوست در محل تزریق،
ناحیه تزریق انسولین را به صورت چرخشی تعویض
کنید.

برای جلوگیری از ایجاد برآمدگی و یا فرورفتگی در
محل تزریق، محل را در هر بار تزریق ۲ سانتی متر
نسبت به محل تزریق قبلی فاصله دهید.



نحوه تزریق انسولین

- تاریخ انقضای آمپول انسولین را قبل از هر چیز کنترل کنید. انسولین تا یک ماه پس از باز کردن قابل استفاده می‌باشد و انسولین آن پی‌اچ نیز بعد از تکان ملایم باید یکدست و شیری شود.
- دست‌های خود را با آب و صابون بشوئید.
- شیشه انسولین را به آرامی بغلتانید تا مخلوط شود؛ از تکان دادن آن‌ها اجتناب کنید.
- سر انسولین را با الکل تمیز کنید.
- پیستون سرنگ را به اندازه واحدهای مورد نیاز تزریق انسولین عقب کشیده و مراقب باشید که سوزن سرنگ با چیزی تماس پیدا نکند.
- سوزن را به درون شیشه انسولین داخل کرده و سرنگ را از هوا خالی کنید.
- سرنگ و ویال را وارونه کرده و انسولین را به آرامی به درون سرنگ بکشید. سپس درون سرنگ را از وجود حباب هوا بررسی کنید. اگر حباب وجود داشت چند ضربه ملایم به سرنگ بزنید و سپس اندکی انسولین را مجدداً به داخل آمپول تخلیه کرده و مجدداً به آرامی انسولین را به درون سرنگ بکشید.
- در صورت تزریق دو نوع انسولین، ابتدا انسولین کریستال را در سرنگ بکشید سپس انسولین آن پی‌اچ را وارد سرنگ نمایید. اگر قسمتی انسولین ریگولار با آن پی‌اچ مخلوط شود نوعی واکنش اتصالی اتفاق می‌افتد که اثر انسولین سریع‌الاثر را کند می‌کند.
- مخلوط انسولین کریستال و انسولین آن پی‌اچ را حداکثر ۵-۱۵ دقیقه بعد از کشیدن در سرنگ تزریق نمایید.

- محل تزریق را با آب و صابون و یا الکل تمیز کنید؛ اجازه دهید الکل خشک شود.
- ناحیه تزریق را توسط انگشتان نیشگون گرفته و بالا آورید تا یک چین پوستی ایجاد شود (به منظور جلوگیری از تزریق عضلانی).
- سوزن را با زاویه ۹۰ درجه به داخل پوست فرو کنید؛ این زاویه در افراد لاغر و کودکان ۴۵ درجه می‌باشد.

* نکته: چین پوستی را این‌گونه به وجود می‌آورید.



- سپس با یک دست سرنگ را نگه داشته و با دست دیگر تزریق را انجام دهید.
- در انتها محل تزریق را مجدداً با پنبه و الکل تمیز کرده، سرنگ و آمپول را دور انداخته و دستان خود را با آب و صابون بشوئید.

روش نگهداری انسولین

- ویال انسولین در صورتی که باز نشده است را حتماً در دمای ۸-۲۰ درجه سانتی‌گراد داخل یخچال نگهداری کنید.
- شیشه‌های انسولین خارج از یخچال بعد از ۳۰ روز غیر قابل استفاده می‌شود.
- هرگز ویال انسولین را در فریزر قرار ندهید.

- انسولین را دور از نور آفتاب، گرما و سرمای شدید نگهداری کنید.
- برای مصرف انسولین، ۳۰ دقیقه قبل از تزریق آن را از یخچال خارج ساخته و اجازه دهید در حرارت محیط گرم شود؛ چون تزریق انسولین سرد دردناک است.
- از تکان دادن آمپول انسولین خودداری کنید؛ زیرا تکان دادن ویال علاوه بر کاهش قدرت دارو، باعث تولید حباب هوا می‌شود که بر روی میزان انسولینی که شما برای تزریق درون سرنگ می‌کشید تأثیر دارد.

نشانه‌های فاسد بودن انسولین

- انسولین کریستال (شفاف) کدر شده؛
- انسولین‌های شیری یکنواختی خود را از دست داده و به صورت دانه‌دانه (کریستال) درمی‌آیند.

چرا انسولین به طور خوراکی مصرف نمی‌شود؟

- چون انسولین در دستگاه گوارش از بین می‌رود، از طریق خوراکی مصرف نمی‌شود.

