

## 5. آماده سازی برای هوا گیری

به منظور جلوگیری از تزریق هوا و اطمینان از مصرف دوز صحیح لازم است قبل از هر بار تزریق درجه انتخاب دوز را چرخانده و روی 2 قرار دهید.

قلم را به گونه ای که سرسوزن به سمت بالا باشد نگه دارید و با انگشت به ملایمت چند دفعه به محفظه انسولین ضربه بزنید.

ضمن نگه داشتن سرسوزن به سمت بالا دکمه فشاری را تا آخر فشار دهید با این حرکت انتخاب کننده دوز ، روی صفر برمیگردد و باید یک قطره انسولین از نوک سرسوزن خارج شود.

## 6. انتخاب دوز

بررسی کنید که درجه انتخاب دوز روی صفر قرار داشته باشد. با چرخاندن انتخاب کننده دوز ، دوز مورد نیاز خود را انتخاب نمایید.

در صورت نیاز به تصحیح با چرخاندن انتخاب کننده دوز به هر دو جهت میتوان مقدار بیشتری و یا کمتر را انتخاب نمود. نمیتوان دوزی بیشتر از تعداد واحد موجود در کارتریج انتخاب کرد.

## 7. نحوه تزریق انسولین

سوزن را به طور کامل وارد پوست کنید . دکمه فشاری را تا انتها فشار دهید تا عدد صفر مقابل نشانگر قرار گیرد. سوزن میبایست حداقل 10 ثانیه زیر پوست بماند تا اطمینان حاصل شود که دوز کامل وارد بدن شده است.

## 8. جدا کردن سر سوزن

سوزن را برخلاف عقربه های ساعت چرخانده و سوزن را دور انداخته و در پوش قلم را در جای خود قرار دهید.

برای هر تزریق از یک سوزن جدید استفاده کرده و بعد از تزریق جدا نمایید.



## نحوه استفاده از انسولین قلمی

### 1. بررسی قلم :

نام و رنگ برچسب قلم خود را بررسی کنید تا مطمئن شوید نوع انسولین صحیح در آن میباشد. درپوش قلم را بردارید.

### 2. مخلوط کردن محتویات قلم :

قلم را در وضعیت افقی نگاه داشته و آن را بین دو دست 10 مرتبه بغلطانید.

### 3. ادامه مخلوط کردن محتویات قلم :

سپس قلم را 10 مرتبه به بالا و پایین حرکت دهید تا گلوله شیشه ای درون محفظه انسولین از یک انتها به انتهای دیگر جابجا شوند. اطمینان حاصل نمایید که انسولین یکدست سفید و شیری شده باشد. در غیر اینصورت این حرکات را تکرار کنید.

### 4. جایگذاری سوزن جدید

درپوش محافظ سوزن جدید را بردارید. سوزن جدید را با پیچاندن آن به سر قلم خود محکم کنید. هر دو در پوش سوزن را بردارید ، در پوش بزرگ بیرونی را نگه دارید.

## راهنمای تزریق انسولین قلمی



### واحد آموزش به بیمار

### بیمارستان آیت الله طالقانی

تهیه کننده : رضا نعمتی

دانشجوی کارشناسی پرستاری

تاییدکننده : دکتر زینب کریمی

متخصص داخلی

تاریخ تهیه : 1401/05/06

تاریخ بازنگری : 1404/05/06

### منابع :

فارماکولوژی و اصول کار با دارو مهین جوانشیری

دیابت وابسته به انسولین دکتر ایوب ابراهیمی

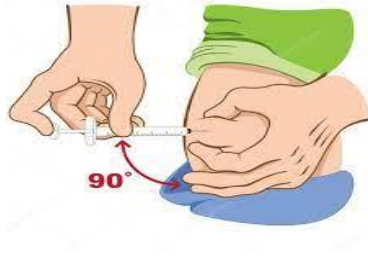
راهنمای تزریق شرکت نوونوردیسک پارس

## روش صحیح تزریق انسولین را بیاموزید

### محل مناسب برای تزریق انسولین کجاست؟

#### روش صحیح تزریق انسولین در بازو:

محل درست تزریق انسولین در بازو به فاصله ی ۴ انگشت از کتف و ۴ انگشت از آرنج پایین تر تزریق باید انجام شود. یا اینکه دست خود را بر روی شانه ی دیگر خود قرار دهید و تزریق را بر روی برآمدگی بازو انجام دهید.



#### روش صحیح تزریق انسولین در ران:

فرض کنید که دست خود را در جیب شلوارتان قرار داده اید در این ناحیه شما می توانید در ران خود انسولین تزریق کنید.

در ادامه به بیان برخی از سوالات متداول بیماران در زمینه ی روش صحیح تزریق انسولین خواهیم پرداخت.



#### روش صحیح تزریق انسولین در شکم:

توجه کنید که قسمت بالا و زیرناف نباید انسولین تزریق کرد. در صورت تزریق در این مکان اتفاق نا هنجاری نمی افتد، اما مکانهای مناسبی برای تزریق انسولین نمی باشند. جای مناسب در فاصله ی ۴ انگشت دو طرف ناف می باشد.

به منظور تزریق انسولین، ابتدا باید سر سوزن را نصب کنید و از مایع انسولین که در داخل قلم وجود دارد هواگیری نمائید. برای این کار با دو ضربه کوچک به بدنه ی سرنگ ضربه بزنید تا هوا خارج شود. اگر با فشار یک واحد مایع از سر سوزن خارج شد، یعنی هوا از آن خارج شده است و سر سوزن سالم است و شما می توانید تزریق را انجام دهید. سپس مقدار انسولینی که دکتر تجویز کرده است را بر روی سرنگ تنظیم کنید و در ناحیه مورد نظر که برای تزریق انسولین مناسب است، مثل بازو شکم ران و... تزریق را انجام می دهیم.

#### نحوه ی نگهداری از قلم های تزریق انسولین

شما پس از خرید، قلم ها را در جعبه دریافت می کنید. سوالی که وجد دارد این است که بعد از تزریق، قلم را در کجا نگهداری کنیم؟

پاسخ این است که بهتر است در دمای اتاق نگهداری شود. اما آیا می توان آن را مثلا در جیب کت نگهداری کرد؟ در کل می توانید قلم ها را در جایی نگهداری کنید که نه خیلی گرم باشد نه خیلی سرد و اگر مثلا میدانید که کیف خود را در جای بسیار گرم قرار می دهید قلم را در آن نگذارید.

