MyCARE

ஒவ்வொரு அடியிலும் எனக்குத் துணைநிற்கிறது

“இன்சுலினை பாதுகாப்பாக வைப்பதற்கு

சில உதவிகரமான குறிப்புகளைப் பார்க்கலாம்.”

USV

இன்சுலினை
பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு
காலாவதி தேதியை பார்க்கவும்
இந்த காலவதி தேதிக்கு பிறகு
எந்த ஒரு இன்சுலினையும்
பயன்படுத்தக்கூடாது.

சீல் செய்யப்பட்ட இன்சுலின் வயல்/பென்/கார்ட்ரிஜை **2° - 8° C வெப்ப நிலைக்கு இடையே குளிர்சாதன பெட்டியில்** வைக்கவும்.

ஃப்ரீசர் - 2° C க்கு கீழ் வெப்ப நிலையில் வைக்காதீர்கள்

மிடில் ரேக் - இன்சுலின் வைக்கும் பகுதியை சுத்தமாக வைக்கவும்

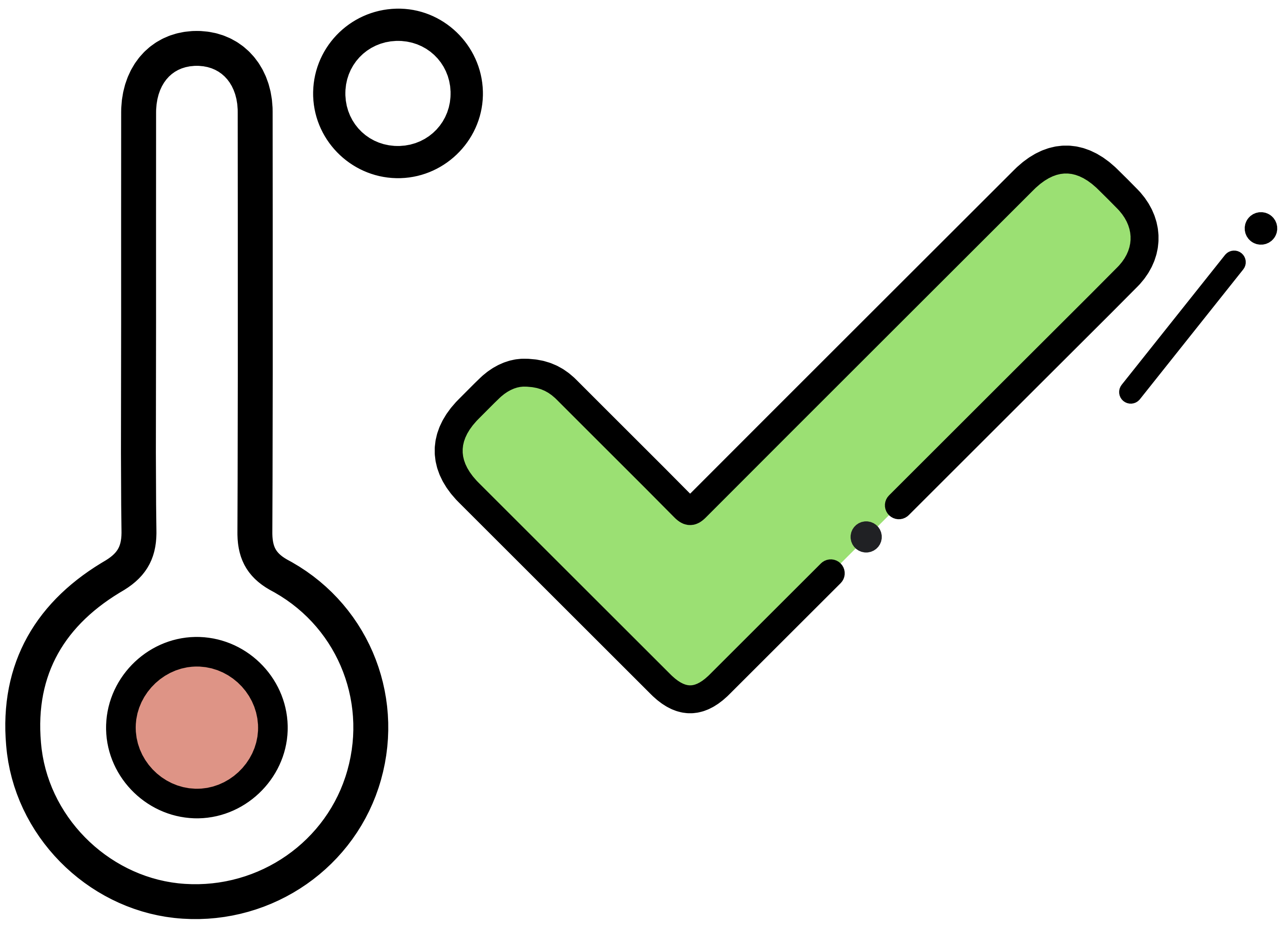
வெஜிடபிள் ட்ரே - 8° C க்கு அதிகமாக வெப்ப நிலையில் வைக்காதீர்கள்

வெயில்/கேர் கிளவ்
கம்பார்ட்மெண்டில்
(அதிக வெப்பமுள்ளது)
அல்லது ஃப்ரீசரில்
(அதிக குளிர்ச்சியானது)
இன்சுலினை வைக்காதீர்கள்.

இன்சுலினை உறைய வைக்கக்கூடாது.

தவறுதலா உறைய வைத்தால் இன்சுலினை எறிந்துவிடவும்.

இன்சுலின்
வைத்திருக்கும் முறையை
தயாரிப்பாளர் பரிந்துரையை
கட்டாயம்
பின்பற்ற வேண்டும்.

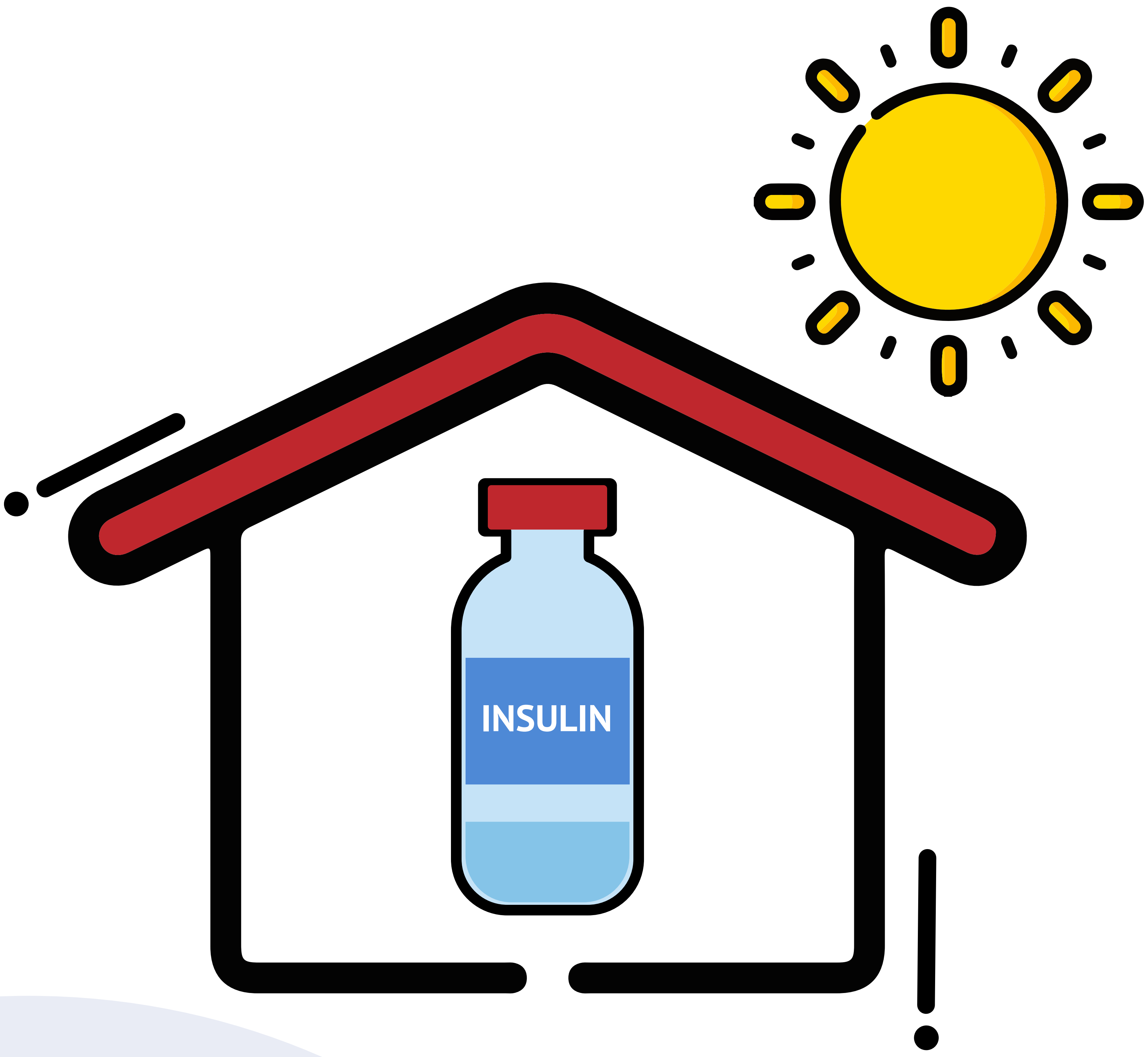


இன்சுலின் வயல்/பென்னை ஒரு முறை திறந்துவிட்டால் (<30 C) அதை அறையின் வெப்ப நிலையில் வைக்கவும்.

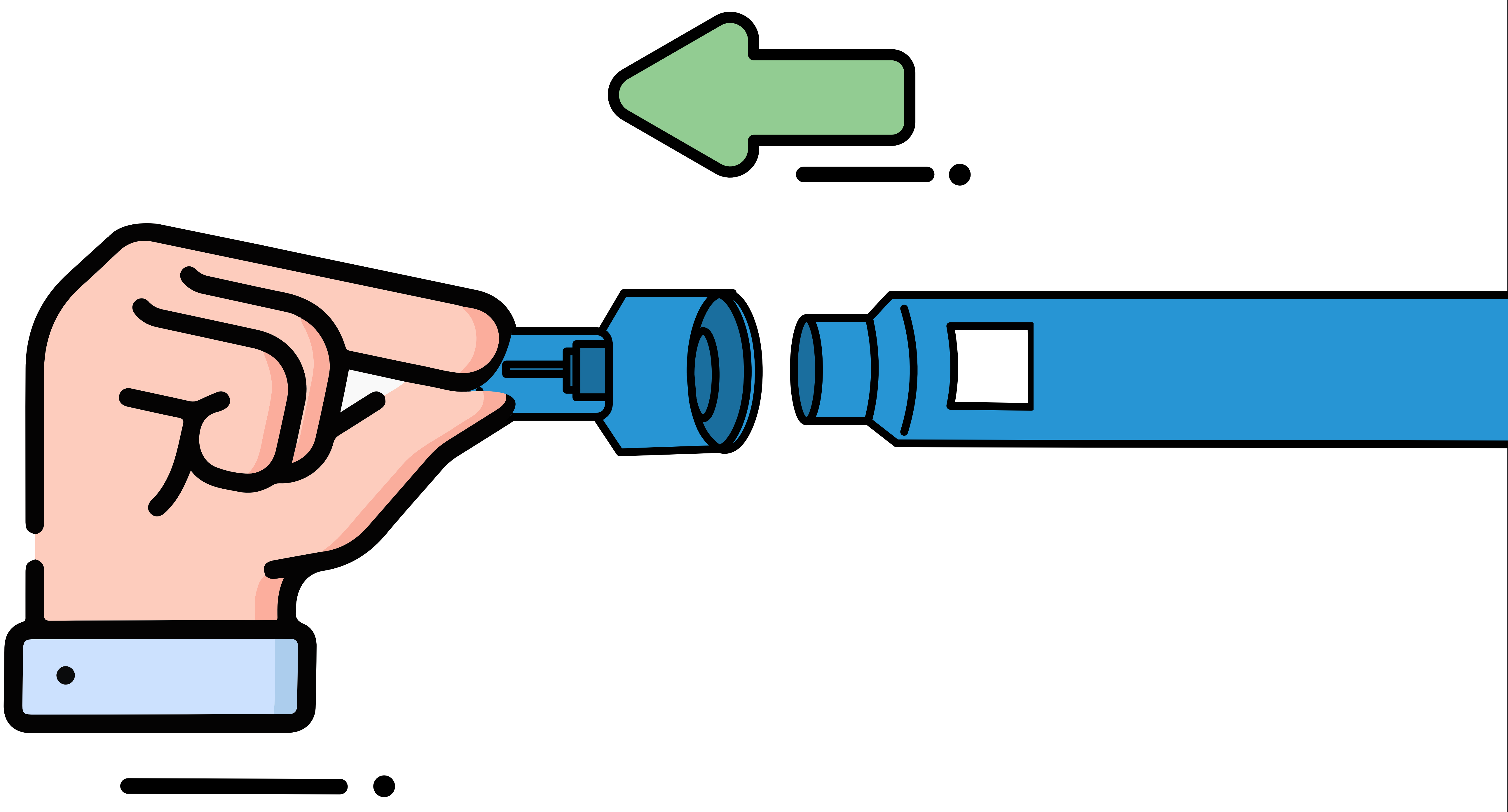
அறையின் வெப்ப நிலையில் இதன் ஆயுள் 4 வாரங்கள்.

நீங்கள் தேதியை வயலில்/பென்னில் எழுதி பிறகு அப்புறப்படுத்தலாம்.

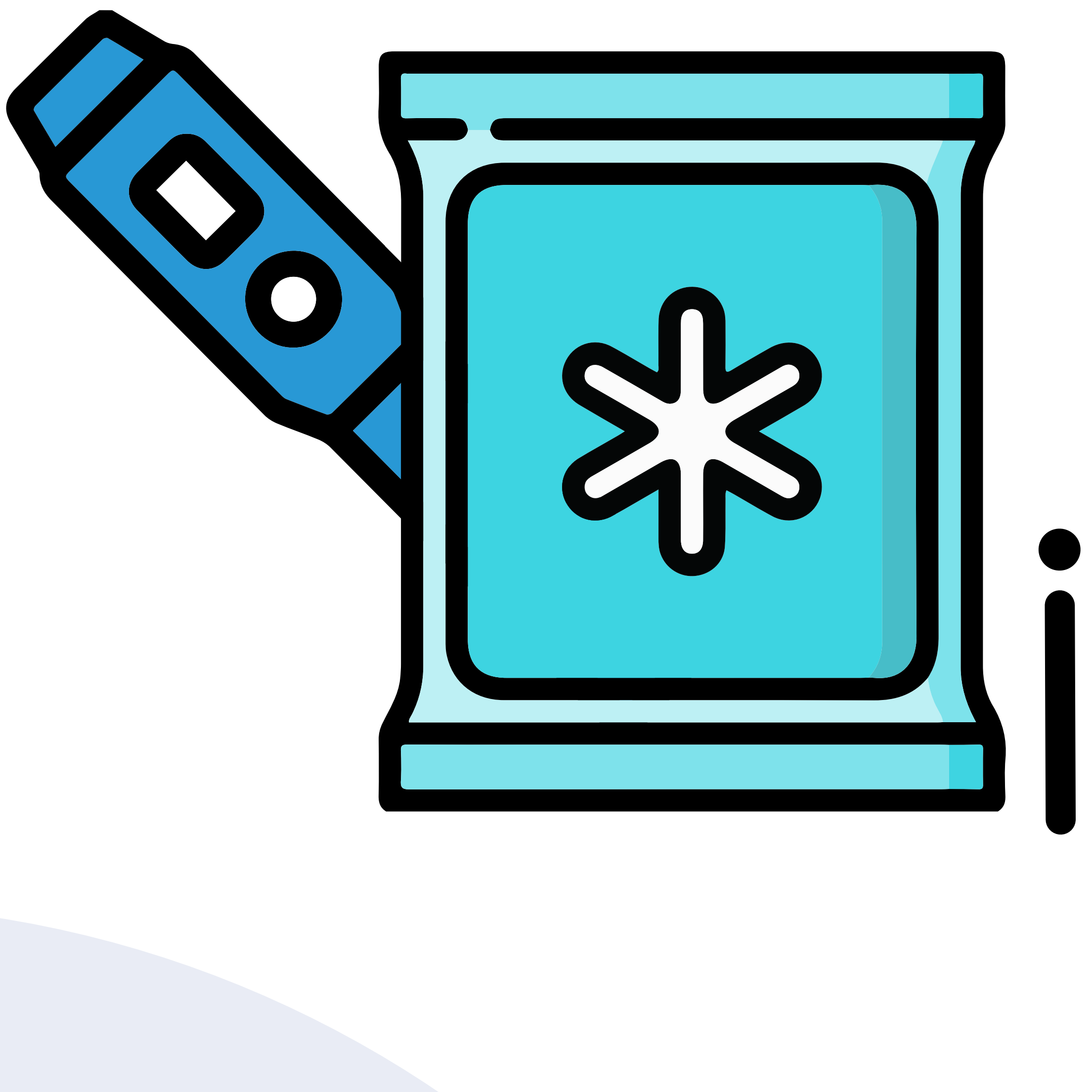
குளிர்சாதன பெட்டி இல்லை என்றாலோ மின்சார சப்ளை ஒழுங்காக இல்லை என்றாலோ **இன்சுலினை ஒரு குளிர்ச்சியான, காற்றோட்டமான மற்றும் இருட்டான இடத்தில்** வெயில் படாமல் வைக்கவும்.



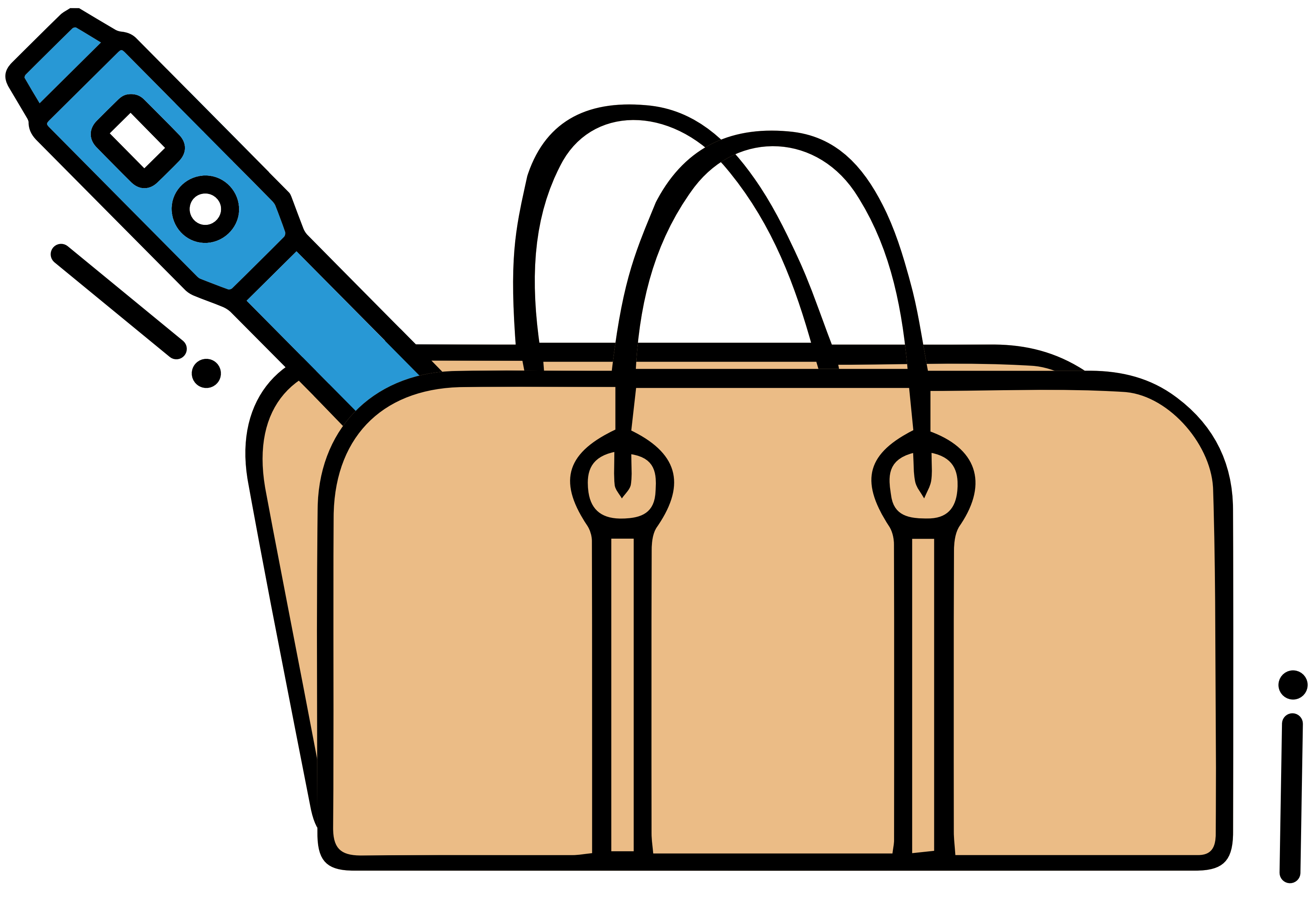
இன்சுலினை
பயன்படுத்திய பிறகு
ஒவ்வொரு முறையும்
பென்னிலிருந்து
ஊசியை நீக்கி
இன்சுலின் கசியாமல்
வைக்கவும்.



பயணத்தின் போது **இன்சுலின் வயல்/பென்னை ஒரு பவுச்சில் கூலண்ட் ஜெல் பேக்கில் குளிர்ச்சியாக வைக்கவும்.** அல்லது சுற்றுச்சூழல் வெப்ப நிலை 30°C க்கு மேலிருகும் பட்சத்தில் ஒரு ஃபிளாஸ்கில் ஐஸைப் போட்டு அதற்குள் வைக்கவும்.

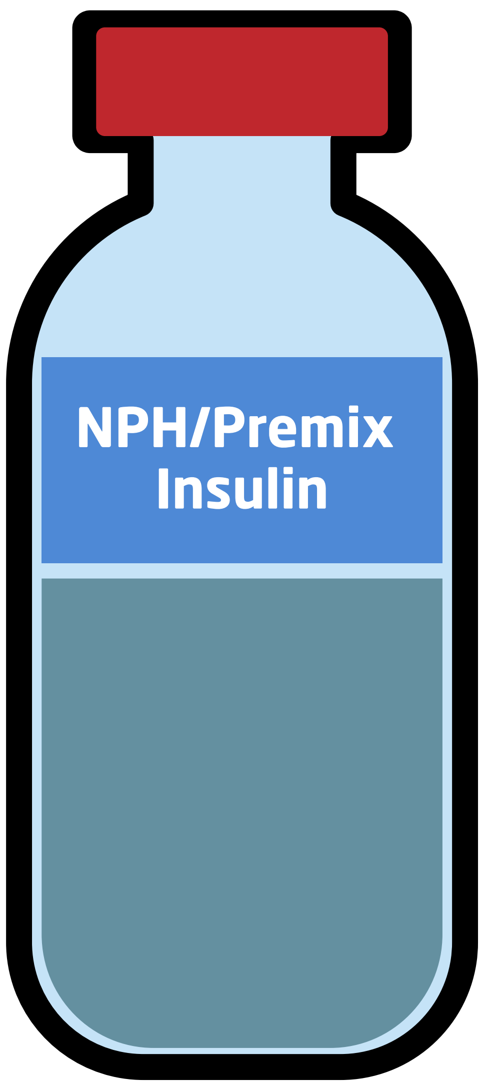


பயணத்தின் போது அதிக வெப்ப நிலையால் பாதிக்கப்படாமல் இருக்க **இன்சுலினை செக்-இன் பையில் வைக்காதீர்கள்.**



ஒவ்வொரு முறை இன்சுலினை பயன்படுத்துவதற்கு முன்பும் **வயலை உன்னிப்பாக கண்காணிக்கவும்.** இன்சுலினை சிரிஞ்ஜில் எடுப்பதற்கு முன்பு அது வழக்கம்போல இருப்பதை உறுதி செய்து கொள்ளவும். அதில் துகள்களோ அல்லது கிரிஸ்டல்ஸோ, ஃப்ராஸ்டிங் அல்லது நிறமாற்றம் காணப்பட்டாலோ இன்சுலினை அப்புறப்படுத்திவிடவும்.

இவற்றை பார்க்கவும்:
துகள்கள் அல்லது நிறமாற்றம்



இவற்றை பார்க்கவும்:
பிராஸ்டிங் அல்லது கிரிஸ்டல் அல்லது கட்டிதட்டுஅல் அல்லது சிறு துகள்கள்

குறிப்பு: வழக்கமான இன்சுலின்/கிளாஜைன் என்பது தெளிவான மற்றும் NPH/ப்ரீமிக்ஸ் இன்சுலின் கிளவுடியாக இருக்கும்.

ஞாபகம் இருக்கட்டும்
இன்சுலினை பாதுகாப்பக வைப்பது மிகவும் அவசியம்
ஏனென்றால் அதிக வெப்பம் அல்லது குளிரான வெப்ப நிலை இன்சுலினின் திறனை பாதிக்கும். அதன் செயல்பாட்டிற்கும் தடையாக இருக்கும்.

MyCARE

ஒவ்வொரு அடியிலும் எனக்குத் துணைநிற்கிறது

குறிப்பு

1. இன்சுலின் ஸ்டோரேஜ் அண்டு சிரஞ்ச் சேஃப்டி | ADA. Diabetes.org. (2022). 6 ஜூலை 2022 அன்று https://www.diabetes.org/healthy-living/medication-treatments/Insulin-other-injectables/Insulin-storage-and-syringe-safety. லிருந்து எடுக்கப்பட்டது.

2. சௌதரி, எஸ் மற்றும் சக்ரபோர்த்தி, பி.பி.(2017). எரர்ஸ் இன்சுலின் தெரப்பி; ரியல் லைஃப் எக்ஸ்பீரியன்சஸ் பிரம் டெவலப்பிங் வேர்ல்டு. ஜர்னல் ஆஃப் ஃபேமிலி மெடிசன் அண்டு பிரைமரி கேர், 6(4), 724-729. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_418_16

3. டேண்டன் என், கால்ரா எஸ், பல்ஹாரா ஒய்பி, பரூவா எம்பி, செட்டா எம், சந்தாலியா எச்பி, எட் அல். ஃபோரம் ஃபார் இன்ஜெக்ஷன் டெக்னிக் அண்டு தெரப்பி எக்ஸ்பர் ரெகமெண்டேஷன்ஸ், இந்தியா: தி இந்தியன் ரெகமண்டேஷன்ஸ் ஃபார் பெஸ்ட் பிராக்டீஸ் இன் இன்சுலின் இன்ஜெக்ஷன் டெக்னிக் 2017. இந்தியன் ஜே எண்டோக்ர் மெடாப் 2017;21:600-17.

Disclaimer:
"The guide/presentation/content/literature is for general information, guidance and educational purposes only and is not complete or exhaustive. The guide/ presentation/content/literature is not intended or implied to replace or substitute any current practice and or advice/guidance/diet provided by healthcare professionals. This guide/presentation/content/literature does not constitute any treatment/therapy/medication/diet/opinions for any patients who are on diabetes medication, the patients are required to prior consult their healthcare professional before acting on any change on treatment/therapy/ medication/diet and or opions. USV Private Limited makes no representations as to accuracy, completeness, correctness, suitability or validity of any information contained in this guide/presentation/content/literature and will not be liable for any losses, injuries or damages arising from its use."

பொது நலன் கருதி வெளியிடுவோர்: USV