



## Всё об инсулине

### Как правильно хранить инсулин?

- Инсулин это гормон, который состоит из белка. Поэтому срок хранения ограничен.
- Хранить при температуре 2-8° в холодильнике (в дверце или в овощном отсеке).
- Инсулин-ручка, которой вы пользуетесь, может до 4 недель храниться при комнатной температуре.
- Если инсулин поменял цвет, выглядит странно, с хлопьями - не колоть ни в коем случае!

### Инъекция инсулина

- дезинфекция места укола не обязательна. Достаточно помыть руки.
- Инсулин колят в подкожный жир, например живот, бедро или верхнюю часть ягодицы.
- Укол инсулина в живот действует быстрее, укол в бедро или ягодицу действует медленно. Поэтому советуется колоть быстродействующий инсулин (перед едой) в живот, а основной инсулин (например на ночь) в бедро.
- Чтобы избежать изменений на коже ( подкожные жировики, уплотнения) советуется каждый раз менять место инъекции.

### Важное об уколах инсулина

- Каждый раз менять место укола!
- Иголку менять КАЖДЫЙ РАЗ!
- Колоть под углом в 90°, складку кожи можно не делать
- Следить за длиной иголки. По последним данным длина иголки 6mm подходит для всех пациентов, независимо от веса.
- Не колите инсулин в операционные рубцы, нарывы, синяки и другие изменения кожи. Инсулин из таких мест плохо всасывается в кровь
- не колите в видимые "голубые венки", чтобы избежать синяков.

### Концентрация инсулина

В Германии производят инсулин в 2 концентрациях:

U40= 40 единиц инсулина в 1 мл (10мл ампула инсулина)

U100=100 единиц инсулина про 1 мл (Инсулин – ручка, Хумалог и Новорапид ампулы)

Это важно знать, если вы должны сделать укол одноразовым шприцом.