

ПАМЯТКА ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ ВВЕДЕНИЮ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ В ИНЪЕКЦИЯХ (УКОЛАХ)

Иногда, в процессе лечения, пациенты сталкиваются с необходимостью самостоятельно делать уколы. Несмотря на кажущуюся сложность процедуры, научиться этому вполне реально. Главное – соблюдать последовательность шагов и сохранять спокойствие.

ПОДГОТОВКА К ПРОЦЕДУРЕ ВЫПОЛНЕНИЯ УКОЛОВ

Позаботьтесь о хорошем освещении.

Внимательно прочтите надпись на лекарственном средстве и убедитесь, что это именно тот препарат, который рекомендовал врач.

Проверьте срок годности лекарственного препарата.

Подготовьте шприц необходимого объема. Обратите внимание, некоторые лекарства уже продаются в форме готовых шприцов с необходимым количеством препарата.

Обязательно тщательно вымойте руки и продезинфицируйте их. Дождитесь высыхания антисептика. Наденьте стерильные перчатки (если используете их).

Всё необходимое разместите на чистой продезинфицированной поверхности.

Приготовьте ватные тампоны или медицинские салфетки, смоченные в спиртовом растворе. Можно использовать готовые медицинские спиртовые салфетки.

Если лекарство холодное – немного согретьте его в ладонях.

Если назначенный препарат необходимо разбавлять анестетиком или водой для инъекций, строго соблюдайте дозировку и пропорции. Порошок или другое средство должно полностью раствориться.

Наберите лекарство в шприц и выпустите воздух через поднятую вверх иглу.

Регулярно проводите смену мест инъекций для предотвращения уплотнений и воспалений. Не вводите препарат в места с рубцами, уплотнениями, родимыми пятнами, ранами.

Избегайте инъекций в участки кожи с видимыми сосудами.

Никогда не используйте повторно одноразовые шприцы и иглы.

УКОЛЫ В ЯГОДИЦУ (ВНУТРИМЫШЕЧНЫЕ):

Мысленно разделите ягодицу на 4 части: укол делается в верхнюю наружную часть ягодицы (верхний квадрант).

Обработайте место укола антисептиком.

Иглу держите под углом 90° к коже.

Быстрым и уверенным движением введите иглу в ягодицу.

Не вводите иглу полностью. Снаружи должно остаться примерно $\frac{1}{3}$ иглы!

Вводите лекарство медленно, быстрый ввод препарата может вызвать болезненные уплотнения.

Следите, чтобы шприц не дергался.

После введения быстрым плавным движением извлеките шприц с иглой, прижмите место укола смоченной в антисептике салфеткой и слегка помассируйте место инъекции.

УКОЛЫ В ЖИВОТ (ПОДКОЖНЫЕ)

Используйте короткие тонкие иглы, специально предназначенные для подкожных инъекций.

Выбирайте участок живота справа и слева от пупка (в том числе чуть выше или ниже), где имеется достаточный слой подкожной клетчатки.

Обработайте место укола антисептиком.

Зажмите складку кожи двумя пальцами, слегка оттягивая вверх примерно на 1 см (это позволит ввести препарат точно в подкожный слой).

Придерживая канюлю иглы указательным пальцем другой руки, быстро введите иглу под небольшим углом (около 45°) под кожу на $\frac{2}{3}$ длины.

Отпустите складку кожи, осторожно нажмите поршень шприца, медленно введите препарат до конца.

Удалите иглу плавным, но быстрым движением.

Приложите стерильную салфетку или кусочек ваты, смоченной антисептиком, для предотвращения кровотечения, и слегка помассируйте место инъекции.

ИНСУЛИНОВАЯ РУЧКА

Для процедуры необходимы шприц-ручка и иглы к ней, картридж с инсулином.

Наденьте иглу на инсулиновую ручку и поднимите вверх, сделайте «укол в воздух», выпуская 1-2 капли вверх. Шприц-ручка готова к введению инсулина.

Следуйте дальнейшим указаниям из вышестоящего раздела «Уколы в живот (подкожные)».

Чередуйте места введения инсулина. Для инсулина используют четыре области тела: живот справа и слева, левое и правое бедро. При введении препарата в руку используйте верхнюю часть (выше локтя), где достаточное количество подкожной клетчатки. При введении инсулина в бедро выбирайте наружную верхнюю часть. Не вводят в места над выступающими костями.

Запишите время и дозу введенного инсулина в дневник или приложение на мобильном телефоне.

ПОМНИТЕ!

Умение делать уколы жизненно необходимо, ведь не всегда есть возможность обратиться к медицинским работникам. Следуя четким инструкциям и сохраняя спокойствие, вы сможете обеспечить эффективное лечение без посторонней помощи.

Берегите себя и будьте здоровы!