

انسولین در چه کسانی استفاده می شود؟ کد ۱-۳

تمام بیماران دیابتی نوع ۱ و درصد قابل توجهی از بیماران دیابتی نوع ۲ وابسته به تزریق انسولین هستند . دوز انسولین دریافتی باید با مقدار غذا و میزان فعالیت فرد تطابق یابد .

قبل از تطابق دادن انسولین موارد زیر باید مد نظر قرار گیرند :

با شروع درمان با انسولین ، به مدت حداقل ۳ روز تا یک هفته، باید مقدار انسولین دریافتی، مقدار غذای خورده شده و نتیجه ی تست قند خون قبل و دو ساعت بعد از غذا و قبل از خواب در یک دفتر روزانه ثبت شود و ملاحظات مربوط هم در کنار آن درج گردد (مثلاً تأخیر در خوردن ناهار، سرماخوردگی ، خوردن یک میان وعده ی اضافی و ...)



برای افراد دیابتی نوع ۱ ، تست قند خون در روز به میزان ۳ بار یا بیش تر توصیه می شود. سپس با مشورت با متخصص، دوز انسولین بر اساس مقدار کربوهیدرات غذا ، مطابقت داده می شود.

قند خون در افراد دیابتی نوع ۲، با ثبات تر از نوع ۱ است و این افراد ممکن است به ۲-۱ بار تست قند خون در روز احتیاج داشته باشند.



برای کنترل مناسب قند خون، باید به زمان اثر انسولین در بدن توجه شود. باید توجه داشت که تاثیر انسولین ممکن است از فردی تا فرد دیگر متغیر باشد و با دوز انسولین، محل تزریق، میزان ورزش، وجود آنتی بادی های ضد انسولین و دیگر فاکتورها تغییر کند.

تزریق مخلوط دو انسولین کوتاه اثر و متوسط یا طولانی اثر، در کنترل قند خون موثرتر است.
انسولین باید ۲۰ تا ۳۰ دقیقه قبل از غذا تزریق شود.

انواع انسولین موجود در بازار که پوشش بیمه دارند :

رنگ انسولین	مدت زمان اثر	اوج اثر	شروع اثر	نوع
شفاف	۴-۶ ساعت	۲-۴ ساعت	۰/۵ تا ۱ ساعت	رگولار
کدر	۱۴-۱۸ ساعت	۶-۱۰ ساعت	۱ تا ۱/۵ ساعت	NPH ان پی اچ

و مخلوط آماده ۳۰ درصد انسولین رگولار و ۷۰ درصد انسولین NPH در حال حاضر بنام انسولین ۷۰/۳۰ در بازار دارویی موجود است .

در بعضی افراد دیابتی قند خون با دو تزریق انسولین در روز کنترل می شود ، در حالی که در بعضی دیگر احتیاج به ۴ تزریق در روز است.

بسیاری از مبتلایان به دیابت برای کمک به تنظیم قند خون نیاز دارند که به خودشان انسولین تزریق کنند .

سرنگ انسولین :

سرنگ ها یکبار مصرف هستند ،مگر اینکه خود فرد فقط از آن استفاده کند و حداکثر ۲۰ بار میتوان از آن استفاده کرد.

افراد مبتلا به دیابت باید در تزریق انسولین این نکات را رعایت کنند:

دست‌هایتان را پیش از استفاده از وسایل برای تزریق انسولین کاملاً بشویید.





تجمع یارستانی امیراعلم

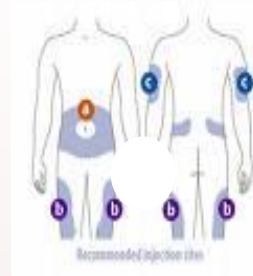
Amiralam.tums.ac.ir

آموزش به بیمار

تزریق انسولین در دیابت



بهترین مکانهای تزریق در بدن به ترتیب عبارتند از :
شکم ، بازوها ، رانها و باسن. بهترین مکان تزریق در بزرگسالان بر روی شکم بوده که می توان با زاویه ۹۰ درجه به راحتی تزریق کرد .



شرایط نگه داری شیشه انسولین

انسولین باز شده را می توان در دمای زیر ۳۰ درجه سانتیگراد به مدت یک ماه نگهداری کرد، و بهتر است انسولین اضافه خود را در دمای معمولی یخچال نگه داری کنید .

از تکان دادن شدید انسولین پرهیز کنید .

مشکلات احتمالی تزریق انسولین

۱- هیپوگلیسمی : افت قند خون

۲- اختلال بافت محل تزریق : محل تزریق را بطور متناوب تغییر دهید چون در طولانی مدت ممکن است دچار آتروفی (لاغری غیر طبیعی) یا سفتی آن ناحیه شود و تزریق دردناک شود .

از ورزش دادن جایگاههای تزریق انسولین خودداری کنید(مثلاً بعد از تزریق انسولین در پا، ورزش فوتبال که از پا استفاده میشود، انجام ندهید).

با یک پنبه الکلی منطقه ای از پوست را که می خواهید در آن تزریق انجام دهید و نیز سر ویال انسولین را تمیز کنید . کلاهک سرنگ را بردارید و آن را به درون ویال انسولین فرو برید و با فشار دادن پیستون سرنگ درون ویال انسولین هوا وارد کنید . در حالیکه ویال را سر و ته گرفته اید ، پیستون سرنگ را به عقب بکشید تا مقدار مناسب انسولین وارد سرنگ شود .



نکته مهم :

جهت استفاده همزمان از انسولین ریگولار و ان پی اچ ، ابتدا انسولین ریگولار را کشیده ، هواگیری کرده و سپس انسولین ان پی اچ کشیده شود .

یک بخش پوست ، معمولاً در ران ، بازو یا روی شکم را بین دو انگشت بگیرید و بالا بیاورید. سرنگ را با زاویه ۴۵ درجه درون پوست فرو برید و محتویات آن را زیر پوست تزریق کنید .(محل را تغییر دهید)

