

糖尿病だより

◇ インスリンボールを作らないための工夫 ◇

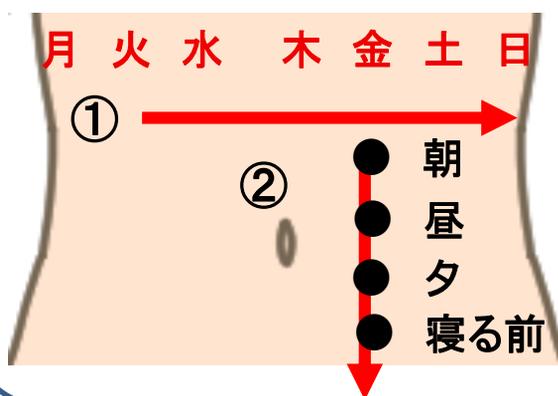


インスリン注射を繰り返し同じ部位に行くと「インスリンボール」と呼ばれるしこりができます。そのしこりのできた部位は、インスリンの吸収が悪く血糖値が下がりにくくなります。打ちやすい部位や痛みの少ない部位にインスリンボールができていますので、皮膚に触れてチェックして下さい。

<腹部へのインスリン注射方法の紹介>

ポイント： 前回注射を行った部位から2～3cmずらす
へその周り5cm以内の注射は避ける

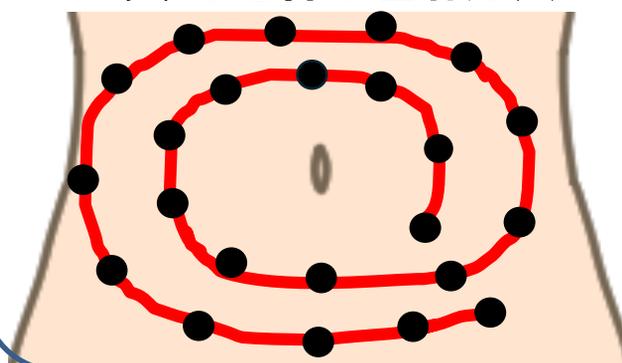
1. カレンダー式注射方法



①腹部の右側を月曜日とし、曜日毎に左側に向けて横方向に注射部位をずらす

②腹部の上部から朝・昼・夕・寝る前と縦方向に注射部位をずらす

2. うずまき打ち注射方法



腹部の外側からへそに向けてぐるぐると渦巻状に注射部位をずらす