تعليم المريض/ مقدم الرعاية

كيف تعطي نفسك حقنة تحت الجلد باستخدام محقن مُعبأ مسبقًا

تساعدك هذه المعلومات في تعلم كيفية إعطاء نفسك حقنة تحت الجلد باستخدام محقن مُعبأ مسبقًا. تُعطَى هذه الحقنة تحت الجلد. المحقن المُعبأ مسبقًا هو عبارة عن محقن يحتوي بداخله على الدواء.

سيوضح لك مقدم الرعاية الصحية كيفية إعطاء نفسك حقنة تحت الجلد. يمكنك استخدام المعلومات الواردة في هذا المصدر لتتذكر طريقة تلقي الحقنة أثناء تواجدك في المنزل.

معلومات عن دوائك

- اسم الدواء: _____
- مواعيد الدواء: _____
- الجرعة: _____

كيفية تخزين المحاقن المُعبأة مسبقًا

تعتمد كيفية تخزين المحاقن المُعبأة مسبقًا على الأدوية التي تحتوي عليها. يتم تخزين أغلب الأدوية في درجة حرارة الغرفة، ولكن قد يتعين الاحتفاظ ببعض الأدوية في الثلاجة. سيخبرك مقدم الرعاية الصحية بكيفية تخزين المحاقن. **تجنب تخزين المحاقن المُعبأة مسبقًا في المُجمد أو تركها تحت أشعة الشمس المباشرة.**

ضع علامة على أحد المربعات التالية لمساعدتك على تذكر كيفية تخزين المحاقن الخاصة بك.

☐ تخزين المحاقن المُعبأة مسبقًا في درجة حرارة الغرفة.

☐ تخزين المحاقن المُعبأة مسبقًا في الثلاجة.

إذا كانت لديك أسئلة بشأن كيفية تخزين أو حمل المحقن المُعبأة مسبقًا أثناء السفر، فاستشر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.

ما الذي يجب فعله إذا تجمَّد الدواء

إذا تجمد الدواء بداخل المحقن، فضع المحقن بالقرب من الجزء الأمامي داخل الثلاجة أو على أحد أرفف باب الثلاجة حتى يذوب. إذا تجمد الدواء أكثر من مرة، فلا تستخدمه. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك للحصول على المزيد من التعليمات.

كيف تعطي نفسك حقنة تحت الجلد

اجمع المستلزمات

ضع مستلزماتك على سطح نظيف ومستوٍ (مثل طاولة أو منضدة). ستحتاج إلى:

- مسحة كحولية واحدة
- ضمادة شاش أو كرة قطنية واحدة، إلا إذا كنت ستحقن نفسك بعقار إينوكسبارين (Lovenox®) أو هيبارين
- ضمادة واحدة (مثل Band-Aid®)
- حاوية صلبة للتخلص من المحقن والإبرة (مثل زجاجة مُنظف الغسيل ذات الغطاء المصنوعة من البلاستيك الثقيل)
  - اقرأ *How to Store and Get Rid of Your Home Medical Sharps* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps) للاطلاع على التعليمات الخاصة باختيار حاوية الأدوات الحادة.
- مقحن مُعبأ مسبقًا واحد مع غطاء إبرة
  - إذا قمت بتخزين المحقن المُعبأة مسبقًا في الثلاجة، فأخرج واحدًا قبل 30 دقيقة من تلقي الحقنة. يجب أن يكون الدواء بنفس درجة حرارة الغرفة عند حقنه.
  - تجنب رج المحقن. فقد يؤدي ذلك إلى تلف الدواء الموجود بداخله.

افحص المحقن المُعبأ مسبقًا

افحص الدواء:

- **الاسم.** تأكد أنه مطابق للدواء الذي وصفه لك مقدم الرعاية الصحية.

- **الجرعة.** تأكد أنه مطابق للدواء الذي وصفه لك مقدم الرعاية الصحية.
- **تاريخ انتهاء الصلاحية.** تأكد أن تاريخ انتهاء الصلاحية لم يمر بعد.
- **اللون.** تأكد أن الدواء في المحقن شفاف وعديم اللون. **ولا تستخدمه إن كان يبدو رغويًا أو حائل اللون أو غائمًا أو به بلورات.**

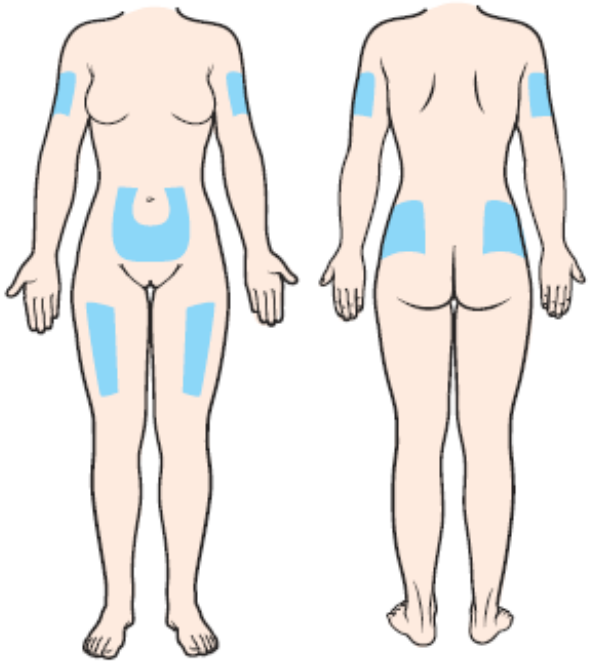
إذا كان اسم الدواء أو جرعته غير مطابقة لما وصفه مقدم الرعاية الصحية، أو كان منتهي الصلاحية، أو كان رغويًا أو حائل اللون أو غائمًا أو به بلورات، فلا تستخدم المحقن. واستخدم محقن آخر بدلاً منه إذا كان متوفرًا لديك. ثم اتصل بمقدم الرعاية الصحية أو الصيدلي لإخباره بذلك. قد يتسنى لك إحضارالمحقن الكامل إلى الصيدلية حتى يمكنهم استبداله.

قم بإعداد موضع الحقن.

اختر موضع الحقن الذي يتيح لك ضم بوصة إلى بوصتين (2.5 إلى 5 سنتيمترات) من الجلد لطيه. يُفضل استخدام أحد المواضع التالية (انظر الشكل 1):

- بطنك، باستثناء الجزء المحيط بالسرة على بُعد بوصتين (5 سنتيمترات)
- الجزء الأمامي الأوسط أو خارجي الأوسط للفخذين
- الجزء العلوي من المؤخرة (المقعدة)
- الجزء الخلفي من أعلى الذراعين، إذا كان شخص آخر سيعطيك الحقنة

إذا طلب منك مقدم الرعاية الصحية استخدام موضع آخر للحقن، فاتبع تعليماته. يكون تأثير بعض الأدوية أفضل إذا تم حقنها في مواضع معينة. **تجنب الحقن في موضع مؤلم أو أحمر اللون أو به كدمة أو صلبًا أو به ندبات أو علامات تمدد.**



الشكل 1. مواضع الحقن

احقن الدواء في موضع مختلف كل مرة. من المفيد استخدام دفتر ملاحظات أو تقويم لتتبع المواضع. حيث يؤدي الحقن في نفس الموضع كل مرة لتكوُّن تندب في الأنسجة. وقد يعوق ذلك فاعلية الدواء وعمله على النحو المرجو. كما سيجعل من الصعب إدخال الإبرة في الجلد.

بمجرد اختيار موضع الحقن، اتبع التعليمات التالية.

1. اغسل يديك جيدًا بالماء والصابون أو استخدم معقم يدين كحوليًا.
   - إذا كنت ستغسل يديك بالماء والصابون، فبلل يديك، ثم ضع الصابون، وافركهما معًا لمدة جيدًا 20 ثانية على الأقل، ثم اشطفهما. جفف يديك بمنشفة واستخدم نفس المنشفة لإغلاق الصنبور.
   - إذا كنت تستخدم معقمًا كحوليًا لليدين، فاحرص على تغطية يديك بالكامل به، وافركهما معًا حتى يجفان.
2. قم بطي أي ملابس تغطي موضع الحقن.
3. افتح المسحة الكحولية. قم بتنظيف الجلد في موضع الحقن بالضغط عليه برفق. ابدأ من منتصف الموضع وتحرك للخارج في حركة دائرية.
4. دع بشرتك تجف بالهواء. وتجنب تهويتها أو نفخها.

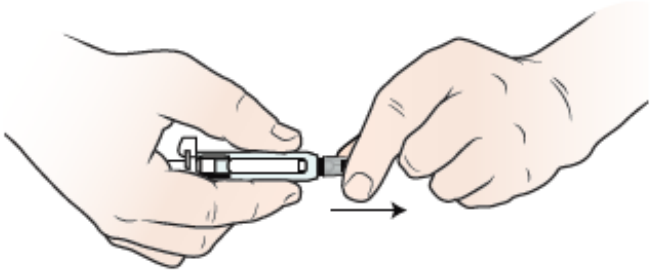
إعطاء نفسك الحقنة

1. أخرج المحقن من عبوته.

- إذا كنت تحقن عقار Lovenox، فتحقق من وجود فقاعة هوائية في المحقن. وإن لم تظهر لك واحدة، فضع المحقن جانبًا واستخدام محقنًا آخر مختلفًا. اتصل بمقدم الرعاية الصحية أو الصيدلي بعد إعطاء نفسك الحقنة لإخباره بذلك. قد يتسنى لك إحضارالمحقن الكامل إلى الصيدلية حتى يمكنهم استبداله.

2. استخدم يدك المهيمنة (التي تكتب بها) واحمل المحقن من الجزء الأوسط، مثل القلم أو السهم.

3. اسحب غطاء الإبرة برفق بشكل مستقيم (انظر الشكل 2). بمجرد رفع غطاء الإبرة، لا توجه المحقن للأسفل. **لا تسمح لأي شيء، بما في ذلك أصابعك، بلمس الإبرة.** وإذا لمس أي شيء الإبرة، فضع المحقن في حاوية الأدوات الحادة. وابدأ استخدام آخر جديد. اتصل بمقدم الرعاية الصحية بعد إعطاء نفسك الحقنة لإخباره بذلك.

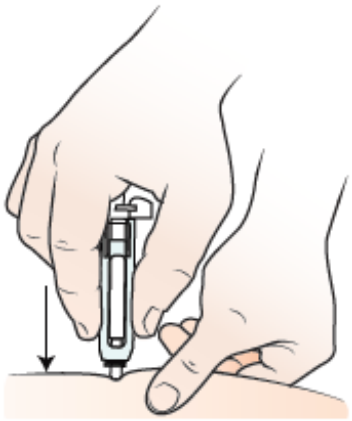


الشكل 2. انزع غطاء الإبرة

4. إذا كنت تعطي نفسك حقنة لأي دواء آخر إلى جانب Lovenox، فافحص المحقن للكشف عن الفقاعات الهوائية. وإذا كانت هناك فقاعة هوائية، فاحمل المحقن بحيث يتم توجيه الإبرة للأعلى. اطرق برفق على المحقن بأصابعك حتى ترتفع الفقاعات الهوائية إلى الأعلى بالقرب من الإبرة. اضغط على المكبس ببطء للأعلى لدفع الفقاعات الهوائية للخارج. لا تفعل ذلك إذا كنت تحقن عقار Lovenox.

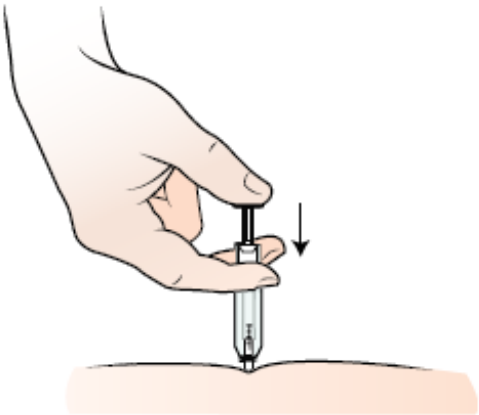
5. تأكد أنك لا تزال تحمل المحقن من الجزء الأوسط، مثل القلم أو السهم. استخدم يدك الحرة لضم طية من الجلد في موضع الحقن.

6. ادفع الإبرة بأكملها للأسفل في اتجاه مستقيم في الجلد بحركة واحدة سريعة وخفيفة (انظر الشكل 3). لا تضع الإبهام على المكبس في هذا الوقت.



الشكل 3. أدخل الإبرة في الجلد

7. توقف عن ضم الجلد بأصابعك. استخدم إبهامك لدفع المكبس ببطء للأسفل حتى آخر المسافة حتى يتم حقن كمية الدواء بالكامل (انظر الشكل 4). يمكنك استخدام إصبع الإبهام في أية من اليدين بما يحقق لك الراحة.



الشكل 4. اضغط على المكبس للأسفل حتى آخر المسافة

8.

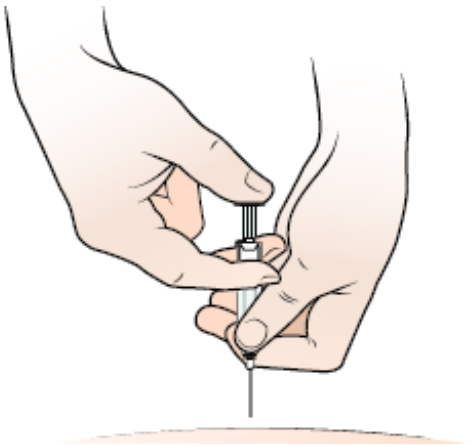
عندما يفرغ المحقن، أخرجه من الجلد بشكل مستقيم.

- إذا أعطيت نفسك حقنة لعقار Lovenox أو هيبارين، فلا تضغط على موضع الحقن. ضع ضمادة فوق موضع الحقن عند اللزوم.
- إذا أعطيت نفسك حقنة لأي دواء إلى جانب Lovenox أو هيبارين، فضع كرة قطنية أو ضمادة شاش على موضع الحقن واضغط للأسفل لبضع ثوانٍ. ضع ضمادة فوق موضع الحقن عند اللزوم.

لا تضع غطاء الإبرة مجددًا على المحقن. احرص على عدم وخز نفسك بالإبرة.

9. قم بتغطية الإبرة باستخدام واقي الإبرة.

- إذا أعطيت نفسك حقنة لعقار Lovenox، فاضغط على المكبس للأسفل بقوة. يجب أن يتحرك واقي الإبرة إلى مكانه من تلقاء نفسه.
- إذا أعطيت نفسك حقنة لأي دواء إلى جانب Lovenox، فأمسك موضع قبضات الأصابع البلاستيكية الشفافة على جانبي المحقن بإحدى يديك. احمل واقي الإبرة بيدك الأخرى (انظر الشكل 5). حرّك واقي الإبرة فوق الإبرة حتى تتم تغطية الإبرة بالكامل (انظر الشكل 6). ستسمع صوت استقرار واقي الإبرة في مكانه.



الشكل 5. أمسك واقي الإبرة

الشكل 6. حرّك واقي الإبرة

10. ضع المحقن في حاوية الأدوات الحادة. لا تستخدم المحقن المُعبأ مسبقًا أكثر من مرة واحدة.

اقرأ المورد *How to Store and Get Rid of Your Home Medical Sharps* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps) للاطلاع على معلومات حول اختيار حاوية الأدوات الحادة والتخلص من المحاقن المستعملة والأدوات الحادة الطبية المنزلية الأخرى.

متى يجب الاتصال بمقدم الرعاية الصحية

اتصل بمقدم الرعاية الصحية في الحالات التالية:

- إذا لم يتوقف النزيف في موضع الحقن.
- إذا شعرت بألم حاد.
- إذا حقنت الدواء في موضع غير صحيح.
- إذا أُصبت بحمى وارتفعت درجة حرارتك إلى 100.4 فهرنهايت (38 مئوية) أو أعلى
- إذا ظهرت عليك علامات على تفاعل الحساسية، مثل التورم أو الاحمرار أو الحكة أو الطفح الجلدي.
- إذا لم يكن بوسعك استخدام المحقن لأن الدواء منتهي الصلاحية أو رغوي أو حائل اللون أو غائم أو به بلورات.
- إذا لم يكن بوسعك استخدام المحقن بسبب لمس الإبرة قبل الحقن.
- إذا لم يكن بوسعك استخدام محقن مُعبأ مسبقًا بعقار Lovenox لأنه لا يحتوي على فقاعة هوائية.
- إذا وجدت صعوبة في تلقي الحقنة.

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.

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.mskcc.org/pe للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

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

جميع الحقوق مملوكة ومحفوظة لمركز Memorial Sloan Kettering لعلاج السرطان