

## 胰岛素和进餐之间的间隔

对注射胰岛素和开始进餐之间间隔时间的一般建议见下表。在某些情况下必须个案处理。进餐前若有低血糖症，首先应将其解决并缩短时间段。

胰岛素种类	建议间隔
NPH	45-60 分钟
速效（正规）胰岛素	20-30 分钟
速效-NPH预混	20-30 分钟
超快速胰岛素类似物	无须等待
慢速胰岛素类似物	与进餐无关联
胰岛素类似物 - NPH预混	无须等待

## 请记住……

正确的注射技巧有利于改善糖尿病的控制。



本手册内的信息是对医务人员建议的补充，在任何情况下都不能替代该建议。

10719-10/08



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE DIABETES

GRUPO DE ESTUDIO SOBRE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA



DIABETES EDUCATION RESEARCH GROUP

# 糖尿病

## 胰岛素注射技巧



Distribuido por:



Avda. del Maresme, 120 - 08918 Badalona (Barcelona)  
Tel. 935 071 000 - Fax. 932 780 215  
Tel. Atención al Cliente: 935 071 044 - 902 301 334  
www.menarinidiag.es - www.diabetesmenarini.com

Fabricante:  
Arkray Factory, Inc.

胰岛素的给药技巧很重要，因为如果操作不当，会在注射区域产生异变（血肿、脂肪代谢障碍……）造成糖尿病控制不佳。

## 胰岛素的储存

**使用中的胰岛素**在常温下(15-30°C)可保存至一个月。如果温度更高，应保存在软木容器、冷藏箱或便携保温瓶中。请记住注射冷胰岛素可能会引起疼痛。

**备用胰岛素**应保存在冷藏箱中，然而如果结冰应将其抛弃。

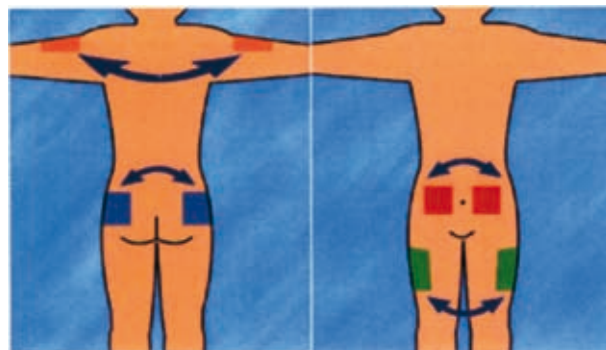
启用新包装时建议检查过期日期。

旅行中胰岛素应放置在手提行李中以防止发生问题，例如由行李丢失带来的问题。

## 注射须知

最通常的区域标示在图中并应轮流使用。重要提示，特定区域的体育锻炼可加快吸收速度。

建议垂直于身体注射，使用5至8毫米长的针并张紧皮肤。然而在某些情况下，提起小块皮肤和使用其他长度的针将会有帮助。附图中将指明对应于每个人的最佳注射方法。



## 用胰岛素药瓶注射

建议的程序是：

- 洗手。
- 如果胰岛素呈浑浊态请混合至均匀。
- 在胰岛素药瓶中加入相当于规定剂量并略多的空气。
- 将药瓶翻转但不要撤除针头。
- 取出比规定略多的胰岛素。
- 从药瓶上撤除针头。
- 将注射器置于眼睛高度，排除空气并调整剂量。

- 注射
- 拔出针头，勿揉搓。

如果在同一个注射器中混合使用两种胰岛素，也遵循前述做法，但是要在两个药瓶中都注入空气。重要的是首先装入速效胰岛素（透明），排除空气并随后装入慢效胰岛素（悬浊）。

## 使用“笔式注射器”注射

- 洗手。
- 如果胰岛素是浑浊的请混合至液体呈现均匀状态。
- 旋上针头。
- 将“笔”置于垂直位置，针尖朝上，确认有胰岛素滴出。
- 装入指定剂量。
- 注射胰岛素并将注射钮保持按下状态同时缓慢数至10。拔除针头，勿揉搓。
- 连着大的外笔帽旋下针头，如有必要则替换之。