

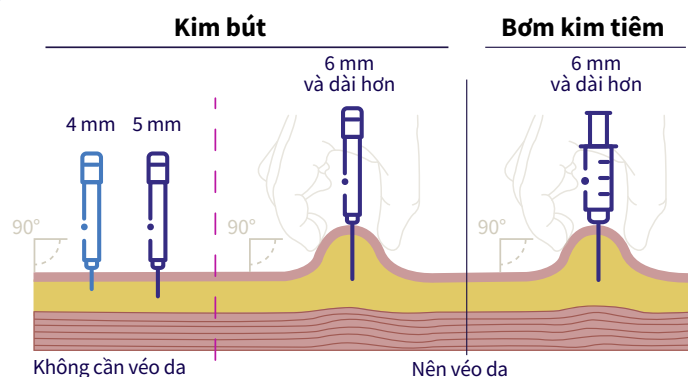
Khuyến nghị về Kỹ Thuật Tiêm



FITTER Forward cung cấp các khuyến nghị mới nhất để hướng dẫn chăm sóc bệnh Đái tháo đường tốt hơn

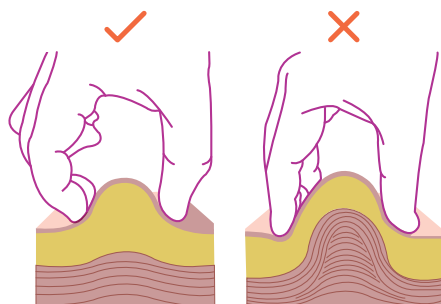
Vị trí tiêm và véo da

- 90 độ (thẳng góc) khuyến cáo cho tất cả các chiều dài kim
- Kim 4 - 5 mm: không cần véo da trong hầu hết các trường hợp*
- 6 mm trở lên: nên véo da



*Đối với đối tượng có BMI thấp (<19 kg/m²)/ khối lượng cơ thể thấp hoặc trẻ em dưới 6 tuổi hoặc nhỏ, nên véo da khi tiêm

- 1 Nhẹ nhàng véo da lên 5 cm, không quá chặt
 - 2 Đâm kim ở góc 90 độ vào bề mặt của vùng nâng lên
 - 3 Đếm đến 10 sau khi ấn pít-tông
 - 4 Rút kim ra ở góc 90 độ
 - 5 Thả vùng da nâng lên
 - 6 Vứt bỏ kim đã sử dụng một cách an toàn
- Tránh thực hiện động tác bằng cả bàn tay như trong hình



Sinh lý bệnh

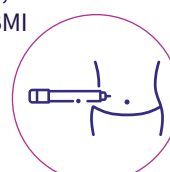
Độ dày lớp mỡ dưới da (SC)

- Độ dày lớp mô mỡ SC rất khác nhau, có thể thay đổi tùy theo vị trí và bị ảnh hưởng bởi tuổi tác, BMI, giới tính và tình trạng mang thai
- Véo da được khuyến nghị cho những người có ít mô mỡ SC, bao gồm bệnh nhân lớn tuổi, trẻ em và những người có BMI thấp/khối lượng cơ thể thấp



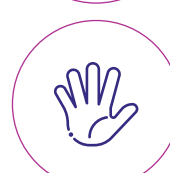
Lựa chọn vị trí tiêm

- Tiêm vào vùng phì đại mỡ hoặc có sẹo, hình xăm hoặc tổn thương da có thể thay đổi khả năng hấp thụ insulin và nên tránh nếu có thể



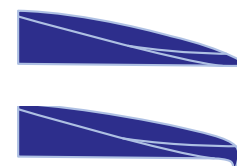
Khả năng khéo léo/linh hoạt

- Cần đủ khéo léo để có thể lắp và sử dụng dụng cụ tiêm
- Cũng cần có khả năng tiếp cận vị trí tiêm khác nhau



Tái sử dụng kim & Xử lý

- Tránh tái sử dụng kim để giúp ngăn ngừa đau do kim cùn
- Luôn sử dụng thùng đựng rác đặc biệt cho kim bút và bơm kim tiêm và tuân thủ hướng dẫn của địa phương về việc xử lý



Nhiệt độ của insulin khi dùng

Nên tránh tiêm insulin lạnh; nhiệt độ phòng phù hợp để giảm nguy cơ phì đại mỡ và giảm đau khi tiêm



Truy cập bản thảo đầy đủ tại đây:



FITTER Forward is sponsored by embecta.

Klonoff et al., Mayo Clin Proc. 2025; in press.