

胰島素注射衛生教育指導

一、什麼人要注射胰島素？胰島素依賴型的糖尿病病人、吃藥還不能控制血糖者、糖尿病的孕婦、有其他合併症者。例如：腎臟功能不好、視網膜病變、足部潰瘍等。需接受手術或病菌感染時。

二、胰島素的種類與作用時間？

製劑	外觀	開始時間	高峰期	持續時間
短效胰島素	清	0.5~1 小時	2-4 小時	6~8 小時
中效胰島素	濁	1~2 小時	6-10 小時	12~24 小時

三、胰島素的保存

1. 未開封的胰島素，放置在冰箱冷藏室（2-8°C），不可置放於冷凍。
2. 筆型注射器若在使用中可放於適溫
3. 開封後使用中的胰島素，室溫勿超過 25°C，可放一個月。
4. 預先抽好胰島素必須存放在冰箱且不可超過 30 天。
5. 旅行時不可置於車內或飛機行李艙內。
6. 避免置放於陽光直射及溫度過高或過低的場所。
7. 使用前先檢查胰島素有無變色、雜質、結霜或其他變化，若有應停止使用。

四、胰島素注意事項

1. 注射前須洗手
 - (1) 長效胰島素每天需固定時間注射，不須進食。
 - (2) 速效胰島素混和胰島素，需注射後 10 分鐘內進食。
 - (3) 混和型胰島素內有速效與中常效胰島素，每次注射前須搖勻 20 下(務必了解個人使用胰島素的劑型)。
2. 注射部位採輪流更患部位，若一天注射一次可以腹部及大腿為優先選擇，注射位置間隔約一手指的寬度。
3. 採垂直注射，注射完停留 10 秒以上再拔針。

五、注射位置

1. 手臂：上臂中段外側
2. 腹部：腹部兩側(用拳頭將肚臍遮住不注射，往外約一個手掌寬的距離內注射)。
3. 大腿上半部外側。

六、注意事項

1. 用過針筒丟入不意穿透的硬殼容器避免針扎危險。
2. 針筒回收八分滿時，於回診時帶回醫院收集筒丟棄。
3. 胰島素注射前後觀察有無冒冷、汗虛弱等低血糖不適。
4. 注意胰島素劑型**速效胰島素混和胰島素**，需注射後 10 分鐘內進食。
5. 使用期間監測血糖變化。