

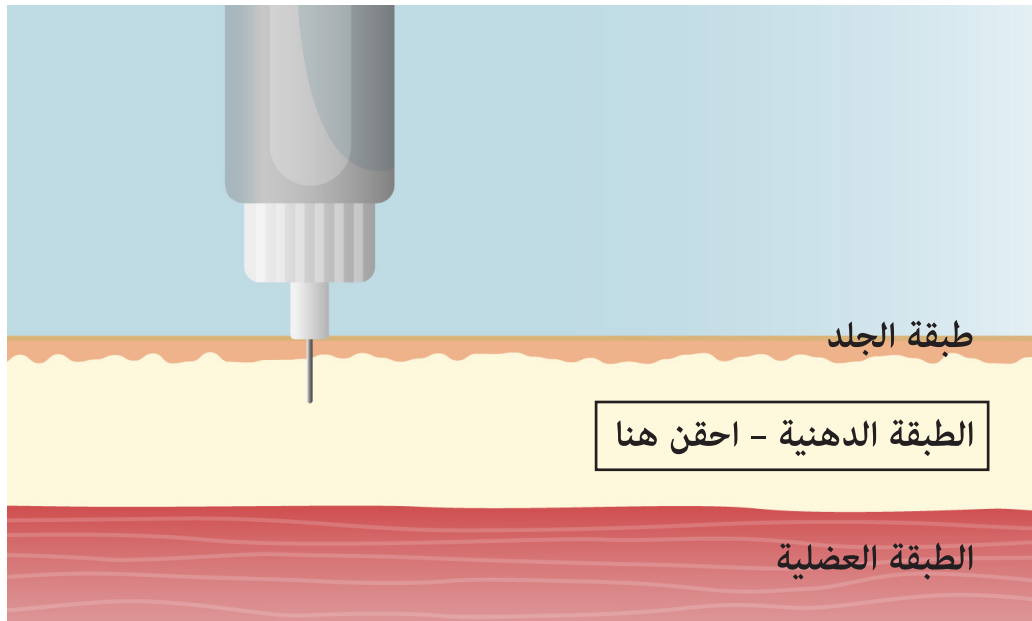
كيفية تناول الأنسولين أو GLP-1

من المهم استخدام التقنية الصحيحة إذا كنت تتناول الأنسولين أو الأدوية المحفزة لمستقبلات الببتيد شبيه الجلوكاجون-1 (GLP-1). هذه التقنية هي نفسها بغض النظر عن نوع مرض السكري لديك.

احتمالية أن يكون للدواء التأثير المطلوب هي الأقوى في حالة اتباع الوصف في هذا الدليل. اقرأ دائماً التعليمات الواردة في النشرة الدوائية بشأن كيفية تخزين الدواء وطريقة التعامل معه.

لست بحاجة في الحياة اليومية إلى تنظيف الجلد بالمعقم الكحولي قبل أخذ الأنسولين أو GLP-1. أما إذا كنت ترقد في المستشفى، فمن المستحسن تعقيم الجلد أولاً.

كيفية تناول الدواء



يجب حقن الدواء في الطبقة الدهنية أسفل الجلد.

التحضير

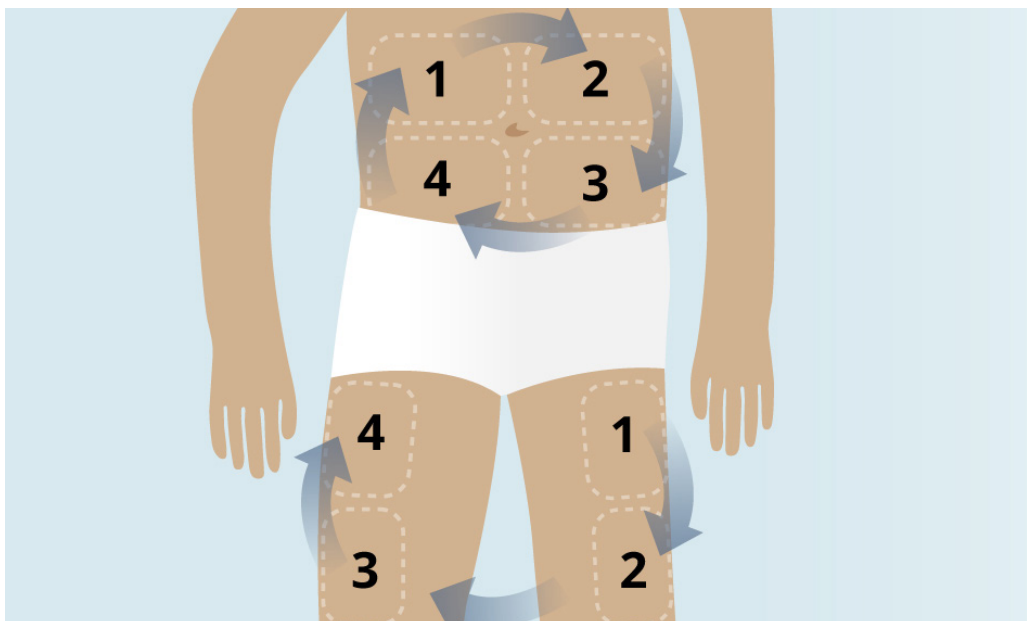
1. اختر إبرة حقن 4 أو 5 ملليمتر.
2. استخدم إبرة جديدة في كل مرة.
3. ثبت الإبرة بإحكام على القلم. قم بإزالة الغطاء الواقي الخارجي والداخلي.
4. جرّب القلم: اضبط القلم على وحدتين. أمسك القلم في وضع عمودي بحيث تكون الإبرة لأعلى واضغط على المكبس إلى الأسفل. عندما ترى أن هناك قطرة تتشكل على طرف الإبرة، فهذا يعني أن القلم جاهز للاستخدام. كرر تجربة القلم إذا لم تتمكن من رؤية قطرة على طرف الإبرة. يجب اختبار الأقلام التي تحتوي على الأنسولين في كل مرة، بينما يجب اختبار الأقلام التي تحتوي على GLP-1 في المرة الأولى فقط.
5. الآن اضبط القلم على الجرعة المقررة.

الحقن

1. قم بإدخال الإبرة عمودياً (بزاوية قائمة مقدارها 90 درجة) في الجلد المسطح. لا تضغط على القلم بقوة على الجلد حتى لا تُحدث شقوقاً فيه.
2. اضغط على المكبس إلى الأسفل. ولضمان حصولك على الجرعة المقررة بالكامل، ابقِ على المكبس مضغوطاً إلى الأسفل وبقم بالعدّ ببطء إلى 6 على الأقل قبل سحب الإبرة.
3. ثم قم بإزالة الإبرة من القلم وألقِ بها في صندوق الإبر.

إذا كنت بحاجة إلى جرعة أكبر من الأنسولين، فقد يوصي المعالج بتقسيم الجرعة إلى قسمين. وهذا قد يؤدي في بعض الحالات إلى تحسين امتصاص الأنسولين، مما سيجعله بالتالي أفضل تأثيراً.

المناطق الموضحة في الرسم أدناه هي المناطق الأكثر استخداماً لحقن الأنسولين و 1-GLP. ولكن في حالة الأنسولين، يمكن أيضاً استخدام الجزء العلوي من الذراع والجزء العلوي من الأرداف. تحدث إلى معالجك حول منطقة الحقن.



إليك كيفية تبديل مكان الحقن مما سيعود عليك بالفائدة.

تجنب تراكم الدهون والأنسجة النديبة (التضخم الشحمي)

إذا كنت تقوم بحقن الأنسولين أو 1-GLP عدة مرات في نفس المنطقة، فهناك خطر حدوث تراكم للدهون والأنسجة النديبة (التضخم الشحمي) أو تليفات أو تكتلات صلبة في الأنسجة الدهنية. ولتجنب ذلك، يمكنك القيام بما يلي:

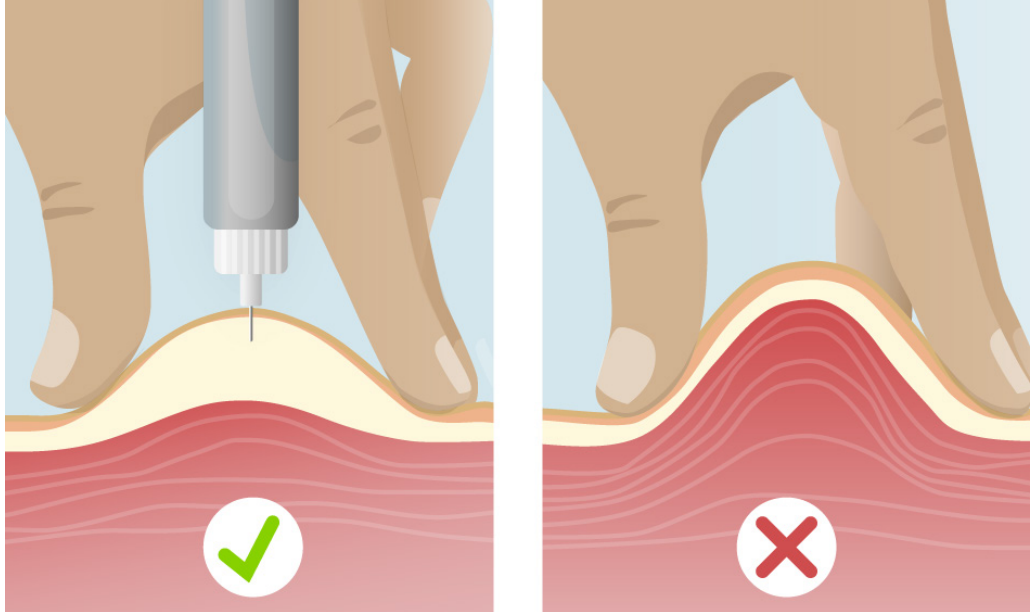
1. قم بتغيير مكان الحقن في كل مرة تأخذ فيها الأنسولين أو 1-GLP.
2. ابتعد مسافة 2 سم على الأقل عن آخر نقطة حقنت فيها.
3. استخدم إبرة جديدة في كل مرة تحتاج إلى أن تأخذ الأنسولين أو 1-GLP.

إذا كنت تشك في حدوث تراكم للدهون والأنسجة النديبة (التضخم الشحمي) أو تليفات أو تكتلات صلبة، فيجب عليك تجنب الحقن في تلك المنطقة والتحدث إلى معالجك حول ذلك في زيارتك التالية.

متى يجب الحقن في ثنية مرفوعة من الجلد؟

إذا كان مؤشر كتلة الجسم أقل من 18.5، أو إذا كان معالجك يقدّر أنه ليس لديك الكمية الكافية من الأنسجة الدهنية في مكان الحقن، فيجب عليك عندئذ الحقن في ثنية مرفوعة من الجلد.

1. أمسك بثنية من الجلد بين إبهامك وإصبع السبابة وارفعها وابق عليها مرفوعة.
2. قم بإدخال الإبرة بشكل عمودي (بزواوية قائمة مقدارها 90 درجة) في الجزء العلوي من ثنية الجلد (انظر الرسم). لا تضغط على القلم بقوة على الجلد حتى لا تُحدث شقوقاً فيه.
3. أمسك بثنية الجلد إلى أن يتم سحب الإبرة.
4. ثم اتبع الخطوتين 2 و 3 الوارد ذكرهما في فقرة «الحقن» أعلاه.



احرص على عدم رفع أي أنسجة عضلية عند رفع ثنية الجلد.

توصيات عامة

- يجب تخزين عبوات الأنسولين و 1-GLP غير المفتوحة في العلبة أو في صندوق في الثلاجة.
- يتم تخزين أقلام الأنسولين أو 1-GLP المستخدمة في درجة حرارة الغرفة وعليها دائماً غطاء القلم لحماية محتوياتها من الضوء.
- إذا تغير لون محتويات قلم الأنسولين أو قلم 1-GLP، أو تجاوزت تاريخ انتهاء الصلاحية، أو تم تخزينها بشكل غير صحيح (وفقاً للنشرة الدوائية)، فيجب عندئذ التخلص منها.
- بمجرد تجاوز المكبس في القلم الخط الأخير، يجب عندئذ التخلص من القلم.
- تحتوي الأقلام الفارغة على بقايا الدواء. لذلك يجب تسليمها إلى الصيدلية حتى يمكن التخلص منها بشكل صحيح.
- يمكن شراء صناديق الإبر من الصيدلية. ويتم إعادة الصناديق المملوءة إلى الصيدلية جنباً إلى جنب مع الأقلام المستخدمة.
- أنواع قليلة جداً من الأنسولين يجب خلطها أو حقنها في منطقة معينة.
- إذا كنت في حيرة من أمرك، يرجى الاتصال بالمعالج الخاص بك.

اقرأ المزيد على www.videncenterfordiabetes.dk

الاتصال:

إذا كانت لديك أية أسئلة أو استفسارات، يرجى الاتصال بالخدمة الاستشارية التمريرية “Sygeplejerådgivningen” على الهاتف 39680800 في أيام الأسبوع من الساعة الثامنة صباحاً حتى الرابعة عصرًا (8:00-16:00).

Steno Diabetes Center Copenhagen

Borgmester Ib Juuls Vej 83

Herlev 2730