

أسلوب الحياة الصحي

نصائح وارشادات اعطاء
الانسولين



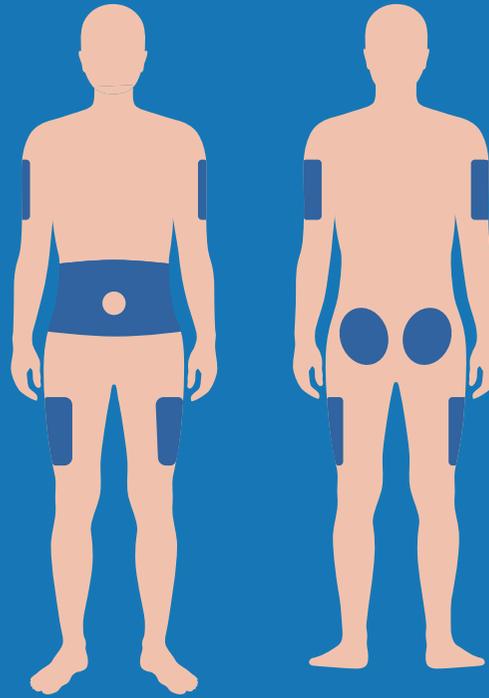
Follow Us:



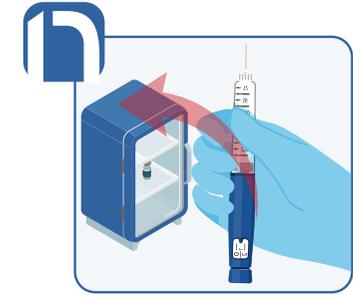
phccqatar

www.phcc.qa

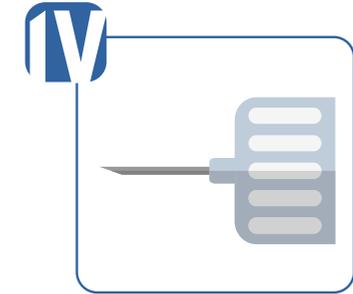
مواقع حقن الانسولين



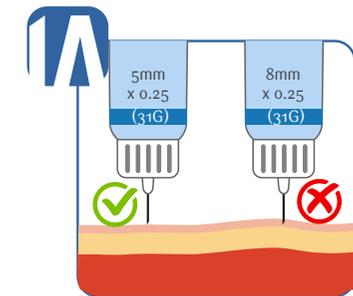
Adopted from: American Diabetes Association. (2018).
9. Pharmacologic Approaches to Glycemic Treatment: Standards
of Medical Care in Diabetes2018 Diabetes care,



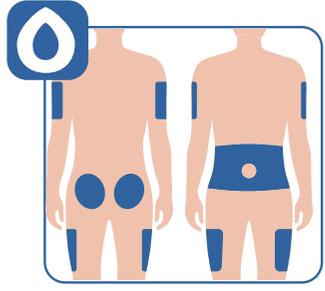
يجب عدم استخدامه قلم الأنسولين الذي تم فتحه
لمدة لا تزيد عن ٢٨ يوماً، أو وفقاً لتعليمات الشركة
المصنعة. تخزين الكمية الإضافية من الأنسولين
في الثلاجة. (تحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية قبل
الاستخدام).



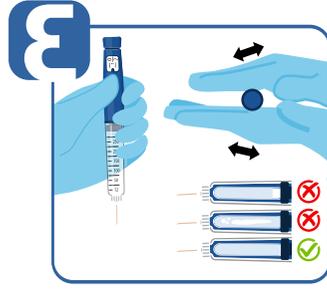
استخدمه إبرة جديدة في كل مرة لمنع العدوى
وتقليل الألم.



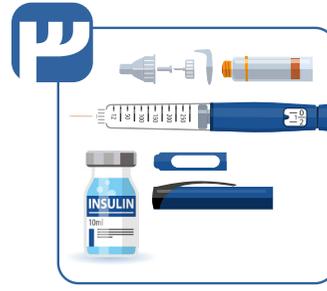
استخدمه إبر أقصر وذات قطر أصغر لتقليل الألم
وامتصاص أفضل.



اختر موقع الحقن. (لا ينصح بان تحقن الجزء الظلغي من ذراعك بنفسك).



إذا كنت تستخدم الأنسولين المعلق (المعكر)، فاخذه عن طريق لفة ١٠ مرات ورجه ١٠ مرات للتأكد من اختلاطه جيدًا. (لا يحتاج الأنسولين الصافي إلى الخلط).



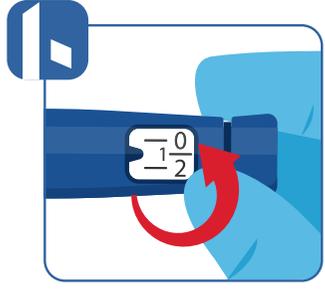
جهز جميع الأدوات اللازمة، بما في ذلك قلم الأنسولين وإبرة القلم.



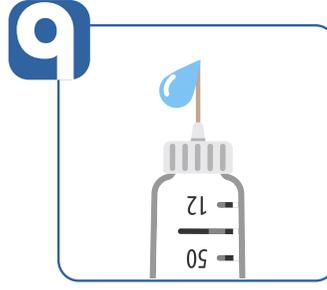
احرص على ان يكون موقع الحقن نظيف وان تكون يديك نظيفة. (استخدام الكحول غير ضروري)



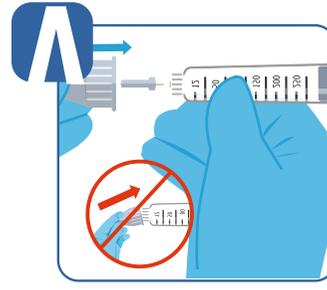
اخرج دائما قلم الانسولين من التلاجة قبل وقت الحقن ب ١٥ دقيقة لأن الأنسولين البارد يسبب ألم أكثر



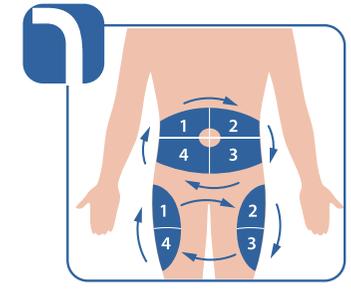
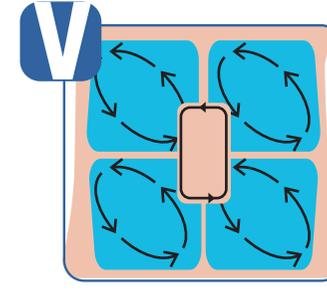
اختر القلم الخاص بك. اضبط مؤشر الجرعة على الجرعة الموصى بها من قبل الطبيب.



اوصل إبرة القلم الخاص بك وقم بإزالته كل من الغطاء الخارجي والداخلي للإبرة. اظهرت قطرات على إبرة القلم فستكون الإبرة الخاصة بك تعمل بشكل جيد، وإذا لم يكن الأمر كذلك، فقم بتكرار الخطوات حتى تخرج القطرات من الإبرة. وتتم هذه الخطوة مرة واحدة فقط لكل قلم عندما يفتح لأول مرة



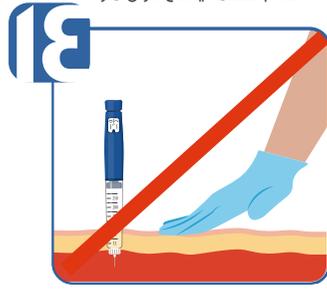
بدل بالتناوب داخل اماكن الحقن لمنع مشاكل الجلد وتعزيز امتصاص الأنسولين.



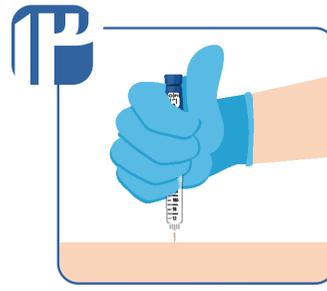
بدل بين اماكن الحقن بالتناوب.



قم بإزالة إبرة القلم وتخلص منها في حاوية الأدوات الحادة ومن ثم اغلق غطاء القلم.



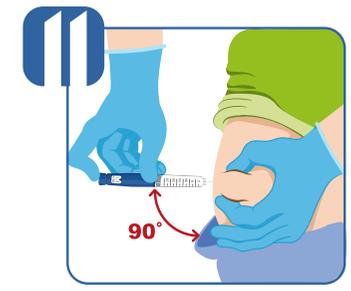
لا تقوم بتدليك منطقه الحقن ابدا.



أسحب الإبرة من الجلد برفق.



ادفع زر القلم بأصبع الإبهام تمامًا وببطء. قم بالعد إلى ١٠ خلال حقنك للأنسولين، (قد يتعين عليك حساب أكثر من ١٠ ثوانٍ لجرعات أكبر).



ضع إبرة القلم في الجلد بزواوية ٩٠ درجة.