- حتماً باید دقت شود که در داخل سرنگ انسولین، حباب هوا دیده نشود، با زدن چند ضربه به بدنه سرنگ انسولین، حبابها به سطح بالایی سرنگ می آیند و با کمک پیستون سرنگ، حبابها تخلیه می‌شوند.
- در صورتی که به دو نوع انسولین رگولار و NPHنیاز دارید، اول، انسولین رگولار و سپس، انسولین دیگر را بکشید.



- پوست را جمع کرده و سوزن را با زاویه ۹۰ درجه به بافت زیرجلد وارد نمایید. اگر چربی زیر جلد کم است، سرنگ را با زاویه ۴۵ درجه به بافت زیر جلد وارد نمایید.
- پیستون سرنگ را فشار داده و انسولین را تزریق نمایید. پس از تزریق انسولین، سر سوزن را خارج کنید.
- ویال انسولین NPHرا تکان ندهید. قبل از استفاده، درکف دست ۱۰ بار بغلطانید تا یکدست و شیری شود و در غیر این صورت، قابل استفاده نیست.
- محل تزریق نباید مالش داده شود، زیرا مالش، سرعت جذب را افزایش می‌دهد.
- باید به خاطر سپرد که محل هر تزریق با تزریق‌های قبلی، باید ۱ تا ۱/۵سانتی‌متر فاصله داشته باشد. اگر پوست بدن بیمار تمیز باشد، نیاز به پنبه الکل نیست. در صورتی که از پنبه الکلی استفاده میکنید، آنقدر صبر کنید تا پوست خشک شود.
- در صورتی که یک نوع انسولین داخل سرنگ کشیده اید، میتوانید انسولین داخل سرنگ را تا یک هفته داخل یخچال نگهداری کنید.
- از تکان دادن شدید ویال انسولین بپرهیزید، چرا که اثر دارو را کاهش می دهد.

در صورت داشتن سوال در منزل، ساعت ۸ تا ۱۴ با شماره تلفن

۰۲۸-۳۳۷۹۰۶۲۰-۲۷ داخلی ۵۰۹۷ واحد آموزش سلامت تماس بگیرید.

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

دیابت و تزریق انسولین های رگولار و ان پی اچ



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری تابستان ۱۴۰۵

دیابت و تزریق انسولین های رگولار و ان پی اچ

انسولین هورمونی ا ست که از لوزالمعده تر شح می‌شود. گروهی از افراد مبتلا به دیابت ، در بدنشان انسولین به مقدار کافی تولید نمی شود یا به خوبی عمل نمی کند.

انسولین ها به دو دسته **قلمی و ویالی** تقسیم بندی می‌شوند. انسولین های ویالی شامل:

رگولار : انسولین رگولار (کریستال) سالم و شفاف است .

انسولین ان پی اچ : NPH سالم، پس از یک تکان ملایم و غلطاندن کف دست یکدست و شیری می شود.



انسولین رگولار : شروع اثر آن ۳۰ دقیقه ، اوج اثر آن، ۲ تا ۳ ساعت است. حتما ۲۰ تا ۳۰ دقیقه قبل از غذا یا همزمان با غذا تزریق شود.



انسولین NPH : ظاهر سفید، کدر و/یا شیری دارد. شروع اثر آن، یعنی یک تا چهار ساعت زمان میبرد تا دارو اثر کند. و اوج اثر آن، ۶ تا ۱۰ ساعت زمان میبرد تا به حداکثر اثر خود برسد.

	انواع انسولین	رنگ	زمان شروع اثر	زمان اوج اثر	طول مدت اثر
کوتاه‌اثر	انسولین رگولار	شفاف (بیرنگ)	۳۰–۶۰ دقیقه پس از تزریق زیرجلدی	۴–۵ ساعت بعد از تزریق	۶–۸ ساعت
متوسط‌الاثر	انسولین NPH	کدر (شیری)	۶۰–۹۰ دقیقه پس از تزریق زیرجلدی	۴–۱۲ ساعت بعد از تزریق	۱۶–۲۴ ساعت



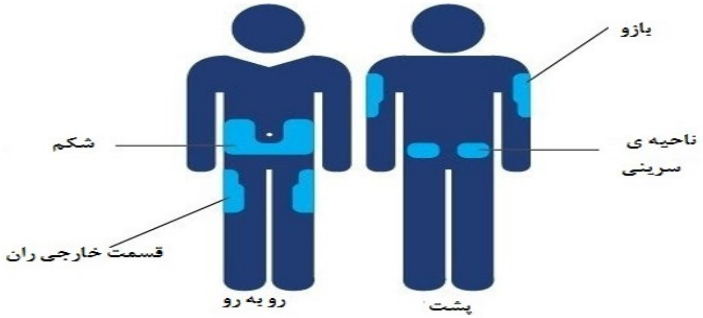
سرنگ انسولین: خطوط ثبت شده روی بدنه سرنگ انسولین برحسب واحد است.

رایج ترین نوع سرنگ ها ۳۰ واحدی، ۵۰ واحدی و ۱۰۰ واحدی است. برای تشخیص مقدار واحد به تعداد خط های بین عدد ۰ تا ۱۰ نگاه کنید، اگر ۱۰ خط دیدید هر خط یک واحد حساب می شود و اگر ۵ خط کوچک دیدید هر خط کوچک دو واحد حساب می شود.

شرایط نگهداری انسولینهای ویالی:

- انسولینهای ویالی داخل یخچال نگهداری می شود.
- از یخ زدگی محافظت شود بهتر است در قسمت درب یخچال و در پایین‌ترین قسمت یخچال باشد.
- بعد از اولین استفاده از انسولین ویالی، فقط به مدت ۲۸ روز در یخچال قابل استفاده می‌باشد.
- نیم ساعت قبل از تزریق، از یخچال خارج کنید تا به دمای محیط برسد و پس از کشیدن دارو، مجدداً ویال را در یخچال قرار دهید.

محل های تزریق



انسولین : شکم ، بازو ، ران ، باسن

سرعت جذب در شکم سریع‌تر از سایر نقاط است. همچنین، جذب در ناحیه بازوها، سریع‌تر از ران‌ها، و در ران‌ها، سریع‌تر از باسن است. تزریق انسولین در ناحیه ی باسن به دلیل چربی زیرجلدی ضخیم و جذب بسیار کند توصیه نمی شود. مگر با نظر پزشک معالج

تزریق انسولین ویالی:

- اولین قدم قبل از تزریق انسولین **شستشوی دقیق و کامل** دست است. پس از آن، ویال انسولین باید به آرامی در دست غلطانده شود تا دمای آن به دمای محیط برسد.(از تکان دادن شیشه خودداری نمایید).
- سر پلاستیکی ویال انسولین با پنبه آغشته به الکل ضدغفونی کنید. مقدار انسولین مورد نیاز به داخل سرنگ کشیده شود. مطمئن شوید که نوک سوزن داخل محلول انسولین است. با دست دیگر خود، پیستون را بکشید تا دوز مناسب انسولین داخل سرنگ کشیده شود.