



## تزریق انسولین در کودکان

دیابت نوع ۱ در کودکان وضعیتی است که در آن بدن کودک شما به میزان کافی هورمونی به نام

انسولین را تولید نمی کند. کودک برای زنده ماندن به انسولین نیاز دارد، بنابراین کمبود انسولین بدن باید جبران شود. دیابت نوع ۱ در کودکان قبلاً به عنوان دیابت کودکان یا دیابت وابسته به انسولین شناخته می شد. تشخیص دیابت نوع ۱ در کودکان، به خصوص در ابتدا، می تواند کمی دشوار باشد. پس از ابتلای فرزندان، شما و او باید یاد بگیرید که چگونه انسولین تزریق کنید، کربوهیدرات ها را بشمارید و قندخون او را کنترل کنید. سن مناسبی برای کودک وجود ندارد که تزریقات را خودش انجام دهد. برخی از کودکان ترجیح می دهند این کار را خودشان انجام دهند. برخی دیگر از کودکان ترجیح می دهند تا زمانی که کاملاً آماده نشوند از یک بزرگسال برای تزریق انسولین استفاده کنند. فرزند شما باید در این مورد تصمیم بگیرد و وقتی احساس کرد که آماده است، می توانید کمک کنید تا خودش این مسئولیت را انجام دهد. وقتی می گویند آماده هستند، آن ها را تشویق کنید. همچنین می توانید نحوه انجام آن را نشان دهید.

## کیت انسولین

۱. ابتدا به یک قلم انسولین نیاز دارید، قلم انسولین یکبار مصرف است و از قبل در

آن انسولین وجود دارد، بنابراین آماده استفاده

است. اگر از یک قلم چند بار مصرف استفاده می کنید، باید کارتریج انسولین را در آن قرار دهید.

۲. مورد بعدی سوزن است. سوزن، کوچک و نازک

است؛ زیرا فقط باید زیر پوست برود، نه داخل رگ

یا عضله و در نتیجه کمتر درد می کشید.

۳. به یک سطل مخصوص وسایل تیز و برنده نیاز دارید که بعد از تزریق انسولین،

سوزن را دور بیندازید.

در مورد انسولین های قلمی، قبل از باز شدن قلم، نگهداری انسولین داخل درب یخچال

و با دمای ۸-۲۰ درجه سانتی گراد و پس از باز شدن قلم، در دمای زیر ۲۵ درجه سانتی



گِراد (دمای اتاق) صورت پذیرد و فقط در معرض نور خورشید نباشد و نهایتاً تا یک ماه مصرف شود.

## نحوه‌ی تزریق انسولین

تزریق انسولین ساده است. فقط باید این شش مرحله را انجام دهید:

۱. دست‌های خود را بشویید و خشک کنید.
۲. محل تزریق را انتخاب کنید، به دنبال بافت چربی هستید بنابراین می‌توانید شکم، ران یا باسن خود را انتخاب کنید. برای هر بار تزریق یک محل جدید را انتخاب کنید (حداقل به اندازه‌ی ۱ سانتی‌متر از محل تزریق قبلی فاصله داشته باشید).
۳. سوزن را به قلم انسولین وصل کنید. هر دو درپوش را بردارید و دو واحد انسولین بگیرید. قلم را به سمت هوا بگیرید و پیستون را فشار دهید تا انسولین از بالای سوزن خارج شود. سوزن هر بار تعویض شود و یا نهایتاً هر سه بار مصرف، سوزن تعویض شود (در اثر استفاده بیشتر، سوزن کند می‌شود).
۴. وقتی آماده شدید، مطمئن شوید که محل تزریق تمیز و خشک است، دوز خود را تنظیم کنید و سوزن را با زاویه‌ی ۹۰ درجه وارد کنید. پیستون را فشار دهید تا به صفر برسد.
۵. به آرامی تا ۱۰ بشمارید تا انسولین وارد بدن شود و سپس سوزن را بیرون بیاورید.
۶. در آخر سوزن را در سطل زباله بیاندازید.

## قلم انسولین

معمولاً انسولین را چهار بار یا بیشتر در روز با قلم انسولین تزریق خواهید کرد. استفاده از قلم‌های انسولین نسبتاً آسان است. تزریق‌های اول کمی دردناک و اذیت‌کننده خواهد بود اما با گذشت زمان تزریق آسان‌تر می‌شود. قلم انسولین تنها راه مصرف انسولین نیست. ممکن است کودک ترجیح دهد از پمپ انسولین استفاده کند.

## چگونه به کودک خود در تزریق انسولین کمک کنیم؟

مهم‌ترین نکته این است که تا حد امکان او را حمایت کنید. در اینجا به چند مورد از آن‌ها اشاره شده است:



➤ به فرزندتان فشار نیاورید که خودش تزریقات را انجام دهد. صبر کنید تا آماده شود.  
➤ اگر می‌خواهند مسئولیتی را برعهده بگیرند، تزریق را خودتان انجام ندهید. آن‌ها را تشویق کنید تا دیابت خود را کنترل کنند.

➤ به یاد داشته باشید که حتی زمانی که فرزندتان تزریقات خود را انجام می‌دهد، ممکن است تمایلی به انجام آن‌ها نداشته باشد. در صورت تمایل پیشنهاد دهید که تزریقات آن‌ها را خودتان انجام دهید.

➤ مراقب بهانه‌های آن‌ها باشید، فقط در صورتی که عادت‌های بدی پیدا کردند.  
➤ مطمئن شوید که انسولین را به جایی که بلافاصله برای یک فعالیت استفاده کردند، تزریق نمی‌کنند. مثلاً درست قبل از بازی فوتبال به پای کودک انسولین تزریق نکنید زیرا باعث می‌شود انسولین سریع‌تر عمل کند و در نتیجه احتمال هیپوگلیسمی (افت قندخون) را افزایش می‌دهد.

## پمپ‌های انسولین



برخی از کودکان و نوجوانان به جای قلم انسولین از پمپ انسولین استفاده می‌کنند. این پمپ در طول روز و شب دوزهای انسولین سریع‌ال‌اثر می‌دهد. همچنین اگر سطح

قند خون خیلی بالا می‌رود، می‌توانید دوز را برای تأمین انسولین بیشتر تغییر دهید. اگر کودک مایل به استفاده از پمپ است، از یک متخصص راهنمایی بخواهید. برخی از کودکان ترجیح می‌دهند که تزریق کنند زیرا این پمپ همیشه به بدن وصل است و احساس می‌شود.

## نحوه‌ی تزریق انسولین به نوزاد



تزریق انسولین به نوزاد در ابتدا می‌تواند ترسناک باشد، اما با گذشت زمان آسان‌تر می‌شود. در این خصوص، پزشک آموزش‌های لازم را خواهد داد. برخی از قلم‌های انسولین نصف واحد انسولین می‌دهند که می‌تواند برای نوزاد کافی باشد. همچنین ممکن است به جای آن پمپ انسولین به نوزادتان داده شود. اگر ثابت نگه داشتن نوزاد دشوار است، او را محکم روی زانوی خود نگه‌داشته و تزریق کنید. دقت داشته باشید که تغییر مکان تزریق مهم است.



واحد آموزش به بیمار - مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



آموزش به بیمار

کد ۲۰۳

## تزریق انسولین در کودکان



مطیم‌کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقا  
سلامت)

تأییدکننده: دکتر وحید سعیدی (فوق تخصص غدد متابولیسم کودکان، عضو  
هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>