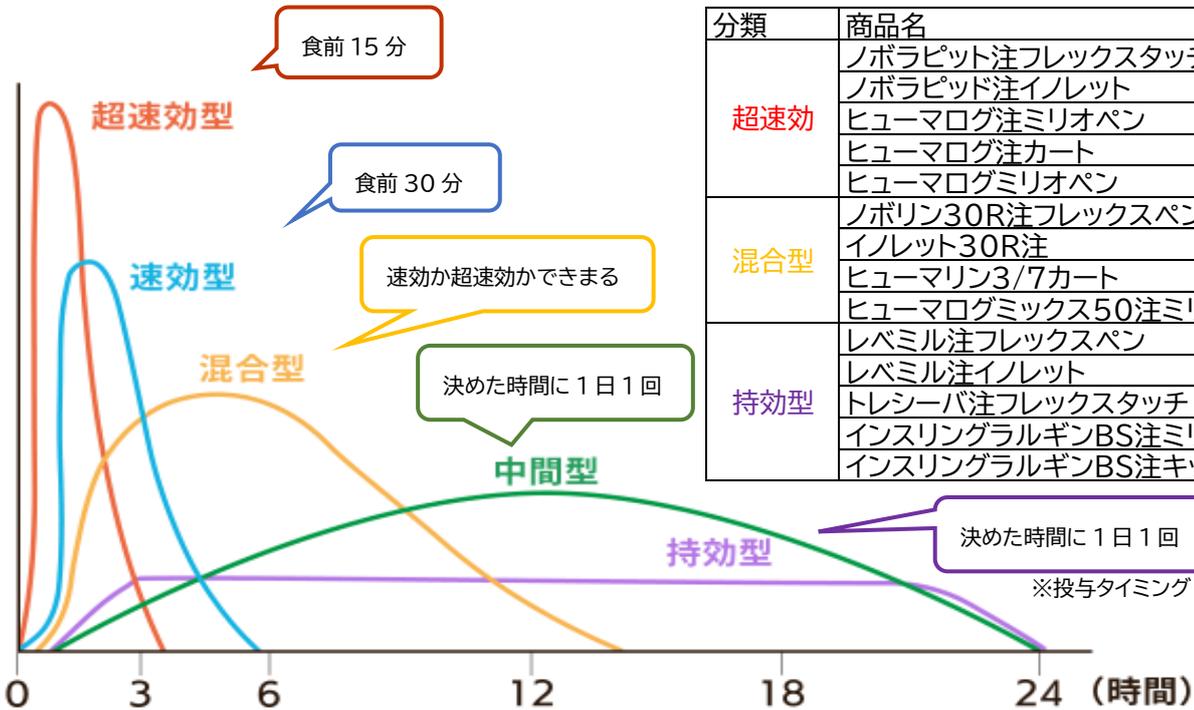


# ハロー通信



あなたのインスリンはどれですか？

2022 春



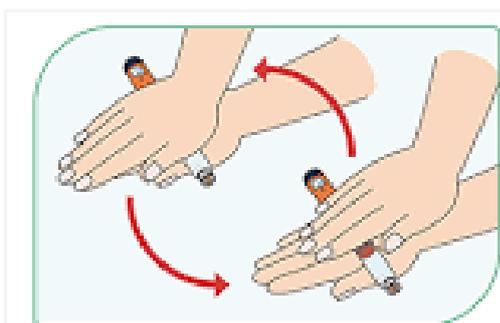
分類	商品名
超速効	ノボラピット注フレックスタッチ
	ノボラピット注イノレット
	ヒューマログ注ミリオペン
	ヒューマログ注カート
	ヒューマログミリオペン
混合型	ノボリン30R注フレックスペン
	イノレット30R注
	ヒューマリン3/7カート
	ヒューマログミックス50注ミリオペン
持効型	レベミル注フレックスペン
	レベミル注イノレット
	トリーバ注フレックスタッチ
	インスリングルルギンBS注ミリオペン「リリー」
	インスリングルルギンBS注キット「FFP」

## 🕒 投与時間は効き始める時間による・・・

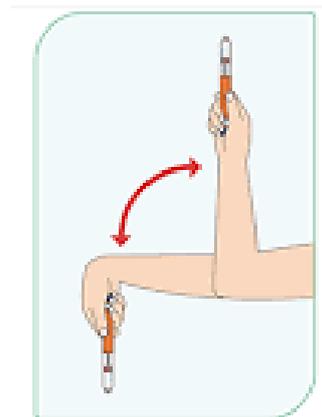
インスリンには、投与 15 分で血糖を下げ始めるものからいつ投与しても一定の効果を示すものまで、たくさんの種類があります。自分がどの種類のインスリンを使っているかを把握することは効果を十分に発揮させる点や、副作用を予防する点においてとても重要です。

## 🕒 使いはじめが肝心

混合型や中間型のインスリンに関しては、使う前に十分に混合してもらう必要があります。液全体が乳白色になるまで、手のひらでコロコロ転がしたあと、肘を支点に 10 回以上転倒混和します。



手の平を平行にして激しく容器を 10 回回転させる



10 回以上勢いよく 肘を支点に転倒混和する

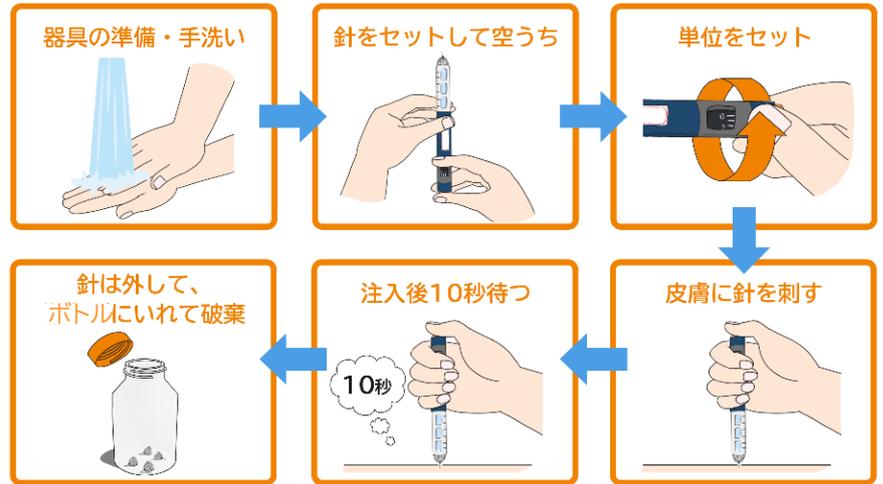
## 自己注射

### 【ポイント】

★空打ちでは軽くはじいて空気を上に集めて、薬液が出ていることを確認してください

★投与位置は毎回変えてください

★ボタンを押してから薬液は出ています。必ず **10 秒間** 押したまま待つて押したまま抜いてください



廃棄用ボトルの必要な方はお声がけください！

## 保管方法

使用前のインスリンは**冷蔵庫の開き戸**などに入れ、**2～8℃**で保管します。

使用開始後は室温で保存し、冷蔵庫などの低温や真夏の車内などの高温を避けます。

これは低温では凍結、高温ではインスリン変性(状態が変化してしまう)のおそれがあるためです。

## ブドウ糖は持っていますか？

インスリンを投与している方は、**低血糖**になる可能性があります。

いつもより激しい運動をした後や、食事量が少ない時などは起こりやすいといわれています。

血糖値が低下している状態なので、糖분을摂取すれば改善されます。

**ブドウ糖 10g、砂糖 20g、缶ジュース 1 本**を目安に摂取して血糖値をこまめに測定してください。

【主な低血糖症状】



強い空腹感



冷や汗



めまい



手指のふるえ



意識低下

## シックデイの対応

風邪や胃腸炎などで、食事が十分に摂れない事態のことをシックデイと言います。シックデイのときの対応についても確認しておきましょう。

★中間型・持続型は継続する

★頻繁に血糖値を測定する

★超速効、速効、混合型は食事量、血糖値に応じて調節

★水分を1L/日を目安に摂取する

### 若水ハロー薬局

新居浜市若水町 1-7-16 Tel 31-1850 Fax 31-1849

☆ 決めよう！ 利用する「**かかりつけ薬局**」を一つ決めよう

☆ 探そう！ 何でも相談できる「**かかりつけ薬剤師**」を探そう

☆ 活用しよう！ あなたの健康をサポートします

