

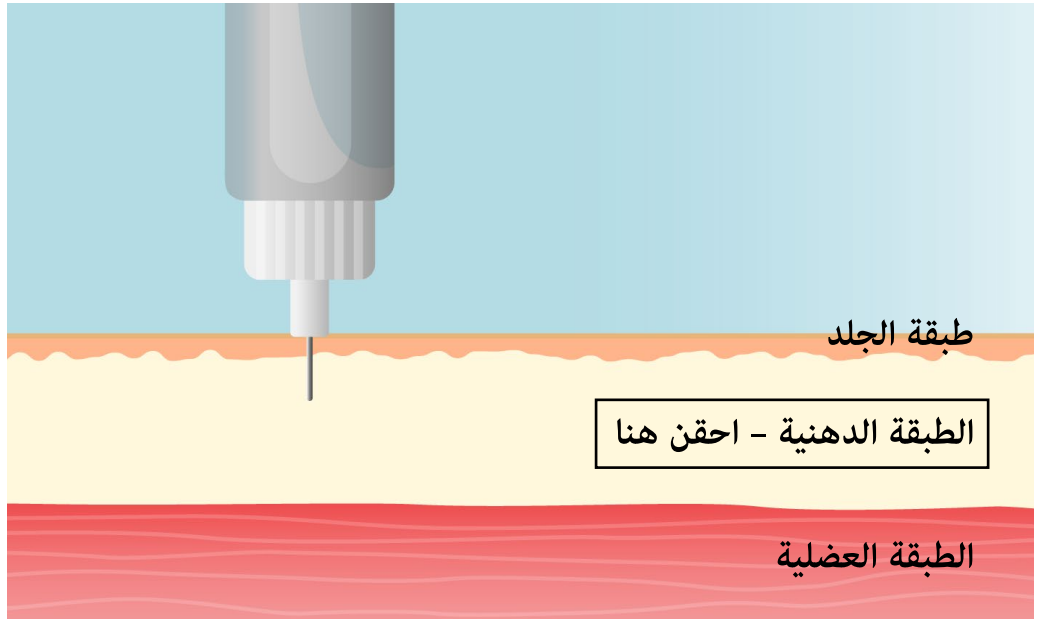
كيفية تناول الأنسولين أو GLP-1

استخدم التقنية الصحيحة

احتمالية أن يكون للدواء التأثير المطلوب هي الأقوى إذا اتبعت الوصف في هذا الدليل. وينطبق الوصف بغض النظر عن نوع مرض السكري الذي تعاني منه.

لست بحاجة في الحياة اليومية إلى تنظيف الجلد بالمعقم الكحولي قبل حقن الأنسولين أو GLP-1. أما إذا كنت ترقد في المستشفى، فيُوصى بتعقيم الجلد قبل الحقن.

كيفية حقن الدواء



يجب حقن الدواء في الطبقة الدهنية أسفل الجلد.

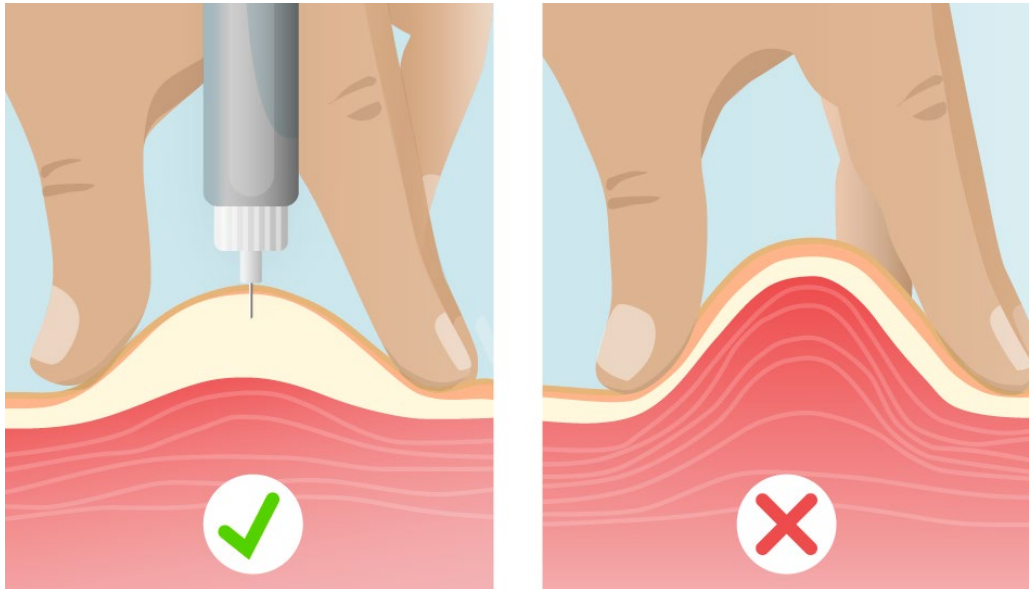
التحضير

1. استخدم إبرة جديدة في كل مرة.
2. اختر إبرة بطول 4 ملليمتر. يُوصى باستخدام إبرة بطول 4 ملليمتر لجميع البالغين بغض النظر عن العمر أو الجنس أو العرق أو مؤشر كتلة الجسم.
3. جَرِّب القلم: يجب تجريب الأقلام التي تحتوي على الأنسولين و GLP-1 قبل كل حقنة للتأكد من وجود ثقب في الإبرة وملئها قبل الاستخدام. اضبط القلم على 1-2 وحدة (في حالة الأنسولين) أو على رمز الاستعداد بجوار المؤشر (في حالة GLP-1). ابقِ على الإبرة مضغوطة لأسفل في أكبر غطاء واقٍ واضغط المكبس بالكامل إلى الأسفل. عندما ترى أن هناك قطرة تتشكل على طرف الإبرة، فهذا يعني أن القلم جاهز للاستخدام. كرر تجريب القلم إذا لم تتمكن من رؤية قطرة على طرف الإبرة.
4. 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 فيه شقوقاً.
 2. اضغط المكبس بالكامل إلى الأسفل. ولضمان حصولك على الجرعة المقررة بالكامل، ابق على المكبس مضغوطاً إلى الأسفل وقم بالعد ببطء حتى 10 قبل سحب الإبرة.
 3. ضع الغطاء الواقي الخارجي على الإبرة. ثم انزع الإبرة من القلم وألقها في صندوق الإبر.
- إذا كنت بحاجة إلى جرعة أكبر من الأنسولين، فقد يوصيك المعالج بتقسيم الجرعة إلى قسمين. وهذا يمكن أن يُحسّن امتصاص الأنسولين، مما سيجعل مفعوله بالتالي أفضل.

الحقن في ثنية مرفوعة من الجلد



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

إذا كان لديك مؤشر كتلة جسم منخفض، أو إذا رأى معالجك أنك لا تمتلك ما يكفي من الأنسجة الدهنية للحقن، فيجب عليك الحقن في طية جلدية مرفوعة، كما هو موضح في الرسم أعلاه.

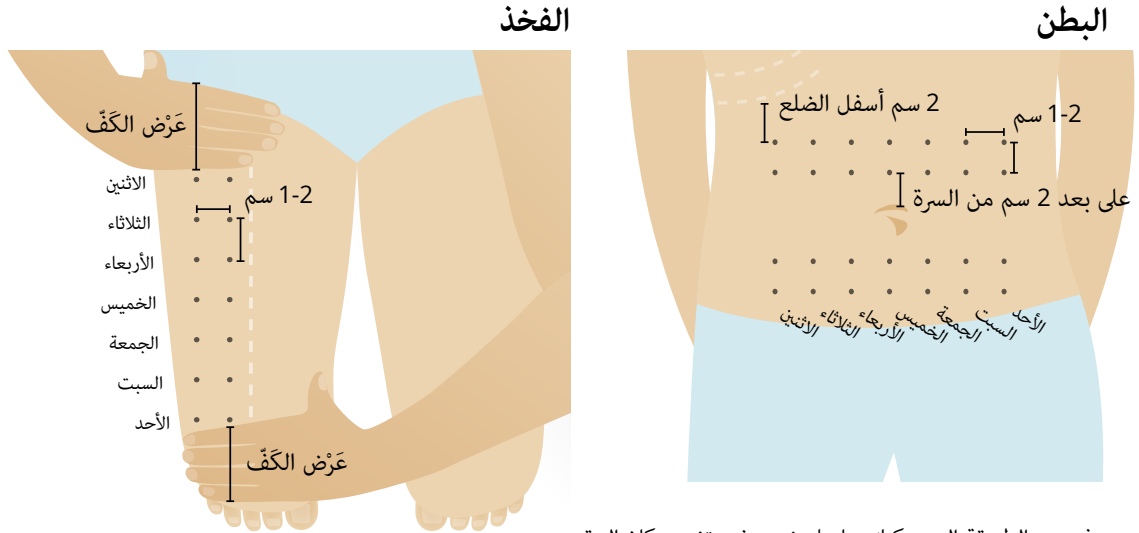
1. ارفع ثنية من الجلد بين الإبهام والسبابة وقم بإدخال الإبرة عمودياً (بزاوية 90 درجة) في الجزء العلوي من ثنية الجلد (انظر الشكل). لا تضغط القلم بقوة على الجلد حتى لا تُحدث فيه شقوقاً.
2. استمر في رفع الجلد والعدّ ببطء حتى 10 قبل سحب الإبرة للخارج.
3. ثم اتبع الخطوات 2 و 3 الوارد ذكرهما في فقرة «الحقن» أعلاه.

تجنب التضخم الشحمي

إذا كنت تقوم بحقن الأنسولين أو GLP-1 عدة مرات في نفس المنطقة، فهناك خطر حدوث تراكم للدهون والأنسجة النديبة (التضخم الشحمي) أو تليّفات أو كتلات صلبة في الأنسجة الدهنية.

ولتجنب ذلك، يمكنك القيام بما يلي:

- ابتعد مسافة 1 إلى 2 سم على الأقل عن آخر نقطة حقنت فيها.
- استخدم إبرة جديدة في كل مرة تحتاج فيها إلى الأنسولين أو GLP-1.



هذه هي الطريقة التي يمكنك بها على نحو مفيد تغيير مكان الحقن.

المناطق الموجودة في البطن والفخذين، كما هو موضح في الرسومات أعلاه، هي الأكثر استخدامًا لحقن الأنسولين و GLP-1. ولكن يمكن أيضًا استخدام الذراعين العلويتين والأرداف. تحدث مع معالجك حول موقع الحقن.

في كتيب «كيفية توزيع الأنسولين والبيتيد الشبيه بالجلوكاجون GLP-1 على الجسم»، والذي يمكنك العثور عليه على www.sdcc.dk، يمكنك أن تقرأ عن أفضل طريقة لتوزيع الحقن.

إذا كنت تشك في أن هناك تراكمًا للدهون والأنسجة النديبة (التضخم الشحمي) أو تليفات أو تكتلات صلبة، فعليك تجنب الحقن في تلك المنطقة والتحدث مع معالجك عن ذلك في زيارتك القادمة.

توصيات عامة

- يجب تخزين عبوات الأنسولين و GLP-1 غير المفتوحة إما في العلبة أو في صندوق في الثلاجة. أخرج قلمًا جديدًا قبل وقت كافٍ ليكون في درجة حرارة الغرفة عندما تحتاج إلى استخدامه.
- يجب تخزين الأقلام المستخدمة في درجة حرارة الغرفة وعليها دائمًا غطاء القلم لحماية محتوياتها من الضوء.
- تأكد من أنه لم يتم تجاوز تاريخ انتهاء الصلاحية المكتوب على القلم عند استخدامه.
- هناك بعض أنواع الأنسولين التي تحتاج إلى خلطها أو حقنها في منطقة معينة.
- بمجرد أن يتجاوز المكبس في الأقلام التي بها الأنسولين المراد خلطه قبل الاستخدام السطر الأخير، قد تصبح الجرعة غير دقيقة. وبالتالي يجب عندئذ التخلص من القلم.
- إذا تغير لون محتويات قلم الأنسولين أو قلم GLP-1، أو تجاوز تاريخ انتهاء الصلاحية، أو تم تخزينه بشكل غير صحيح (وفقًا للنشرة الدوائية)، فيجب عندئذ التخلص من القلم.
- تحتوي الأقلام الفارغة والإبر المستخدمة على بقايا دواء. لذلك يجب تسليمها إلى الصيدلية حتى يتم التخلص منها بشكل صحيح.
- يمكن شراء الصناديق الخاصة بالإبر المستخدمة من الصيدلية. ويتم إعادة الصناديق المملوءة إلى الصيدلية.

الاتصال:

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

Steno Diabetes Center Copenhagen
Borgmester Ib Juuls Vej 83
Herlev 2730