



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی تخصصی فوق تخصصی امام حسین (ع)

**راهنمای بیمار
روش استفاده از اسپری توریو هالر
"سیمبیکورت"**

واحد آموزش سلامت

تهیه: محمد هادی کارگر (کارشناس پرستاری)

تنظیم: فاطمه قدیمی

تایید کننده: خانم دکتر منتصری

(سوپروایزر آموزش سلامت)

آبان ماه 1404

فسا، بیمارستان امام حسین (ع)

آدرس: میدان ابن سینا، بلوار حضرت ولیعصر،

بیمارستان آموزشی، تخصصی و فوق تخصصی

امام حسین (ع)

تلفن: 07153411010

وبسایت: ihh.fums.ac.ir

انسولین:

انسولین هورمونی است که به سلول‌ها کمک می‌کند تا از گلوکز (قند) برای تولید انرژی استفاده کنند. در دیابت نوع ۱ بدن انسولین تولید نمی‌کند ولی در دیابت نوع ۲ انسولین تولید میکند منتها نمی‌تواند به درستی از آن استفاده کند. این موضوع باعث می‌شود که لوزالمعده نتواند انسولین مورد نیاز بدن را تولید کند. معمولاً بیماری دیابت با رژیم غذایی مناسب، ورزش، درمان دارویی (تزریق میزان مورد نیاز انسولین) کنترل می‌شود. بیماران مبتلا به بیماری دیابت نوع لازم است برای ادامه ی زندگی انسولین تزریق کنند و بهتر است که خودشان نحوه تزریق انسولین را یاد بگیرند.

روش‌های تزریق انسولین:

روش‌های مختلفی برای تزریق انسولین وجود دارد. سرنگ، قلم انسولین، پمپ‌های انسولین و جت اینجکتور (افشانه ی بدون سوزن زیر پوستی) از راه‌های دریافت انسولین هستند. پزشک کمک می‌کند که بهترین روش را برای خودتان انتخاب کنید. استفاده از سرنگ معمول‌ترین روش تزریق انسولین است. این روش ارزان‌تر از روش‌های دیگر است و شرکت‌های بیمه معمولاً آن را تحت پوشش قرار دهند.

محل‌های تزریق انسولین:

انسولین به صورت زیرجلدی در چربی زیر پوست تزریق می‌شود. در این نوع تزریق، از یک سوزن کوتاه برای تزریق انسولین به لایه ی چربی بین پوست و ماهیچه استفاده می‌شود.

انسولین باید در بافت چربی و درست زیر پوست شما تزریق شود. اگر انسولین را عمیق‌تر به عضله تان تزریق کنید، بدن تان آن را خیلی سریع جذب می‌کند. این روش تزریق معمولاً دردناک‌تر است و ممکن است تأثیر انسولین را زودتر از بین ببرد. همچنین تزریق عمیق انسولین می‌تواند منجر به کاهش بیش از حد سطح قند خون شود.

در صورت تزریق هر روزی انسولین، باید محل تزریق را دائم عوض کنید. انجام این کار بسیار مهم است، زیرا استفاده از یک نقطه ی همیشگی برای تزریق، ممکن است منجر به «لیپودیستروپی پیش‌رونده» شود. در این وضعیت، چربی زیر پوست یا از بین می‌رود و یا بیش از حد ساخته می‌شود. همین مسئله باعث ایجاد توده‌های برآمده یا فرورفتگی‌هایی می‌شود که در جذب انسولین اختلال ایجاد می‌کنند. برای تزریق می‌توانید نقاط مختلفی از شکم تان را انتخاب کنید و هر بار به اندازه ی چند سانتی‌متر از نقطه ی قبلی برای تزریق فاصله بگیرید. همچنین می‌توانید از سایر اندام‌ها مانند ران، بازو و باسن برای تزریق استفاده کنید.

شکم

در بین اندام‌ها برای تزریق انسولین، شکم در اولویت قرار دارد. انسولین از این بخش از بدن سریع‌تر و مطمئن‌تر جذب می‌شود. شکم نسبت به سایر نواحی بدن بیشتر در دسترس است. برای تزریق، جایی بین پایین دنده‌ها و ناحیه‌ی شرمگاهی را انتخاب کنید و مطمئن شوید از هر طرف ناف حدود ۵ سانتی‌متر فاصله داشته باشد. همچنین از زخم‌ها، خال‌ها، لکه‌های پوستی، رگ‌های خونی آسیب‌دیده و واریس سیاهرگ‌ها نیز فاصله بگیرید. این مناطق می‌توانند در جذب انسولین اختلال ایجاد کنند.

ران

برای تزریق در ناحیه‌ی ران می‌توانید در قسمت بالایی و خارجی ران، در منطقه‌ای حدود ۱۰ سانتی‌متر زیر لگن و ۱۰ سانتی‌متر بالای زانو تزریق را انجام دهید.

بازو

برای تزریق در بازو، از قسمت دارای چربی پشت بازو که بین شانه و آرنج قرار دارد استفاده کنید.

نحوه تزریق انسولین :

قبل از تزریق، کیفیت انسولین را بررسی کنید. اگر انسولین در یخچال بود، صبر کنید تا به دمای اتاق برسد.

اگر انسولین کدر شده باشد، شیشه آن را چند ثانیه بین کف دستان تان بغلتانید تا محتویاتش مخلوط شود. مواظب باشید آن را تکان ندهید. انسولین با اثر کوتاه‌مدت نباید کدر باشد. همچنین از انسولین غلیظ، بافت دار و تغییررنگ داده استفاده نکنید.

1. وسایل موردنیاز را آماده کنید.
2. سرنگ را به صورت قائم (طوری که سوزنش رو به بالا باشد) نگه دارید و پیستون آن را به پایین بکشید تا پیستون به اندازه‌ی مقدار مورد نظر برای تزریق برسد.
3. درپوش‌ها را از ویال و سوزن انسولین جدا کنید. اگر قبلاً از این ویال استفاده کرده‌اید، درپوش بالای آن را با یک پد یا پنبه‌ی آغشته به الکل پاک کنید.
4. سوزن را در داخل ویال فرو کنید و پیستون آن را به طرف پایین فشار دهید تا هوای سرنگ وارد بطری شود. سپس هوا با مقدار انسولینی که از ویال می‌کشید، جایگزین می‌شود.
5. سوزن را داخل ویال نگه دارید و ویال را به طرف بالا بچرخانید. پیستون سرنگ را به پایین بکشید تا قسمت بالای پیستون به دوز صحیح روی سرنگ برسد.
6. اگر در سرنگ حباب وجود دارد، به آرامی روی آن ضربه بزنید تا حباب‌ها به سمت بالا بروند. پیستون سرنگ را فشار دهید تا حباب‌ها را به‌داخل ویال برگردانید. پیستون را دوباره بکشید تا به دوز صحیح برسید.
7. ویال انسولین را پایین بگذارید. دست تان را از روی پیستون سرنگ بردارید و سرنگ را طوری با انگشتان تان بگیرید که انگار دارت در دست دارید.
8. محل تزریق را با پد الکی تمیز کنید و بگذارید تا چند ثانیه قبل از تزریق، خشک شود.

9. برای آنکه از تزریق در عضله جلوگیری کنید، چند سانتی‌متر از پوست ناحیه‌ی تزریق را بین انگشتان تان بگیرید و بالا بیاورید. سپس سوزن را با زاویه‌ی ۹۰ درجه وارد کنید و پیستون آن را به داخل فشار دهید و ۱۰ ثانیه صبر کنید. برای سوزن‌های کوتاه نیازی به بالا آوردن پوست ناحیه‌ی تزریق نیست.
10. بلافاصله پس از فرو کردن سوزن و فشار دادن پیستون، پوست کشیده شده را رها کنید. پس از تزریق، محل آن را نمالید. اگر در محل تزریق، خونریزی دیدید، آن را با فشار آرام گاز پانسمان، کنترل یا بانداز کنید.
11. سوزن و سرنگ را پس از استفاده، در ظرف مقاوم در برابر سوراخ شدن بگذارید.

به یاد داشته باشید

شما مهمترین عضو تیم درمان خود هستید