

การฉีดอินซูลินด้วยปากกา สำหรับผู้ป่วยเบาหวาน



ศูนย์ : ศูนย์อายุรกรรม

บทความโดยแพทย์ : พญ. สุภัทรา ปวรังกูร

การฉีดอินซูลินด้วยปากกาเป็นวิธีหนึ่งในการดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานให้ควบคุมน้ำตาลได้ดีขึ้น และเป็นวิธีที่ผู้ป่วยสามารถฉีดได้ด้วยตัวเอง โดยชนิดของอินซูลินที่ผู้ป่วยเบาหวานได้รับจะมีระยะเวลาการออกฤทธิ์ระยะเวลาในการฉีดและขนาดของอินซูลินที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้ป่วยเบาหวานควรฉีดอินซูลินตามระยะเวลาของการออกฤทธิ์ เวลา และตามขนาดที่แพทย์แนะนำ

1. อุปกรณ์ในการฉีดอินซูลิน

อุปกรณ์ในการฉีดอินซูลิน มีดังนี้ ปากกาฉีดอินซูลิน หัวเข็มสำหรับปากกาอินซูลิน สำลี แอลกอฮอล์ 70% ถาดรอง

1.1 ปากกาฉีดอินซูลิน

การเลือกใช้ปากกาฉีดอินซูลินขึ้นอยู่กับผู้ป่วยแต่ละราย โดยปากกาแต่ละชนิดควรเลือก ให้ถูกต้องกับหลอดอินซูลิน ที่ผลิตมาจากบริษัทเดียวกันเท่านั้น ไม่สามารถใช้ร่วมกับ อินซูลินจากบริษัทอื่นได้

ปากกาอินซูลินเป็นอุปกรณ์ส่วนบุคคล หามนำไปใช้กับผู้อื่นโดยเด็ดขาด และไม่ควรใช้ปากกาที่ชำรุดแล้ว โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

- **ปากกาอินซูลินประเภทบรรจุสำเร็จ** เป็นแบบใช้แล้วทิ้งประกอบด้วยตลับอินซูลินที่บรรจุไว้วางหน้า ไม่สามารถแยกหลอดและปากกาออกจากกันได้ เมื่อใช้แล้วหน่วยปากกาทั้งหมดจะหายไป ไม่สามารถนำปากกากลับมาใช้ซ้ำอีกได้
- **ปากกาอินซูลินประเภทประกอบ** เป็นแบบการใส่หลอดอินซูลินตามชนิดของอินซูลิน ที่ต้องการ เมื่อใช้อินซูลินหมดหลอดสามารถเปลี่ยนอินซูลินหลอดใหม่ หรือชนิดใหม่ที่อยู่ภายใต้การผลิตของ จากบริษัทเดียวกันเพื่อให้กับปากกาอินซูลินตามเดิม

1.2 หัวเข็มสำหรับปากกาอินซูลิน

การเลือกหัวเข็มในการฉีดอินซูลิน ต้องพิจารณาให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย ขนาดของ หัวเข็มมีขนาด 30,31,32G โดยตัวเลขที่สูงขึ้นมีความหมายว่าเข็มมีเส้นผ่านศูนย์กลางเล็กลง การใช้เข็มซ้ำ ต้องมั่นใจว่าเข็ม สะอาดและไม่อุดตัน โดยใช้ซ้ำได้ ไม่เกิน 5 ครั้ง และไม่ควรใช้ร่วมกับผู้อื่น

2. การเตรียมอินซูลิน และเตรียมหัวเข็ม

1. ให้สังเกตวันหมดอายุข้างหลอด และลักษณะของอินซูลินว่ามีการเสื่อมสภาพก่อนใช้หรือไม่ เช่น มีตะกอนและสีเปลี่ยนไป
2. ล้างมือ ฟอกสบู่ ให้สะอาดและเช็ดให้แห้ง
3. เตรียมสำลี 3 ก้อน ชุบแอลกอฮอล์ 70% 2 ก้อน อีก 1 ก้อนไม่ต้องชุบ
4. เช็ดจุกยางหลอดอินซูลินด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์ 70% และรอให้แห้งทุกครั้งก่อนสวมหัวเข็ม
5. ใส่หัวเข็มแนวตั้งตรง แนวเดียวกับปากกา ป้องกันการรั่วซึมของอินซูลิน หรือ เข็มพับงอ

3. ผสมอินซูลินเป็นเนื้อเดียวกัน

สำหรับอินซูลินชนิดชุ่น ก่อนใช้ทุกครั้ง ให้ผสมอินซูลินเป็นเนื้อเดียวกัน โดยคลึงปากกาบนฝ่ามือไป-มา ในแนวนอน 10 ครั้ง และในแนวตั้ง 10 ครั้งเพื่อให้อินซูลินกระจายตัวสม่ำเสมอทั่วทั้งหลอด ห้ามเขย่าปากกา

4. ทดสอบเข็ม พร้อมไล์ฟองอากาศ

ต้องไล์ฟองอากาศทุกครั้งเมื่อเปลี่ยนหัวเข็มหรือหลอดอินซูลินใหม่ เพื่อทดสอบว่าปลายเข็มอุดตันหรือไม่ โดยการจับตามปากกาอินซูลินตั้งตรงให้หัวเข็มชี้ขึ้นด้านบน และกดยาทิ้ง 1-2 ยูนิต บางครั้งอาจมีฟองอากาศมากต้องทำซ้ำจนกว่าจะเห็นหยดอินซูลินถูกดันออกมาจากปลายเข็ม

5. การตั้งขนาดของอินซูลินตามแผนการรักษาของแพทย์

ให้หมุนปลายปากกา จะมีหน้าจอแสดงจำนวนยูนิต ที่ใช้ฉีดอินซูลิน ต้องปรับขนาดของยาที่ต้องฉีดไปตามที่แพทย์กำหนดเท่านั้น

6. ตำแหน่งการฉีดอินซูลิน

ฉีดอินซูลินเข้าชั้นใต้ผิวหนัง ได้แก่ บริเวณหน้าท้อง ขา แขน หรือสะโพก แต่ตำแหน่งที่เหมาะสมในการฉีดอินซูลินมากที่สุด คือ บริเวณหน้าท้อง โดยหลีกเลี่ยงบริเวณผิวหนังที่มีการอักเสบ บวม แดง ตีตื้อ หรือมีแผล

โดยตำแหน่งการฉีดบริเวณหน้าท้อง

- สามารถฉีดได้ทั่วบริเวณหน้าท้อง โดยห่างจากรอบสะดือประมาณ 2 นิ้วมือ หรือ 3 เซนติเมตร และเลื่อนตำแหน่งการฉีดให้ห่างกันประมาณ 2 นิ้วมือ หรือ 3 เซนติเมตรไปเรื่อย ๆ ในตำแหน่งต่าง ๆ ที่สามารถฉีดได้ ซึ่งจะทำให้ฉีดได้โดยไม่ซ้ำจุดเดิมอย่างน้อย 1 เดือน
- ใกล้เคียงกันจะทำให้การดูดซึมอินซูลินไม่ดีและอาจเป็นก้อนไขมันใต้ผิวหนังได้

7. วิธีการฉีดอินซูลิน

1. ใช้มือข้างที่ถนัด กำปากกาด้วยนิ้วทั้ง 4 นิ้ว โดยให้นิ้วหัวแม่มืออยู่ตำแหน่งปุ่มกดยา

2. ทำความสะอาดตำแหน่งที่จะฉีดอินซูลินด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์หลายๆ รอบแห้ง โดยเช็ดวนเป็นก้นหอย หรือเช็ดลงเป็นแนวดิ่ง และไม่เช็ดย้อนไป-มา
3. ให้ใช้นิ้วชี้และนิ้วโป้งจับผิวหนังยกผิวหนังขึ้นในคนผอม หรือดึงผิวหนังให้ตึงในคนอ้วน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความอ้วนผอมและขนาดความยาวของเข็มที่ใช้
4. แทะเข็มตั้งฉากเข้าใต้ผิวหนังจนมิดเข็ม กดเดินยาจนถึงเลข “0” แล้วนับ 1-10 ซ้ำๆ (10 วินาที) หลังเดินยาหมดแล้วถอนเข็มออกในแนวเดียวกันและควรสังเกตว่ามีอินซูลินหยดตามออกมาหลังถอนเข็มหรือไม่ ถ้ามีควรถอนเข็มออกให้ช้ากว่าเดิม
5. ใช้สำลีแห้ง กดตำแหน่งฉีด ห้ามคลึง
6. สวมปลอกเข็มกลับอย่างระมัดระวัง เก็บปากกาไว้ในที่ที่สะอาด

8. การทิ้งเข็ม

เข็มสามารถใช้ซ้ำได้ประมาณ 3-5 ครั้ง

- ถ้าเข็มสัมผัสสิ่งสกปรกโดยบริเวณบริเวณที่ฉีดให้เปลี่ยนหัวเข็ม
- ห้ามแช่ปลายเข็ม ด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์
- ปลดทิ้งเข็มในภาชนะแข็งที่มีฝาปิดมิดชิด

9. การเก็บรักษาอินซูลิน

1. หลอดยา/ด้ามปากกาที่ยังไม่เปิดใช้ ควรเก็บในตู้เย็นช่องธรรมดาตลอด ห้ามแช่แข็ง สามารถเก็บได้นานตลอดวันหมดอายุของหลอด
2. สำหรับอินซูลินที่เปิดใช้แล้ว สามารถเก็บไว้ในอุณหภูมิห้องที่ไม่เกิน 30 องศาเซลเซียส โดยไม่ต้องในตำแหน่งที่ร้อน และมีแสงแดดส่องถึง สามารถเก็บไว้ได้นานไม่เกิน 28 วัน (ทั้งนี้ระยะเวลาในการเก็บอาจมีความแตกต่างกันตามชนิดของอินซูลิน)
3. อย่าวางยาฉีดเอาไว้ในรถ หรือตากแดด เพราะจะทำให้ยาเสื่อมสภาพ

อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยเบาหวานควรล้างมือให้สะอาดเตรียมอุปกรณ์ที่ต้องใช้ให้อยู่ใกล้ๆ มือ เพื่อความสะดวกต่อการใช้งาน เช่น สำลี แอลกอฮอล์ เข็ม และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด

พญ. สุภัทรา ปวรานุสร

อายุรศาสตร์โรคต่อมไร้ท่อและเมตะบอลิซึม

ศูนย์อายุรกรรม

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย