

ฉีดยาอินซูลินคุมน้ำตาลในเลือด สำหรับผู้ป่วยเบาหวาน



ศูนย์ : ศูนย์อายุรกรรม (เบาหวาน)
บทความโดยแพทย์ : พญ. สุภัทรา ปวรางกูร

อินซูลินคืออะไร ? โดยอินซูลิน (Insulin) เป็นฮอร์โมนที่ใช้ในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด โดยเฉพาะในผู้ป่วยโรค [เบาหวาน](#) ซึ่งร่างกายไม่สามารถผลิตอินซูลินได้เพียงพอ หรือไม่สามารถใช้งานอินซูลินได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นจนเกิดเป็นเบาหวาน โดยนอกจากการรับประทานยาแล้ว การฉีดยาอินซูลิน เป็นอีกหนึ่งการรักษาผู้ป่วยเบาหวาน ในการควบคุมน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในระดับปกติ

สารบัญ

- [ทำไมผู้ป่วยเบาหวานต้องฉีดยาอินซูลิน](#)
- [ช่วงเวลาที่ต้องฉีดยาอินซูลิน](#)

- [อุปกรณ์ฉีดยาอินซูลิน](#)
- [ตำแหน่งฉีดยาอินซูลิน](#)
- [ขั้นตอนการฉีดยาอินซูลิน](#)
- [การเก็บรักษายาอินซูลิน ทำอย่างไร](#)
- [ฉีดอินซูลิน ผิดข้างเคียงอย่างไร](#)
- [ฉีดยาอินซูลินรักษาผู้ป่วยเบาหวาน ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด](#)
- [ปรึกษาปัญหาสุขภาพ ไม่เสียค่าใช้จ่าย](#)

ทำไมผู้ป่วยเบาหวานต้องฉีดยาอินซูลิน

ผู้ป่วยเบาหวานต้องฉีดยาอินซูลิน เพราะร่างกายของพวกเขามีปัญหาในการผลิตหรือใช้อินซูลิน ซึ่งเป็นฮอร์โมนสำคัญที่ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด โดยมีเหตุผลหลัก ได้แก่

- รักษาผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 1 ที่ไม่สามารถสร้างอินซูลินได้เลยจำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยยาฉีดเบาหวาน (อินซูลิน) ตั้งแต่แรกวินิจฉัย
- รักษาผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 แม้ร่างกายยังผลิตอินซูลินได้ แต่เซลล์ในร่างกายตอบสนองต่ออินซูลินได้น้อยลง หรือร่างกายดื้อต่ออินซูลิน หรือยาชนิดรับประทานไม่สามารถควบคุมน้ำตาลได้เพียงพอ แพทย์อาจแนะนำให้ฉีดอินซูลินเพื่อช่วยควบคุมระดับน้ำตาลเพิ่มเติมจากการรับประทานยาเบาหวาน
- ใช้อินซูลินเพื่อช่วยลดความเสี่ยงของภาวะแทรกซ้อนจากเบาหวานในกรณีที่ยังควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ เช่น โรคไตเสื่อม โรคหัวใจ เส้นประสาทเสื่อม หรือเบาหวานขึ้นตา

[> กลับสารบัญ](#)

ช่วงเวลาควรฉีดยาอินซูลิน

ช่วงเวลาควรฉีดยาอินซูลินขึ้นอยู่กับชนิดของอินซูลินที่ใช้ และคำแนะนำของแพทย์ โดยทั่วไปสามารถแบ่งแนวทางการฉีดออกเป็นดังนี้

1. ยาอินซูลินออกฤทธิ์เร็ว ฉีดก่อนมื้ออาหาร 10-15 นาที เป็นการควบคุมระดับน้ำตาลหลังรับประทานอาหาร
2. ยาอินซูลินออกฤทธิ์สั้น ฉีดก่อนมื้ออาหาร 30 นาที ช่วยลดน้ำตาลหลังอาหาร
3. ยาอินซูลินออกฤทธิ์ปานกลาง ฉีดวันละ 1-2 ครั้ง ควบคุมระดับน้ำตาลระหว่างมื้ออาหาร

4. ยาอินซูลินออกฤทธิ์ยาว ฉีดวันละครั้ง (เช้าหรือก่อนนอน) ควบคุมระดับน้ำตาลตลอด 24 ชั่วโมง
5. ยาอินซูลินผสม ฉีดวันละ 2 ครั้ง (ก่อนอาหารเช้าและเย็น 15-30 นาที)
มีทั้งอินซูลินออกฤทธิ์เร็วและนานในเข็มเดียว

> กลับสารบัญ

อุปกรณ์ฉีดยาอินซูลิน

การฉีดยาอินซูลินเป็นวิธีสำคัญสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่ต้องการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ปัจจุบันมีอุปกรณ์หลายประเภทที่ช่วยให้การฉีดอินซูลินสะดวกและแม่นยำมากขึ้น ควรเลือกให้เหมาะสมกับไลฟ์สไตล์และความต้องการของแต่ละบุคคล เช่น

1. แบบขวด (Vial) และกระบอกฉีดยา (Syringe)
 - ต้องดูดอินซูลินจากขวดด้วยกระบอกฉีดยา
2. ฉีดยาอินซูลินด้วยปากกา (Insulin Pen)
 - ใช้งานง่าย เพียงหมุนและกดฉีด
 - มีทั้งแบบเปลี่ยนหลอดยาและใช้แล้วทิ้ง
3. เครื่องปั๊มอินซูลิน (Insulin Pump)
 - ปลอ่ยอินซูลินแบบต่อเนื่องผ่านสายและเข็มเล็ก ๆ ที่ติดกับร่างกาย
 - ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีขึ้น
 - เหมาะสำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 1

ผู้ป่วยเบาหวานควรล้างมือให้สะอาดเตรียมอุปกรณ์ที่ต้องใช้ให้ถูกต้อง ๆ มือ เพื่อความสะดวกต่อการใช้งาน เช่น สำลี แอลกอฮอล์ เข็ม และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด

> กลับสารบัญ

ตำแหน่งฉีดยาอินซูลิน

ฉีดอินซูลินเข้าชั้นใต้ผิวหนัง ได้แก่ บริเวณหน้าท้อง ต้นแขน ต้นขา แต่ตำแหน่งที่เหมาะสมในการฉีดอินซูลินมากที่สุด คือ บริเวณหน้าท้อง โดยหลีกเลี่ยงบริเวณผิวหนังที่มีการอักเสบ บวม แดง ตืดเชื้อ หรือมีแผล

ตำแหน่งการฉีดบริเวณหน้าท้อง

- สามารถฉีดได้ทั่วบริเวณหน้าท้อง โดยห่างจากสะดือประมาณ 2 นิ้วมือ หรือ 3 เซนติเมตร และเลื่อนตำแหน่งการฉีดให้ห่างกันประมาณ 2 นิ้วมือ หรือ 3 เซนติเมตรไปเรื่อย ๆ ในตำแหน่งต่าง ๆ ที่สามารถฉีดได้ ซึ่งจะทำให้ฉีดได้โดยไม่ซ้ำจุดเดิมอย่างน้อย 1 เดือน
- ตำแหน่งใกล้เคียงกันจะทำให้การดูดซึมอินซูลินไม่ดีและอาจเป็นก้อนไขมันใต้ผิวหนังได้

อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยเบาหวานควรล้างมือให้สะอาดเตรียมอุปกรณ์ที่ต้องใช้ให้ถูกต้อง ๆ มือ เพื่อความสะดวกต่อการใช้งาน เช่น สำลี แอลกอฮอล์ เข็ม และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด

> กลับสารบัญ

ขั้นตอนการฉีดยาอินซูลิน

การฉีดยาอินซูลินเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ป่วยเบาหวานที่ต้องควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอย่างเคร่งครัด ขั้นตอนการฉีดยาที่ทางโรงพยาบาลนครพนม แนะนำให้ผู้ป่วยเบาหวานฉีดด้วยตนเอง มีดังนี้

1. เตรียมอุปกรณ์ในการฉีดอินซูลิน ได้แก่ อินซูลิน (ชนิดที่แพทย์กำหนด) เข็มฉีดยาอินซูลิน หรือปากกาฉีดอินซูลิน สำลี แอลกอฮอล์ 70% และภาชนะรอง
2. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาด หรือใช้แอลกอฮอล์เจล
3. ตรวจสอบอินซูลิน โดยตรวจสอบวันหมดอายุ หากเป็นอินซูลินชนิดน้ำขุ่น (เช่น NPH) ให้กลิ้งขวดเบา ๆ 10-20 ครั้งเพื่อให้ตัวยากระจายตัวสม่ำเสมอ ห้ามเขย่าขวดอินซูลินแรงๆ
4. เตรียมยาอินซูลิน ขึ้นอยู่กับอุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่
 1. กรณีใช้วิธีการฉีดอินซูลินแบบเข็ม
 - เช็ดจุดยางของขวดอินซูลินด้วยแอลกอฮอล์
 - ดูดอากาศเข้าไปในกระบอกฉีดยาให้เท่ากับปริมาณอินซูลินที่ต้องฉีด
 - แทะเข็มอินซูลินเข้าไปในขวดอินซูลินแล้วดันอากาศเข้าไป จากนั้นดูดยาออกมาให้ได้ปริมาณที่ถูกต้อง
 - ตรวจสอบฟองอากาศแล้วไล่อากาศออกหากมี
 2. กรณีใช้ปากกาฉีดอินซูลิน
 - ใส่เข็มใหม่และดึงฝาครอบออก
 - หมุนปรับปริมาณอินซูลินตามที่แพทย์กำหนด
 - กดปุ่มเพื่อไล่อากาศออกจนเห็นหยดอินซูลินที่ปลายเข็ม
5. เลือกตำแหน่งฉีดยา โดยบริเวณที่เหมาะสม ได้แก่ หน้าท้อง ต้นแขน ต้นขา และควรเปลี่ยนจุดฉีดทุกครั้งเพื่อป้องกันไตแข็งใต้ผิวหนัง
6. ฉีดยาอินซูลิน
 - ใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์เช็ดบริเวณที่จะฉีด รอให้แห้ง

- ใช้นิ้วมือหยิบผิวหนังขึ้นเล็กน้อย
- แทะเข็มเข้าไปที่มุม 90 องศา (หรือ 45 องศาถ้าผู้ป่วยผอม)
- ดันยาเข้าไปช้า ๆ และรอประมาณ 10 วินาที ก่อนดึงเข็มออก กรณีปากกาฉีดอินซูลิน ให้กดเดินยาจนถึงเลข “0” หลังเดินยาหมดแล้วถอนเข็มออกในแนวเดียวกัน ใช้สำลีกดเบา ๆ แต่ไม่ต้องถู

7. เก็บอุปกรณ์และกำจัดเข็มอย่างปลอดภัย โดยทิ้งเข็มในภาชนะที่ปลอดภัย ปิดฝาปากกาฉีดอินซูลินและเก็บให้เรียบร้อย และล้างมืออีกครั้งให้สะอาด

> กลับสารบัญ

การเก็บรักษาอินซูลิน ทำอย่างไร

- หลอดยา หรือตามปากกาที่ยังไม่เปิดใช้ ควรเก็บในตู้เย็นช่องธรรมดาตลอด ห้ามแช่แข็ง และสามารถเก็บได้นานตลอดวันหมดอายุข้างหลอด
- สำหรับอินซูลินที่เปิดใช้แล้ว สามารถเก็บไว้ในอุณหภูมิห้องที่ไม่เกิน 30 องศาเซลเซียส โดยไม่ต้องในตำแหน่งที่ร้อน และมีแสงแดดส่องถึง สามารถเก็บไว้ได้นานไม่เกิน 28 วัน (ทั้งนี้ระยะเวลาในการเก็บอาจมีความแตกต่างกันตามชนิดของอินซูลิน)
- อย่าวางยาฉีดเอาไว้ในรถ หรือตากแดด เพราะจะทำให้ยาเสื่อมสภาพ

> กลับสารบัญ

ฉีดอินซูลิน ผลข้างเคียงอย่างไร

อาจเกิดผื่นคันจากการแพ้อินซูลิน ผิวหนังบริเวณที่ฉีดยาอาจจะเกิดรอยบวมหรือรอยนูนขึ้น ทั้งนี้อินซูลินอาจทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำเกินไป (ภาวะน้ำตาลตก) ทำให้เกิดอาการใจสั่น เหงื่อออก ตัวเย็น กระวนกระวาย แสบได้โดยรับประทานผลไม้ น้ำหวาน หรือเครื่องดื่มที่มีรสหวาน 1 แก้ว (150 ซีซี) ขนมปังขาว 1 แผ่น ชาวมมหรือโจ๊ก ผลไม้ที่ให้หวานหรือ ให้พลังงาน เช่น กลวย สม สับปะรด เป็นต้น อาการควรดีขึ้นภายใน 10-20 นาที หากไม่ดีขึ้นหรือมีอาการมากขึ้นควรไปโรงพยาบาลทันที

> กลับสารบัญ

ฉีดอินซูลินรักษาผู้ป่วยเบาหวาน ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

การฉีดอินซูลินเป็นวิธีหนึ่งในการดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานให้ควบคุมน้ำตาลให้ดีขึ้น โดยรูปแบบการรักษาและชนิดของการฉีดอินซูลินที่ผู้ป่วยเบาหวานได้รับจะมีระยะเวลาการออกฤทธิ์

ระยะเวลาในการฉีดและขนาดของอินซูลินที่แตกต่างกัน โดยทางศูนย์อายุรกรรม (เบาหวาน) รพ.นครพน
จะแนะนำการชั่งยาและวิธีฉีดอินซูลินอย่างถูกต้องให้กับผู้ป่วยทุกราย พร้อมให้บริการตรวจเบาหวาน วินิจฉัย
การรักษา และการให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม
และยังมีเทคโนโลยีทางการแพทย์เพื่อช่วยประเมินความเสี่ยงและติดตามผลการรักษาอย่างมีประสิทธิภาพ
เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ลดโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อน

[> กลับสารบัญ](#)

ช่องทางติดต่อโรงพยาบาลนครพน:

- Website : <https://www.nakornthon.com>
- Facebook : [Nakornthon Hospital](#)
- Line : [@nakornthon](#)
- Tel: [02-450-9999](tel:02-450-9999) (ตลอด 24 ชั่วโมง)

พญ.สุภัทรา ปวรังกูร
อายุรศาสตร์โรคต่อมไร้ท่อและเมตะบอลิซึม
ศูนย์อายุรกรรม (เบาหวาน)

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย
