



## 胰島素自我注射

### 一、什麼人要注射胰島素？

- (一) 胰島素依賴型的糖尿病病人。
- (二) 吃藥還不能控制血糖者。
- (三) 糖尿病的孕婦。
- (四) 嚴重肝腎功能不良者。
- (五) 需接受手術或病菌感染時。

全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經新陳代謝科醫師專家檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

## 二、胰島素的種類？

- (一)超短效：Lispro、Aspart、Glulisine，外觀澄清。
- (二)短效：Regular insulin，外觀澄清。
- (三)預混型：混合型 70/30，外觀混濁。
- (四)中效：NPH、Lente，外觀混濁。

## 三、胰島素的保存：

- (一)未開封胰島素冷藏在  $2-8^{\circ}\text{C}$ ，可以存至有效期限，千萬不可以結凍。
- (二)開封的瓶裝胰島素若放在  $15-30^{\circ}\text{C}$  室溫下，可保存 28 天，使用中的筆型胰島素放在  $15-30^{\circ}\text{C}$  室溫下可使用 28 天，二種藥物都應避免日曬。

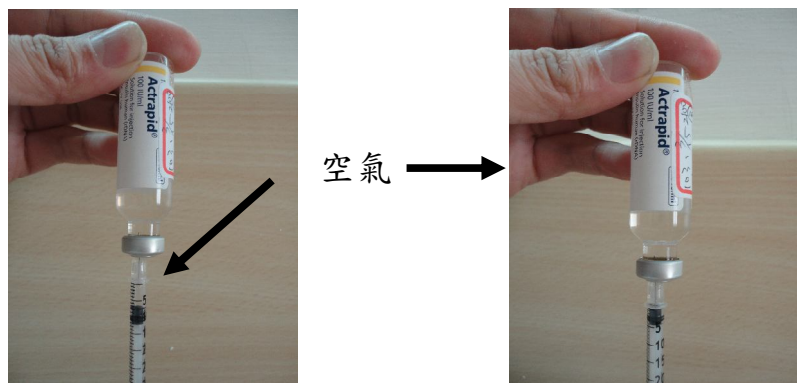
## 四、注射步驟：

- (一)用肥皂洗手。
- (二)拿出胰島素，在手掌心輕輕滾動。
- (三)消毒：以 75%酒精棉球消毒藥瓶的瓶口。
- (四)先將空針抽空氣，抽到要注射的劑量，如圖一。



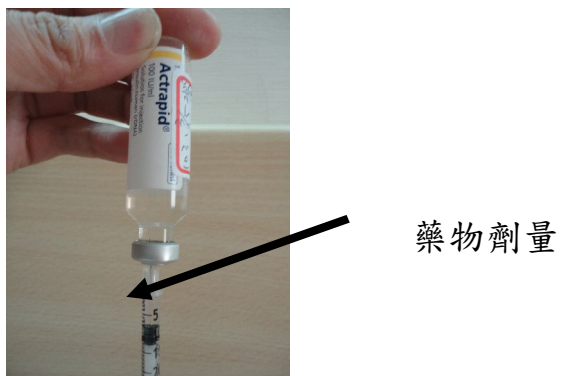
圖一

(五)將空氣打到瓶內。



圖二

(六)抽出要注射的藥物劑量，如圖三。



圖三

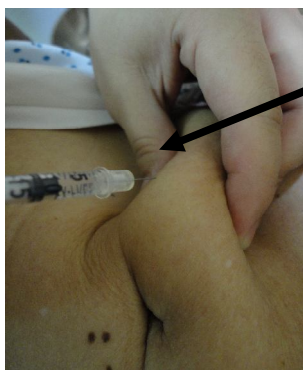
(七)用酒精棉球在要注射的部位，以環形方式，從裡面  
向外面擦，如圖四。



由內向外環形消毒

圖四

8. 把要注射的地方捏起來從 45 度~90 度的角度把針插入，如圖五。



45 度~90 度的角

圖五

(九)胰島素空針注射完畢等 5-10 秒後才可移除針頭，若  
為筆型胰島素，注射完畢等 10-15 秒，使劑量完全進  
入，再拔除針頭，用酒精棉球輕按注射部位，切勿揉  
注射部位。

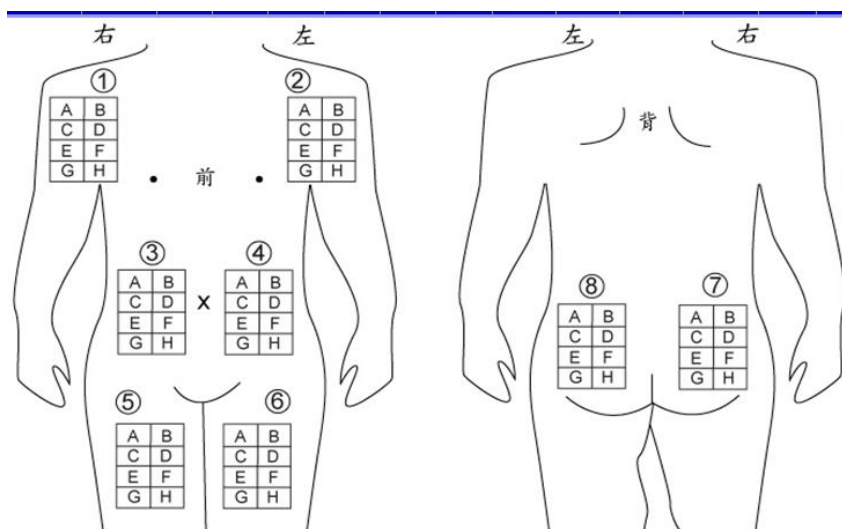
## 五、可以注射在什麼部位？

(一) 上半身肌肉部位。

(二) 肚子。

(三) 大腿肌肉。

(四) 臀部肌肉。



(一) 注射部位依照上圖 1A、1B、1C、……，2A、2B、2C、……，3A、2B、3C、……的順序。

(二) 輪替注射部位依照每天同部位、同時段的準則，採一週一邊，左右輪替的方法施打不同的部位。

(三) 注射完馬上記錄您注射的部位，以及注射多少劑量。