



## فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

### مراقبت های پس از ترخیص

### روش تزریق انسولین

شماره پرونده:	
نام خانوادگی:	نام:
بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد
تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:	
<b>مراقبت در منزل:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>- برای تزریق انسولین سرنگ های 100 واحدی در دسترس هستند. بیماران می توانند با رعایت بهداشت فردی تا چهار بار از یک سرنگ انسولین استفاده کنند، پس از تزریق برای استفاده مجدد از سرنگ، انسولین باقی مانده در آن را تخلیه کرده، سرپوش سوزن را در محل خود قرار داده و سرنگ را در یخچال نگهداری کنید.</li><li>- انسولین هرگز نباید منجمد شود.</li><li>- انسولین را تا یک ماه می توان در حرارت اتاق نگهداری کرد. اگر در مدت یک ماه مصرف نشود باید در یخچال (درب) گذاشته شود، زیرا در غیر این صورت اثر خود را از دست خواهد داد.</li><li>- از تکان دادن بیش از حد شیشه انسولین خودداری کنید زیرا باعث از دست دادن اثر دارو می گردد.</li><li>- انسولین NPH (شیری رنگ) را قبل از مصرف برای یکنواخت شدن، بین دو دست افقی قرار داده و در کف دست به آرامی غلتانده شود تا انسولین مخلوط شده و مایع یکنواخت به دست آید.</li><li>- قبل از مصرف لازم است شیشه انسولین را از نظر وجود ذرات خارجی و یخ زدگی بررسی کنید.</li><li>- از قرار دادن شیشه انسولین در برابر نور مستقیم آفتاب خودداری کنید.</li><li>- تزریق انسولین سرد دردناک است، بهتر است قبل از تزریق 30 دقیقه آن را در دمای اتاق قرار داده و سپس تزریق کنید.</li><li>- سرنگ های استفاده شده را در یک ظرف پلاستیکی محکم (ظرف خالی مواد شوینده) بیندازد.</li><li>- درپوش پلاستیکی شیشه های انسولین را با پنبه آغشته با الکل تمیز کنید.</li><li>- در زمان کشیدن انسولین داخل سرنگ مقداری هوا، با سرنگ کشیده و داخل ویال های انسولین (شفاف و شیری رنگ) وارد کنید.</li><li>- شیشه را برگردانید و میزان انسولین لازم را وارد سرنگ کنید.</li><li>- در صورت تزریق دو نوع انسولین، ابتدا انسولین شفاف را در سرنگ بکشید و سپس انسولین ان پی ایچ (شیری رنگ) را وارد سرنگ کنید.</li><li>- محل تزریق را به دقت انتخاب کرده و به طور منظم تغییر دهید و حتی الامکان از عضلاتی که فعالیت زیادی دارند استفاده نکنید.</li><li>- شکم (دو طرف شکم به فاصله 4 انگشت از ناف)، بازوها (بالا و بیرونی)، پاها (روی ران ها به طرف بالا و بیرون) از مناسب ترین قسمت ها برای تزریق انسولین می باشند.</li><li>- در زمان تزریق انسولین در ناحیه شکم سرنگ را با زاویه 90 درجه یا مستقیم، و در بازو و ران با زاویه 45 درجه یا مایل وارد پوست کنید.</li><li>- استفاده از الکل برای تمیز کردن پوست توصیه نمی شود.</li><li>- با یک دست، پوست محل تزریق را بکشید و ناحیه وسیعی را با انگشتان بگیرید تا محل تزریق ثابت شود با دست دیگر سرنگ را مانند مداد بگیرید و سوزن را به طور عمودی وارد پوست کنید و پیستون را تا آخر فشار دهید.</li></ul>	
<b>در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>- در صورتی که قادر به تزریق انسولین نبودید و یا در محل تزریق تغییراتی مانند تغییر غیرطبیعی رنگ پوست یا ایجاد برآمدگی غیرطبیعی رخ داد</li><li>- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی</li></ul>	