مفصل معلومات برائے انسولین

مریضوں واہلِ خانہ کے لیے ہدایات

یہ کتابچہ انسولین کے بارے میں جامع معلومات و ہدایات فراہم کرتا ہے۔
اسے مریضوں کی جانب سے عام طور پر پوچھے جانے والے سوالات کے مدنظر تیار کیا گیا ہے۔

آغا خان یونیورسٹی ہسپتال، کراچی
The Aga Khan University Hospital, Karachi

A Unit of The Aga Khan Hospital and Medical College Foundation; Licensed under Section 42 of the Companies Ordinance, 1984;
Registered Office: Stadium Road, P. O. Box 3500, Karachi 74800, Pakistan

انسولین کیا ہے؟

- انسولین لبلبے میں تیار ہونے والا ایک ہارمون ہے
- توانائی پیدا کرنے کے لیے یہ خون سے گلوکوز خلیات میں لے کر جاتا ہے
- خون میں شکر کی مقدار کم کرتا ہے

انسولین کی مختلف اقسام کیا ہیں؟

- ریپڈ ایکٹنگ: نسپورو
- شارٹ ایکٹنگ: ریگولر
- انٹرمیڈیٹ: نینٹی، این پی ایچ
- لانگ ایکٹنگ: الٹرالینٹی، گلیرگائن
- پری مکسڈ انسولین: 70/30

انسولین کو کس طرح اسٹور کیا جائے؟

- انسولین کی کھلی ہوئی شیشیاں 2° سے 30° سینٹی گریڈ کے درمیان 28 گھنٹوں تک اسٹور کی جاسکتی ہیں۔
- انسولین کی بند شیشیاں ایکسپائر ڈیٹ تک فریج میں اسٹور کی جاسکتی ہیں۔
- انسولین کے پینز (Pens) کو کمرے کے درجہ حرارت پر اسٹور کریں۔

انسولین کی ڈوز متعدد فیکٹرز کی بنیاد پر تبدیل ہوسکتی ہے:

1 خون میں موجود گلوکوز
2 غذا
3 جسمانی سرگرمیوں کی شرح
4 عمر
5 جسم کا وزن
6 انسولین ریزسٹینس

انسولین کی دستیاب سرنجوں کی اقسام:

قابل اتلاف 100 یونٹس

انسولین کے انجکشن کس طرح تیار کریں؟

سرنج اینڈ وائل میتھڈ

سپلائیز

- انسولین کی شیشیاں
- انسولین کی سرنج
- الکوحل وائپ (استعمال کرنا بہتر ہے)
- شیشے کی کرچیاں رکھنے کا برتن (کھلے منہ والی بوتل)

1۔ پری مکسڈ (70/30 یا NPH) انسولین کا طریق کار

1 ہاتھ دھوئیں

2 انسولین کی دودھیا شیشی میں موجود سیال کو مکس کرنے کے لیے شیشی کو ہتھیلیوں کے درمیان رکھ کر آگے پیچھے حرکت دیں

3 انسولین کی شیشی کو الکوحل میں بھیگے پھاہے سے صاف کریں

4 انجکشن کا پلنجر استعمال کے لیے باہر تک کھینچ لیں

5 انجکشن کے ذریعے بوتل میں ہوا بھریں

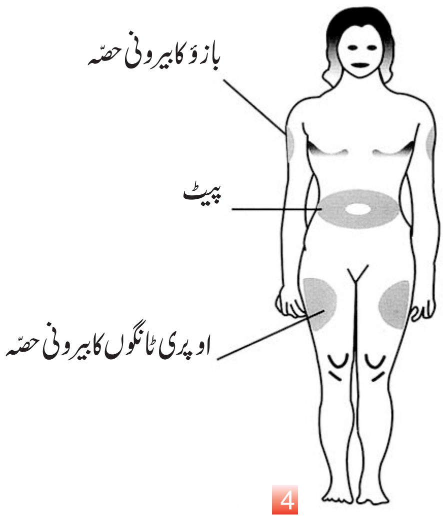
6 درکار ڈوز انجکشن میں کھینچ لیں

7 انجکشن میں موجود ہوا کے بلبلے نکال دیں

2 دو شیشیوں میں موجود انسولین کو مکس کرنا

- انجکشن کا پلنجر استعمال کے لیے باہر تک کھینچ لیں
- انجکشن کے ذریعے بوتل میں ہوا بھریں
- انجکشن کو پہلے ریگولر یا سادہ انسولین سے بھریں
- ہوا کے بلبلے نکال دیں

انسولین کا انجکشن لگانے کے مقامات



انجکشن لگانے کا طریقہ

- انجکشن لگانے کی جگہ کو پانی یا الکوحل میں بھیگے پھاہے سے صاف کریں

- مقررہ جگہ چٹکی میں دبائیں

- سرنج کو نوے درجے کے زاویے پر رکھ کر انسولین جسم میں انجیکٹ کریں

- سوئی جسم میں 10 سیکنڈ تک داخل رکھیں

- سرنج سیدھی جسم سے باہر کھینچ لیں

- جگہ کو الکوحل والے پھاہے سے صاف کریں
- انجکشن والی جگہ کو مسلیں نہیں
- سرنج کو باقاعدہ طور پر تلف کریں

3 پری فلڈ پینز (Prefilled Pens)

سپلائیز

- انسولین کی قسم کی تصدیق کریں
- پین ڈیوائس (کارٹریج کے ساتھ)
- پین کی سوئی
- الکوحل وائپ
- کرچیاں رکھنے کا برتن

طریقہ کار

- تمام چیزیں ایک جگہ رکھیں
- ہاتھ دھوئیں
- پین کی سوئی کو گھما کر لگائیں
- اس بات کی تسلی کرلیں کہ پین صفر کے نشان پر ہو۔
- درکار مقدار سیٹ کریں
- انجکشن لگانے کی جگہ کا تعین کریں
- انجکشن لگانے کی جگہ کو صاف کرلیں۔
- مقررہ جگہ چٹکی میں پکڑیں
- سوئی کو 90 درجے کے زاویے پر جسم میں داخل کریں
- چٹکی کھول دیں
- پلنجر کو اندر دھکیلیں
- دس تک گنیں
- پین کی سوئی کو علیحدہ کریں اور تلف کردیں۔

مزید رہنمائی اور معلومات کے لئے رجوع کریں:

ڈائیبیٹس کلینک
پیر سے جمعہ: صبح آٹھ بجے سے شام پانچ بجے
اور ہفتہ صبح آٹھ بجے سے دوپہر بارہ بجے
آغا خان یونیورسٹی ہسپتال، کراچی
فون: 134930051 ایکسٹینشن: 5755

ایمرجنسی ڈپارٹمنٹ
24 گھنٹے
آغا خان یونیورسٹی ہسپتال، کراچی
فون: 134930051 ایکسٹینشن: 91-1090
پٹی کے لیے: کمیونٹی ہیلتھ سینٹر، ایکسٹینشن: 1491

ICN # S216628
July 2018