



مواقع حقن الأنسولين

## أرشادات الانسولين:

- وضع خطة التناوب لمواقع الحقن.
- لا تستخدم محاقن الأنسولين أكثر من مرة.
- يجب تناول الأنسولين قصير المفعول قبل تناول الوجبة. تأكد من البدء في الأكل خلال 5 دقائق من تناول الأنسولين أو انخفاض نسبة الجلوكوز في الدم.

## حفظ او تخزين الانسولين:

- التبريد هو الأفضل لتخزين الأنسولين غير مفتوح. ومع ذلك ، بمجرد فتح الأنسولين ، يمكن الاحتفاظ به في درجة حرارة الغرفة (أقل من 75 درجة فهرنهايت) لمدة تصل إلى شهر. بعد شهر ، تتناقص قوة ونقاء الأنسولين.
- يمكن ترك أقلام أو زجاجات الأنسولين المفتوحة خارج الثلاجة لمدة تصل إلى شهر. بعد شهر يجب اتلافه والتخلص منه لأن الأنسولين قد يفقد قوته.
- لا تستخدم الأنسولين بعد تاريخ انتهاء الصلاحية المطبوع على جانب الزجاجاة أو بعد فتحه لمدة شهر واحد.
- لا تجمد الأنسولين. إذا تم تجميدها عن طريق الخطأ ، فتخلص منها لأن التجمد يسبب فقدان الأنسولين لقوته.
- إذا أصبح الأنسولين الصافي غائماً أو أصفر ، فلا تستخدمه. هذا يعني أنها ملوثة أو فقدت قوتها

## السلامة:

- عند السفر ، خذ معك كمية كافية من الأنسولين لرحلتك. حافظ على الأنسولين والمحاقن أو إبر القلم معك بدلاً من تركها في حقائبك أو سيارتك.
- أن تضع في اعتبارها حيث يتم تخزين المحاقن والإبر. خاصة إذا كان هناك أطفال صغار في منزلك.
- بعد استخدام الحقنة ، لا ترجع الغطاء الابرة. ضع المحقنة المستخدمة أو إبرة القلم في زجاجة بلاستيكية صلبة أو علبة مع غطاء. عندما تكون الحاوية ممتلئة ، ضع الغطاء عليها ، ثم اربطها بأمان في مكانها ورميها بعيداً.

الأنسولين القصير المفعول: \_\_\_\_\_ كم من الوقت يعمل في جسدي \_\_\_\_\_

الأنسولين طويل المفعول: \_\_\_\_\_ كم من الوقت يعمل في جسدي \_\_\_\_\_

أخرى: \_\_\_\_\_ كم من الوقت يعمل في جسدي \_\_\_\_\_