

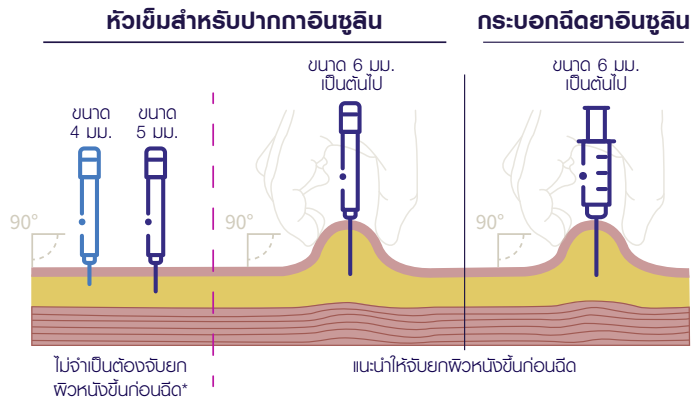
คำแนะนำในการฉีดยาอินซูลิน



FITTER Forward นำเสนอคำแนะนำที่ได้ รับการปรับปรุงแล้ว เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติ ที่ดีที่สุดในการดูแล ผู้ป่วยเบาหวาน

มุมในการฉีดยาและการจับยกผิวหนัง

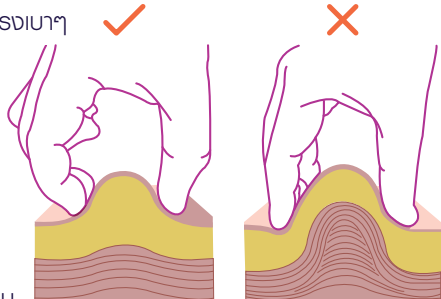
- สำหรับเข็มทุกความยาว แนะนำให้ฉีดในมุม 90 องศา หรือแทงเข็มปิกตรงกับผิวหนัง
- เข็มความยาว 4-5 มิลลิเมตร : ไม่ต้องจับยกผิวหนังขึ้น*
- เข็มความยาว 6 มิลลิเมตร หรือมากกว่า แนะนำให้จับยกผิวหนังขึ้นก่อนฉีด



*สำหรับผู้ที่มีความดัชนีมวลกายต่ำ (<19 กิโลกรัม/ม²) และร่างกายพอม ไขมันน้อย หรือเด็กอายุ 6 ปีหรือต่ำกว่าแนะนำให้จับยกผิวหนังก่อน การฉีดยา

การฉีดยาโดยการจับยกผิวหนัง

- 1 จับยกผิวหนังขึ้นประมาณ 2 นิ้ว โดยใช้แรงเบาๆ ✓
 - 2 แทงเข็มไปที่ใต้ผิวหนังในแนวตั้งฉาก กับผิวหนัง (มุม 90 องศา)
 - 3 ให้อาเข็มไว้ 10 วินาที หลังจากฉีดตัวยาลง แล้วเพื่อให้อาการกระจายเข้าสู่ชั้นใต้ผิวหนัง อย่างสมบูรณ์
 - 4 ถอนเข็มออกในมุม (90 องศา)
 - 5 ปล่อยผิวหนังที่ยกไว้ลงอย่างช้าๆ
 - 6 กำจัดเข็มที่ใช้แล้วในภาชนะสำหรับของมีคม อย่างเหมาะสม
- หลีกเลี่ยงการจับยกผิวหนังด้วยมือทั้งมือตามที่แสดงในภาพ



วิธีการฉีดยาของผู้ป่วย

ความหนาของชั้นไขมันใต้ผิวหนัง (Subcutaneous)

- ความหนาของชั้นไขมันใต้ผิวหนังมีความแตกต่างกันมาก ขึ้นอยู่กับ ตำแหน่งบนร่างกาย นอกจากนี้ อายุ ดัชนีมวลกาย (BMI) เพศ และการตั้งครรภ์ส่งผลต่อความหนาของชั้นไขมันใต้ผิวหนังอีกด้วย
- แนะนำให้จับยกผิวหนังขึ้นก่อนฉีดยา สำหรับผู้ที่มีความหนาของชั้นไขมัน ใต้ผิวหนังบาง เช่น ผู้สูงอายุ เด็ก และผู้ที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ต่ำ หรือร่างกายพอม ไขมันน้อย

การเลือกตำแหน่งฉีดยา

- หลีกเลี่ยงการฉีดในบริเวณที่มีก้อนไขมันใต้ผิวหนัง (lipohypertrophy) หรือ มีแผลเป็น รอยสัก หรือรอยโรคผิวหนัง เนื่องจากอาจส่งผลต่อ การดูดซึมของอินซูลินได้

ความสามารถในการใช้อุปกรณ์ฉีดยา

- ผู้ป่วยควรมีความคล่องแคล่วเพียงพอในการประกอบและใช้อุปกรณ์ฉีดยา
- ผู้ป่วยควรมีความสามารถเข้าถึงตำแหน่งในการฉีดยาหลายจุดได้ ด้วยตนเอง

การใช้เข็มซ้ำและการกำจัดเข็ม

- หลีกเลี่ยงการใช้เข็มซ้ำ เพื่อลดความเจ็บจากเข็มที่ทิ่ม
- ควรทิ้งเข็มและกระบอกฉีดยาในภาชนะที่ได้รับการรับรอง และปฏิบัติตามแนวทางการกำจัดของพื้นที่นั้นๆ

อุณหภูมิของอินซูลินขณะฉีด

- หลีกเลี่ยงการฉีดอินซูลินที่เย็น
- ควรใช้อินซูลินที่อุณหภูมิห้องเพื่อลดความเสี่ยง ของการเกิดไขมันสะสมผิดปกติ (lipohypertrophy) และเพิ่มความสะดวกในการฉีด



สามารถอ่าน ฉบับเต็มได้ที่

FITTER Forward สนับสนุนโดย บริษัท Embecta Klonoff et al., Mayo Clin Proc. 2025; in press.