

Klinik B2B

Pusat Kesihatan (Medical Centre) TTSH,
Tingkat B2

Telefon:

6357 7000 (Talian Utama)



Sila imbas kod QR dengan menggunakan
telefon bimbit anda untuk mendapatkan
maklumat dalam talian atau kunjungi
<http://bit.ly/TTSHHealth-Library>

Adakah maklumat ini membantu
anda? Jika anda ada sebarang
maklum balas, sila hantarkan emel
kepada
patienteducation@ttsh.com.sg

JABATAN ENDOKRINOLOGI

Menggunakan Sejenis Insulin Dalam Botol Untuk Suntikan

Cara untuk Membuat Persediaan bagi Suntikan dan Persimapan Peralatan



Langkah 1: Persediaan Bagi Suntikan



A. Cuci tangan anda dan keringkan tangan.



B. Pastikan anda ada semua peralatan yang diperlukan.

Periksa tarikh luput pada botol insulin.

Buang botol tersebut 4 minggu selepas anda membukanya, atau mengikut arahan doktor anda.



C. Tuliskan tarikh bila anda membuka botol baru.



D. Jika anda menggunakan insulin jenis keruh, golekkan insulin jenis keruh dengan telapak tangan sekurang-kurangnya 10 kali untuk memastikan ampaian insulin dicampur dengan rata.

Jangan goncangkan botol insulin itu.



E. Bersihkan penutup getah pada botol insulin dengan menggunakan kapas beralkohol.

Langkah 2: Masukkan Udara



A. Masukkan udara ke dalam picagari dahulu dengan menarik omboh ke atas. Jumlah udara yang dimasukkan picagari harus bersamaan dengan jumlah insulin jenis keruh yang akan digunakan.



B. Pastikan botol insulin itu tegak, kemudian masukkan udara tersebut ke dalam botol, dengan menolak omboh ke bawah sepenuh-penuhnya.

Langkah 3: Masukkan Insulin



A. Bersambung daripada langkah 2b, tanpa mengeluarkan picagari, terbalikkan botol dan picagari, lalu membawanya sejajar dengan paras mata.

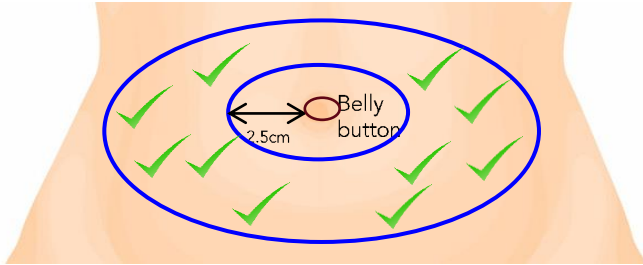
Keluarkan insulin yang anda memerlukan, lalu keluarkan picagari.



B. Untuk membaca ukuran pada picagari, lihat pada **bahagian atas** getah hitam di hujung omboh (sila rujuk kepada anak panah). Pastikan tiada gelembung udara. Jika ada, jentikkan picagari dengan perlahan-lahan supaya gelembung bergerak ke bahagian atas. Kemudian, tolakkan omboh untuk mengeluarkan gelembung.

Langkah 4: Pilih tempat suntikan insulin

Bahagian yang kerap digunakan untuk suntikan insulin adalah bahagian perut. Pastikan suntikan insulin berjarak 2 jari dari pusat (agak-agak 2.5 ke 5cm). Suntikan insulin juga harus berjarak 2 jari dari tempat suntikan sebelumnya (agak-agak 2 ke 3cm).
Jangan menyuntik ke bahagian yang sama berulang kali.



Langkah 5: Cara untuk Berikan Suntikan Insulin



- A. Bersihkan tempat suntikan dengan kapas beralkohol.
- B. Cubitkan sedikit kulit di tempat itu.
Dengan menggunakan tangan sebelah, pegang picagari seperti anda memegang pensel.
Pastikan picagari tegak dan tolak jarum suntikan ke dalam kulit pada sudut 90 darjah. Tolak ombok ke dalam dengan sepenuhnya. Pada masa yang sama, keluarkan jarum suntikan sambil lepaskan kulit yang dicubit.
- C. Secara perlahan-lahan, tekankan tempat suntikan dengan jari anda selama 5 saat.
Jangan gosok tempat suntikan itu.



Langkah 6: Pembuangan dan Penyimpanan Picagari



- A. Buang picagari yang telah digunakan dalam kotak/botol yang bertutup dan diperbuat daripada plastik keras.
Jangan tutup semula atau guna semula picagari tersebut.



- B. Simpankan botol insulin yang sudah dibuka pada suhu bilik di tempat yang kering dan jauh dari cahaya matahari. Botol insulin yang belum dibuka harus disimpan di dalam peti sejuk