



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Как самостоятельно сделать подкожную инъекцию с помощью предварительно заполненного шприца

Эта информация поможет вам научиться самостоятельно делать подкожную инъекцию (укол) с помощью предварительно заполненного шприца. Подкожная инъекция — это инъекция, которая вводится под кожу. Предварительно заполненный шприц — это шприц, который продается уже с лекарством внутри.

Медицинский сотрудник покажет вам, как сделать инъекцию самостоятельно. Вы можете воспользоваться информацией из этого материала в качестве напоминания, когда будете делать инъекцию дома.

Информация о вашем лекарственном препарате

- Название препарата: _____
- Время введения: _____
- Доза: _____

Как хранить предварительно заполненные шприцы

Способ хранения предварительно заполненных шприцев зависит от вида лекарства в них. Большинство лекарств хранятся при комнатной температуре, но некоторые следует хранить в холодильнике.

Медицинский сотрудник расскажет, как хранить ваши шприцы. **Не храните предварительно заполненные шприцы в морозилке и не оставляйте их на солнце.**

Поставьте галочку в одном из полей ниже, чтобы не забыть, как хранить шприцы.

- Хранить предварительно заполненные шприцы при комнатной температуре.
- Хранить предварительно заполненные шприцы в холодильнике.

Если у вас возникли вопросы о хранении или перевозке предварительно заполненных шприцев во время поездок, обратитесь к своему медицинскому сотруднику.

Что делать, если лекарство замерзло

Если лекарство внутри шприца замерзло, положите его ближе к передней стенке холодильника или на полку на дверце холодильника, чтобы оно оттаяло. Не используйте лекарство, если оно замерзло более одного раза. Позвоните своему медицинскому сотруднику, чтобы получить дальнейшие указания.

Как самостоятельно сделать подкожную инъекцию

Подготовьте все необходимое

Разложите принадлежности на чистой, ровной поверхности (например, на обеденном столе или на кухонной столешнице). Вам понадобятся:

- 1 спиртовая салфетка
- 1 небольшой марлевый или ватный тампон, кроме случаев, когда вы самостоятельно делаете инъекцию enoxaparin (Lovenox®) или heparin
- 1 повязка (например, пластырь Band-Aid®)
- Прочный контейнер для утилизации шприца и иглы (например, пластиковый флакон с крышкой из-под жидкого средства для стирки)
 - Прочитайте материал *Хранение и утилизация бытовых медицинских игл* (<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps>), чтобы узнать, как подобрать контейнер для утилизации острых предметов.
- 1 предварительно заполненный шприц с колпачком на игле
 - Если вы храните предварительно заполненные шприцы в холодильнике, достаньте один шприц за 30 минут до инъекции. Во время инъекции лекарство должно быть комнатной температуры.
 - Не встряхивайте шприц. Встряхивание может негативно повлиять на лекарство внутри шприца.

Проверьте предварительно заполненный шприц

Проверьте лекарство:

- **Название.** Убедитесь, что она совпадает с назначенной вам медицинским сотрудником.
- **Доза.** Убедитесь, что она совпадает с назначенной вам медицинским сотрудником.
- **Срок годности.** Убедитесь, что срок годности не истек.
- **Цвет.** Убедитесь, что лекарство в шприце прозрачное и бесцветное. **Не используйте его, если оно вспенилось, изменило цвет, помутнело, или в нем появились кристаллики.**

Если название лекарства или его доза не совпадает с тем, что назначил

ваш медицинский сотрудник, срок действия лекарства истек либо лекарство вспенилось, изменило цвет, помутнело или в нем появились кристаллики, не используйте шприц. Если у вас есть другой шприц, воспользуйтесь им. После чего свяжитесь с медицинским сотрудником или фармацевтом и сообщите об этом. Возможно, вы сможете принести полный шприц в аптеку, чтобы заменить его.

Подготовьте место инъекции

Выберите на теле такое место для инъекции, где кожу можно оттянуть на 1-2 дюйма (2,5-5 см). Лучше всего выбрать один из следующих участков (см. рисунок 1):

- брюшная полость (живот), кроме участка в 2 дюйма (5 сантиметров) вокруг пупка;
- середина передней или середина внешней поверхности бедра;
- верхняя часть ягодиц;
- задняя поверхность плеча, если инъекцию вам сделает другой человек.

Если медицинский сотрудник попросил вас делать инъекцию в определенное место, следуйте этим рекомендациям. Некоторые лекарства более эффективны при введении в определенные места. **Не вводите лекарство в болезненные, покрасневшие, ушибленные, твердые участки или в области со шрамами либо растяжками.**

Рисунок 1. Места инъекций

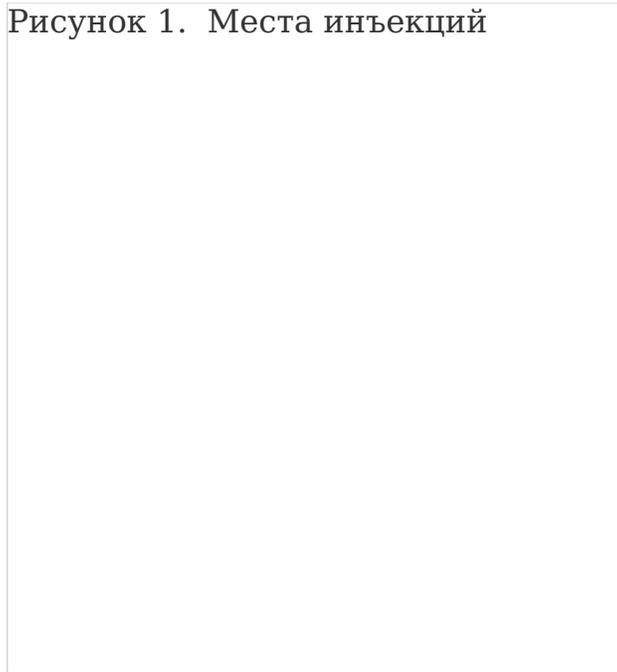


Рисунок 1. Места инъекций

Делайте каждую последующую инъекцию в другое место. Для отслеживания мест удобно использовать блокнот или календарь. Введение лекарства в одно и то же место приводит к формированию рубцовой ткани. Из-за этого эффективность лекарства может быть снижена. Это также затруднит введение иглы в кожу.

Выбрав место введения, следуйте инструкциям ниже.

1. Тщательно вымойте руки водой с мылом или обработайте их спиртосодержащим антисептиком.
 - Если вы моете руки водой с мылом, намочите их, намыльте, тщательно потрите друг об друга в течение 20 секунд, затем ополосните. Просушите кожу рук одноразовым полотенцем и закройте кран с помощью того же полотенца.
 - При использовании спиртосодержащего антисептика обязательно нанесите его на руки и трите руки друг о друга до его полного высыхания.
2. Подверните одежду, закрывающую место инъекции.
3. Откройте спиртовую салфетку. Протрите кожу в месте инъекции

салфеткой, крепко прижимая ее к коже. Начните с центра выбранного участка и двигайтесь к внешним краям круговыми движениями.

4. Дайте коже высохнуть. Не обмахивайте это место и не дуйте на него.

Сделайте себе инъекцию

1. Достаньте шприц из упаковки.

- Если вы делаете инъекцию Lovenox, убедитесь, что в шприце есть пузырек воздуха. Если пузырька нет, отложите этот шприц и воспользуйтесь другим. После того как вы сделаете себе инъекцию, свяжитесь с медицинским сотрудником или фармацевтом и сообщите об этом. Возможно, вы сможете принести полный шприц в аптеку, чтобы заменить его.

2. Доминирующей рукой (рукой, которой вы пишете) возьмитесь за середину шприца, как за ручку или дротик для игры в дартс.

3. Осторожно снимите колпачок с иглы (см. рисунок 2). Сняв колпачок с иглы не кладите шприц. **Старайтесь, чтобы ничто, даже ваши пальцы, не касалось иглы.** Если что-либо коснулось иглы, поместите шприц в контейнер для острых предметов. Начните процедуру заново с новым шприцем. После того как вы сделаете себе инъекцию, свяжитесь с медицинским сотрудником и сообщите об этом.

Рисунок 2. Снимите колпачок с иглы

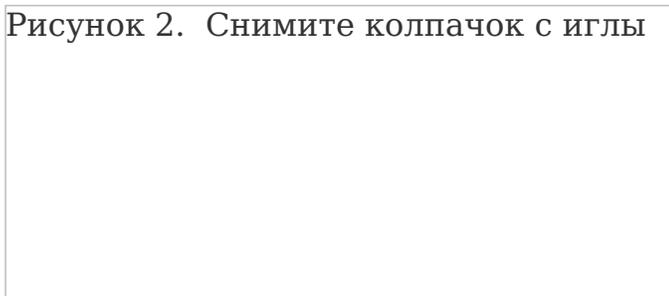


Рисунок 2. Снимите колпачок с иглы

4. При введении какого-либо лекарства, за исключением Lovenox, проверьте шприц на отсутствие пузырьков воздуха. Если в шприце

есть пузырек, возьмите шприц так, чтобы игла была направлена вверх. Осторожно постучите по шприцу пальцами, чтобы пузырьки воздуха поднялись в его верхнюю часть, ближе к игле. Медленно нажмите на поршень, чтобы выпустить пузырьки воздуха из шприца. Не делайте этого в случае с лекарством Lovenox.

5. Убедитесь, что вы продолжаете держать шприц за середину, как вы держите ручку или дротик для игры в дартс. Свободной рукой оттяните кожу в месте инъекции.
6. Одним равномерным и быстрым движением полностью введите иглу под прямым углом в кожу (см. рисунок 3). Пока не кладите большой палец на поршень.

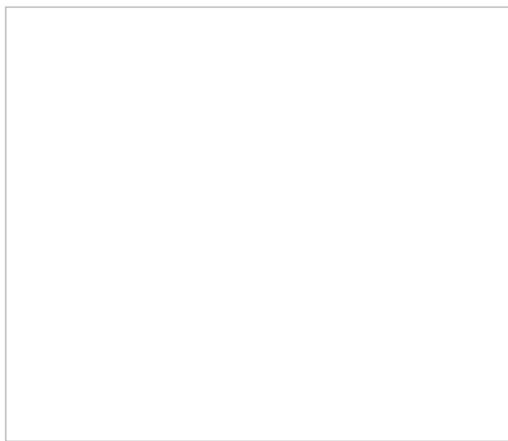


Рисунок 3. Рисунок 3.
Введите иглу в кожу

7. Перестаньте оттягивать кожу. Большим пальцем медленно нажмите на поршень и опустите его до упора, пока не введете все лекарство (см. рисунок 4). Вы можете использовать большой палец любой руки, чтобы вам было удобно.

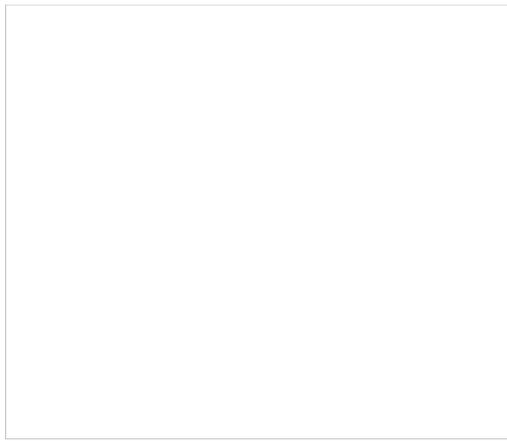


Рисунок 4. Опустите поршень до упора

8. Когда шприц опустеет, вытяните иглу из кожи вертикально вверх.

- Не давите на место инъекции, если вы сделали себе инъекцию Lovenox или heparin. В случае необходимости наложите повязку на место инъекции.
- При введении какого-либо лекарства, за исключением Lovenox и heparin, приложите ватный или марлевый тампон к месту инъекции и прижмите его на несколько секунд. В случае необходимости наложите повязку на место инъекции.

Не надевайте колпачок на иглу. Будьте осторожны, чтобы не уколоться иглой.

9. Наденьте на иглу защитную насадку.

- Если вы сделали себе инъекцию Lovenox, с силой нажмите на поршень и опустите его до конца. Защитная насадка должна сама сесть на нужное место.
- При введении какого-либо лекарства, за исключением Lovenox, возьмитесь за прозрачные пластиковые упоры для пальцев по бокам шприца одной рукой. Возьмите защитную насадку другой рукой (см. рисунок 5). Надвиньте защитную насадку на иглу так, чтобы игла была полностью закрыта (см. рисунок 6). Вы услышите щелчок, когда защитная насадка встанет на место.

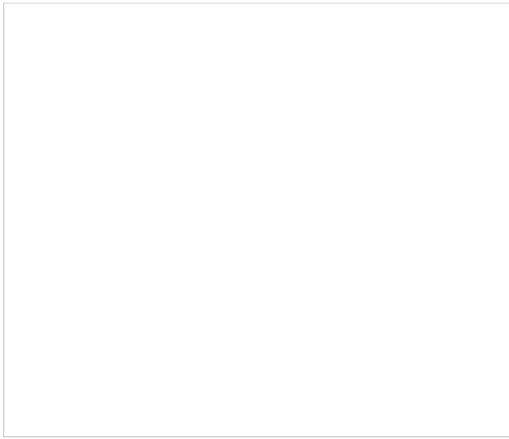


Рисунок 5. Возьмите защитную насадку

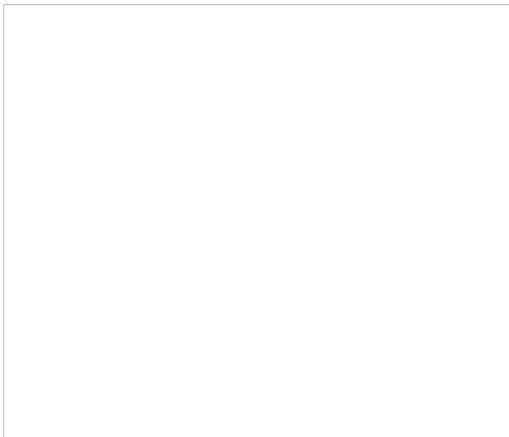


Рисунок 6. Надвиньте защитную насадку

10. Выбросьте шприц в контейнер для острых предметов. Не используйте предварительно заполненный шприц повторно.

Для получения информации о том, как выбрать контейнер для острых предметов и утилизировать использованные шприцы и другие бытовые медицинские иглы, ознакомьтесь с нашим материалом *Хранение и утилизация бытовых медицинских игл*

(<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps>).

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику?

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если наблюдается что-либо из нижеперечисленного:

- Из места инъекции не перестает идти кровь.
- У вас появилась очень сильная боль.
- Вы ввели лекарство в неправильное место.
- У вас поднялась температура 100,4 °F (38 °C) или выше.
- У вас появились признаки аллергической реакции, например отек, покраснение, зуд или сыпь.
- Вы не можете воспользоваться шприцем, поскольку срок годности лекарства истек, лекарство вспенилось, изменило цвет, помутнело или в нем появились кристаллики.
- Вы не можете воспользоваться шприцем, поскольку коснулись чего-либо иглой перед инъекцией.
- Вы не можете воспользоваться предварительно заполненным шприцем с Lovenox, поскольку в нем нет пузырька воздуха.
- У вас возникли трудности с введением инъекции.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

How to Give Yourself a Subcutaneous Injection Using a Prefilled Syringe - Last updated on December 7, 2023

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center