nitya asha™

Rejoicing the gift of life

INSULIN

Technique, Schedule, Storage

इन्सुलिन

इंजेकशन घेण्याचे तंत्र, वेळापत्रक, साठवण

Supported By: Diabetes Unit,

KEM Hospital Research Center, Pune

इन्सुलिन इंजेकशन घेण्याचे तंत्र / Insulin Injection Techniques

- इन्सुलिन देण्यासाठी इंजेकशन (सुई) अथवा इन्सुलिन पेन वापरता येते. To take insulin we can use Syringes or insulin pen
- सध्या उपलब्ध सिरिज. Types of syringes available

४० आय. यू. सिरीज. 40 I.U Syringes

- लाल नीडल कॅपसह.
- Syringe with Red Cap
- लाल रंगाच्या टप्पे दर्शवणाऱ्या खुणा.
- Shows units in red color

१०० आय. यू. सिरीज. 100 I.U Syringes

- ❖ यात नारिंगी रंगाची कॅप असते.
- ❖ Syringes with orange cap
- ❖ काळ्या रंगाच्या टप्पे दर्शवणाऱ्या खुणा.
- ❖ Shows units in black color

पेन/ Pen

- **इन्सुलिनच्या योग्य मात्रे साठी रुग्णाने योग्य प्रकारची सिरिज काळजीपूर्वक निवडणे आवश्यक आहे.**
- **It is very important to use the right syringe to take accurate dose.**

- **इन्सुलिन ची बाटली तपासणे : प्रकार, मात्रा, वापरण्याची अंतिम मुदत, उत्पादकाचे चिन्ह आणि बाटली व्यवस्थित आहे किवां नाही हे सर्व तपासायला हवे**.
- Check the expiry date, type, quantity, color, company’s name and condition of the vial.

- **इन्सुलिन ची बाटली सूर्य प्रकश क्षेत्रात येणार नाही ह्याची काळजी घ्यावी. फ्रीज असल्यास फ्रीज च्या दारा मध्ये (फ्रीझर मध्ये ठेवू नये) इन्सुलिन ची बाटली ठेवावी. अथवा माती च्या मटक्या मध्ये किवां कपाटा मध्ये ठेवावी.**
- Store insulin vials in the Refrigerator (not in freezer) or Matka or cupboard. Do not expose to direct sunlight.

इन्सुलिन इंजेकशन घेण्याची पद्धत.

Steps to be followed while injecting insulin

1. तुमचे हात स्वच्छ धुवा. Wash your hands.

2. हाताच्या तळव्या मध्ये कुपी/ शिशी फिरवा असे केल्याने कुपी चे तापमान साधारण तापमानाला येईल व द्राव एकसारखे होईल. इन्सुलिनची कुपी / शिशी हलवू नये, तसे केल्यास बुडबुडे तयार होतील. If you are taking cloudy insulin inspect the contents for any changes such as clumping, frosting, or precipitation. Roll the bottle between your hands until it is uniformly cloudy. Never shake a bottle of insulin.

3. इन्सुलिन सिरीजमध्ये इन्सुलिन च्या निर्देशित मात्रे इतकी हवा आत ओढून घ्या. Draw air into the syringe equal to the dose of insulin you wish to take.

4. सिरींज इन्सुलिन व्हायलमध्ये खुपसा व पोकळी होवू न देता त्यात हवा सोडून द्या. Insert the needle into the rubber cap of insulin, push plunger down and inject the air into the vial.

5.इन्सुलिन व्हायल डोळ्यांच्या नजरेच्या उंची वर धारा आणि व्हायल मधून इन्सुलिनची योग्य मात्रा काढून घ्या. Holding the bottle upside down slowly and steadily draw the dose into the syringe.

6.इंजेकशन मध्ये इन्सुलिन घेतल्यानंतर नळीवर एक-दोन टिचक्या मारताच, बुडबुडे नाहीसे होतील. हवेच्या बुडबुड्यापासून तसा धोका नाही. परंतु त्यामुळे इन्सुलिनची मात्रा कमी होवू शकते. After the insulin is drawn into the syringe, one or two quick flicks against the syringe should allow the bubbles to escape. Air bubbles themselves are not dangerous but can reduce the amount of insulin actually injected.

7. इन्सुलिन चे इंजेकशन देताना हातात इन्सुलिन चे इंजेकशन एखाद्या पेना सारखे धारा, दुसऱ्या हाताचा अंगठा व तर्जनीने त्वचा व त्याखालील चरबी हलक्या हाताने निमटीत धारा. ९०/ ४५ अंश कोनात आणि ३-५ मिमी इतकेच आत सुई टोचा. While injecting insulin, hold the insulin syringe like a pen, with other hand lightly grasp a fold of skin and underlying fat between the thumb and the forefinger. Insert the needle at 90 or 45 degree for not more than that.

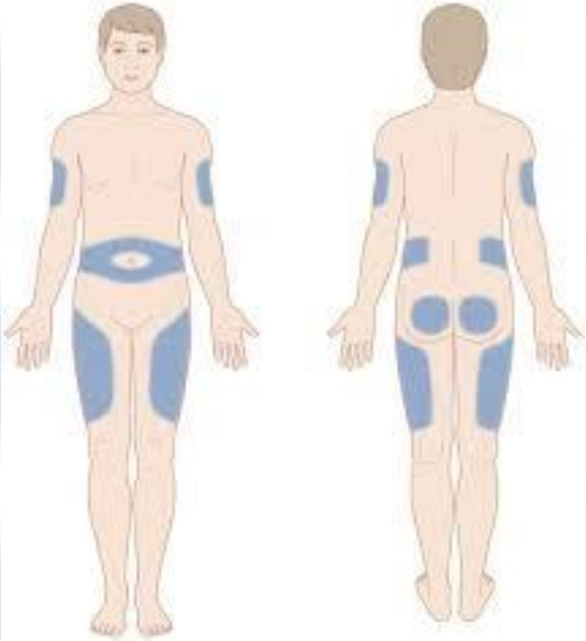
8. आता सावकाश इन्सुलिन शरीरात जाईल असे बघा. नंतर सुई बाहेर काढून घ्या ८ ते १० सेकंद न चोळता दाब द्या, त्यामुळे इन्सुलिन त्वरित शोषले जाते. Inject insulin. Pull out the needle. Press for 8 to 10 seconds without rubbings this hastens insulin absorption.

सुई टोचण्याच्या विविध जागा

Different Insulin Injection sites

इन्सुलिन इंजेकशन सामान्यतः या ठिकाणी दिले जाते.

Generally this are the sites most used for insulin injections.



१. पोटावर (बेंबी पासून दोन ते तीन बोटे दूर)

Abdomen (around the naval leaving a distance of 3 fingers)

२. मांडीवर (पुढच्या व बाहेरील बाजूवर)

Outer Front Thighs

३. बाहूंच्या वरच्या भागा वर.

On upper arms (leaving 3 fingers from shoulder and elbow)

इंजेकशन च्या जागा नियमीत बदलणे गरजे चे आहे.

Rotating injection site is very important. Rotate sites regularly.