



بیمارستان رستمانی پارسین

CCU

نحوه تزریق انسولین



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	نحوه تزریق انسولین
تهیه کننده	امینه روان بخش
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	خرداد 1404
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزش سلامت
تایید کننده علمی	دکتر فایزه عباسلو

رژیم غذایی:

هدف اصلی از انتخاب یک رژیم غذایی مناسب برای دیابت، مدیریت سطح قند خون و **درمان خانگی دیابت** یا پیشگیری از عوارض خطرناک آن است. یک وعده غذایی سالم و مغذی که حاوی تمامی منابع مفید و ضروری برای بدن است، اصلی‌ترین کلید یک رژیم غذایی مخصوص بیماران دیابتی است. در یک رژیم غذایی مخصوص بیماران دیابتی لازم نیست غذاها بی‌مزه یا بیش‌ازحد محدود باشند. می‌توان با حفظ تعادل، از غذا خوردن لذت برد.

علاوه بر این، باید در برنامه غذایی، مصرف غذاهایی که به پیشگیری از عوارض دیابت مانند بیماری‌های قلبی یا فشار خون بالا کمک می‌کنند، گنجانده شود. رژیم غذایی دیابت باید حتما حاوی پروتئین بالا، میوه‌ها و سبزیجات تازه، غلات کامل و قند کمتری باشد. برای مثال معمولا به افراد دیابتی توصیه می‌شود تا ماهی‌های کم‌چرب و ترکیباتی با قند پایین مانند آووکادو را در رژیم غذایی‌شان جای دهند.

شرایط نگهداری از انسولین در موقعیت های مختلف

انسولین یک ماده حساس به نور خورشید، نورهای داخلی خانه و دمای بسیار پایین یا بسیار بالا می‌باشد. انسولین را می‌توان در دمای گرم و یا سرد استفاده کرد. سه کارخانه دارویی از انسولین در آمریکا اظهار داشته اند که داروهای انسولین باز نشده درون فریزر باید در دمای بین 36 تا 46 درجه فارنهایت یا 2 تا 8 درجه سلیسیوس نگهداری شوند. انسولین باز نشده در یخچال تا زمانی خوب کار می‌کند که تاریخ انقضا درج شده روی جعبه فرا نرسیده باشد که این تاریخ انقضا معمولا یک سال بعد از تاریخ خرید است اما حتما باید باز هم جعبه را چک کنید.



آشنایی با انواع انسولین

انسولین هورمونی است که در پانکراس ساخته شده و باعث تنظیم سطح گلوکز در بدن می‌شود. برای تولید انرژی در اندام‌های مختلف، انسولین باید گلوکز را از جریان خون به سلول‌های بدن منتقل کند. اگر هورمون انسولین به اندازه کافی تولید نشود، انتقال گلوکز به سلول‌ها کاهش پیدا کرده و در خون تجمع می‌یابد.

در افراد مبتلا به **بیماری دیابت** انسولین به اندازه کافی تولید نشده و برای جبران آن باید انسولین تزریق شود. انسولین یکی از داروهای دیابت است. ممکن است برای افراد با دیابت نوع ۱ یا دیابت نوع دو این دارو تجویز شود.

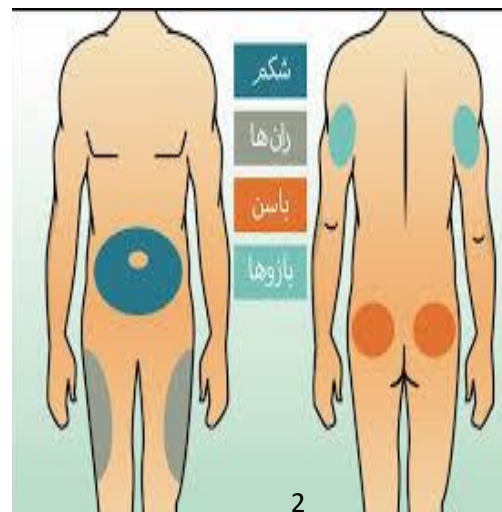


1

محل تزریق انسولین کجاست؟

انسولین برای دیابت باید از طریق پوست وارد لایه چربی شود. به بافت چربی لایه زیرجلدی می‌گویند. سوزن انسولین را نباید وارد ماهیچه یا مستقیم وارد رگ کنید. زیرا سرعت جذب و عملکرد انسولین تغییر می‌کند.

میزان جذب انسولین به محل تزریق بستگی دارد. تزریق در ناحیه شکم سرعت اثر بالاتری دارد. تزریق در ناحیه ران، بازو یا باسن سرعت جذب انسولین را پایین می‌آورد. به همین دلیل بیشتر افراد از ناحیه شکم انسولین را تزریق می‌کنند.



2

نکاتی قبل از تزریق انواع انسولین قلمی

قبل از تزریق **دستگاه تزریق انسولین اتوماتیک** یا سایر انواع انسولین، باید به موارد زیر دقت داشته باشید. اگر هر یک از موارد زیر اتفاق افتاد، انسولین را مصرف نکنید:

- انسولین شفاف کدر شده است.
- انسولین از نوع کدر است؛ اما تکه‌هایی داخل آن دیده می‌شود یا رسوبات آن با چرخش ملایم ترکیب نمی‌شود.
- تاریخ انقضا انسولین به پایان رسیده است.
- انسولین یخ زده است یا در معرض دمای بسیار بالا قرار گرفته است



3