



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

# Как самостоятельно сделать подкожную инъекцию с помощью предварительно заполненного шприца

Эта информация научит вас, как самостоятельно сделать подкожную инъекцию (укол) с помощью предварительно заполненного шприца.

Подкожная инъекция — это инъекция, которая вводится под кожу. Предварительно заполненный шприц — это шприц, уже наполненный лекарством.

Медсестра/медбрат покажет вам, как сделать инъекцию самостоятельно. Используйте информацию из этого материала дома, в качестве напоминания.

## Информация о лекарстве

Название лекарства:

---

Время введения лекарства:

---

Доза: \_\_\_\_\_

## Как хранить предварительно заполненные шприцы

Способ хранения предварительно заполненных шприцев зависит от того, какое в них находится лекарство.

Большинство лекарств хранятся при комнатной температуре, но некоторые следует хранить в холодильнике. Медсестра/медбрат расскажет вам как хранить шприцы и отметит нужную строчку из указанных ниже, чтобы вы не забыли.

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

**Не храните предварительно заполненные шприцы в морозилке и не оставляйте их на солнце.**

Если у вас возникли вопросы о хранении или перевозке предварительно заполненных шприцев во время поездок, обратитесь к врачу, медсестре/медбратау или фармацевту.

Что делать, если лекарство замерзло

Если вы случайно заморозили лекарство внутри шприца, положите его ближе к передней части холодильника или на полку в дверце холодильника, чтобы оно могло оттаять. Не используйте лекарство, если оно замерзло более одного раза. Для получения дальнейших инструкций обратитесь к врачу или медсестре/медбрату.

## Как самостоятельно сделать подкожную инъекцию

Подготовьте все необходимое

- 1 предварительно заполненный шприц с надетой на иглу прозрачной пластиковой защитной насадкой
- 1 спиртовая салфетка
- Одноразовый контейнер для утилизации медицинских игл или другой устойчивый к проколам контейнер (например, флакон из-под моющего средства)
  - Прочитайте материал *Хранение и утилизация бытовых медицинских игл* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps)), чтобы узнать, как подобрать контейнер для утилизации медицинских игл.
- 1 небольшой марлевый или ватный тампон, кроме случаев, когда вы самостоятельно делаете инъекцию эпохарарин (Lovenox<sup>®</sup>) или heparin

- 1 повязка (например, пластырь Band-Aid®)

Подготовьте предварительно заполненный шприц

1. **Если вы храните предварительно заполненные шприцы в холодильнике, достаньте один из них за 30 минут до инъекции.** Когда вы будете делать инъекцию, лекарство должно быть комнатной температуры.
2. Выберите чистую рабочую поверхность. Вы можете воспользоваться столешницей умывальника в ванной комнате, если вы можете там уединиться и вам достаточно места. Разложите все необходимое на рабочей поверхности.
3. **Не встряхивайте шприц.** Из-за этого лекарство может испортиться. Если вы встряхнули шприц, лекарство может вспениться, в этом случае его нельзя использовать.
4. Проверьте следующую информацию о лекарстве:
  - **Название** – убедитесь в том, что название лекарства на шприце совпадает с тем, что назначил вам врач.
  - **Срок годности** – убедитесь в том, что лекарство в шприце не просрочено. Если лекарство просрочено, выбросьте шприц в контейнер для медицинских игл.
  - **Сила действия (дозы)** – убедитесь в том, что сила

действия дозы лекарства совпадает с тем, что назначил вам врач. Сила действия указана на упаковке и на шприце.

- **Цвет** – убедитесь в том, что лекарство в шприце прозрачное и бесцветное. **Не используйте его, если оно изменило цвет, помутнело, или в нем появились кристаллики.**

## Подготовьте место инъекции

1. Тщательно вымойте руки водой с мылом или обработайте их спиртосодержащим антисептиком.
2. Выберите в качестве места инъекции один из следующих участков (см. рисунок 1).
  - Внешняя поверхность предплечья
  - Брюшная полость (живот), за исключением области диаметром 2 дюйма (5 см) вокруг пупка
  - Середина передней поверхности бедер
  - Верхняя зона ягодиц

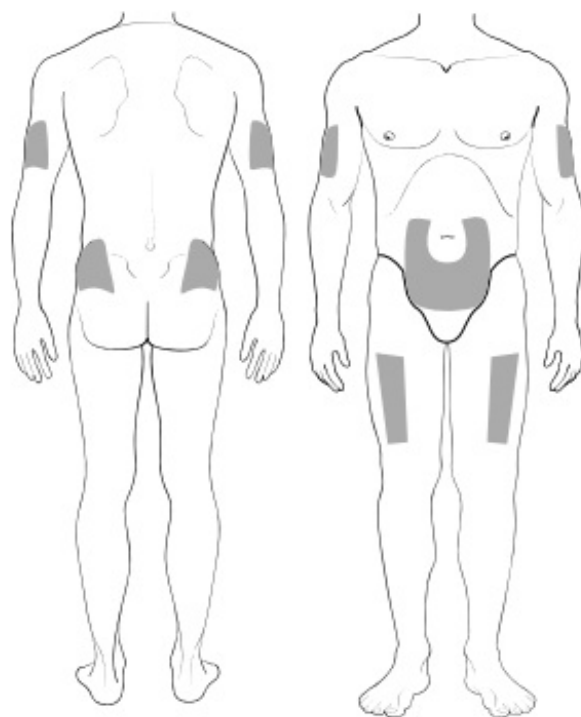


Рисунок 1. Места инъекций

Запомните, в какой участок вы делали предыдущую инъекцию, и каждый раз выбирайте другое место. Это поможет избежать болезненных ощущений в этих участках. **Не вводите лекарство в болезненные, покрасневшие, ушибленные, твердые участки, либо в области со шрамами или растяжками.**

3. Подверните одежду, закрывающую место инъекции.
4. Подготовьте спиртовую салфетку. Она понадобится вам для дезинфекции места инъекции непосредственно перед введением лекарства.
  - Возьмите запечатанную упаковку спиртовых салфеток. Оторвите 3 любых края упаковки.
  - Держите упаковку за неоторванный край. Аккуратно откройте упаковку, чтобы спиртовая салфетка была видна, но не вынимайте ее.
  - Положите открытую упаковку с салфеткой на чистую рабочую поверхность.

## Сделайте себе инъекцию

1. Достаньте шприц из упаковки.
2. Держите шприц за середину как вы держите ручку или дротик для игры в дартс. Осторожно снимите колпачок с иглы (см. рисунок 2).

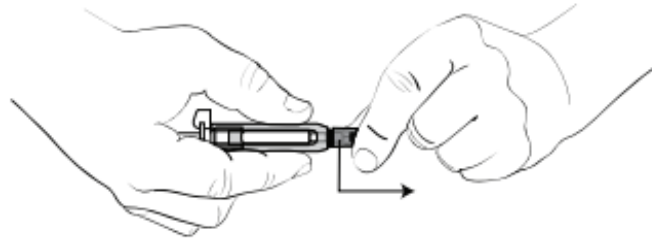


Рисунок 2. Снятие колпачка с иглы

---

Сняв колпачок с иглы, не кладите шприц.

**Постарайтесь, чтобы ничто не касалось иглы, даже ваши пальцы.** Если что-то коснулось иглы, выбросьте шприц в контейнер для медицинских игл и позвоните врачу или медсестре/медбрату для получения дальнейших инструкций.

3. Проверьте шприц на наличие пузырьков воздуха.
  - Если вы делаете себе инъекцию epochararin (Lovenox), то в шприце должен быть пузырек воздуха. Если пузырька воздуха нет, отложите этот шприц и воспользуйтесь другим. После того, как вы сделаете себе инъекцию, позвоните вашему врачу и сообщите об этом.
  - Если вы ставите себе инъекцию какого-либо другого лекарства, то в шприце не должно быть пузырьков воздуха. Если вы заметили пузырек воздуха, держите шприц вертикально (иглой вверх). Слегка постучите по шприцу пальцами, чтобы пузырьки воздуха

поднялись в верхнюю его часть, ближе к игле.

Медленно нажмите на поршень, чтобы выпустить пузырьки воздуха из шприца.

4. Возьмите спиртовую салфетку свободной рукой. Протрите кожу в месте инъекции салфеткой, крепко прижимая ее к коже. Начните с центра выбранного участка и двигайтесь к внешним краям круговыми движениями. Дайте коже высохнуть.
5. Держите шприц в той руке, которой вы будете делать инъекцию. Держите его так, как вы держите ручку или карандаш во время письма. Другой рукой ущипните кожу, чтобы в месте введения лекарства образовалась складка.
6. Одним быстрым движением введите иглу в кожу под углом 90 градусов (двигаясь ровно вверх и вниз) (см. рисунок 3). Введите под кожу всю иглу целиком. Пока не кладите большой палец на поршень.



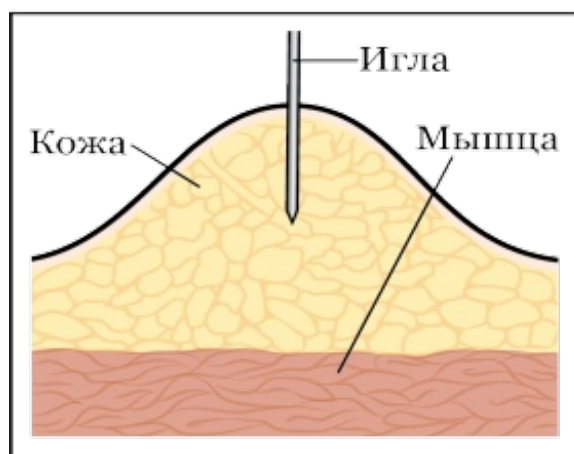


Рисунок 3. Введение иглы

7. После введения иглы отпустите кожу. Большим пальцем медленно нажмите на поршень и проталкивайте его до упора, пока не введете под кожу все лекарство. Вы можете использовать большой палец любой руки, как вам удобно.
8. Когда шприц опустеет, вытяните иглу из кожи вертикально вверх.
  - Если вы сделали себе инъекцию эпохарарин (Lovenox) или гепарин, не надавливайте на место инъекции. В случае необходимости наложите повязку на место инъекции.
  - Если вы поставили себе инъекцию какого-либо другого лекарства, поместите ватный или марлевый тампон поверх места инъекции и прижмите его на несколько секунд. В случае необходимости наложите

повязку на место инъекции.

9. Не закрывайте иглу снятым колпачком. Будьте осторожны, чтобы не уколоться иглой. Удерживайте шприц за прозрачные пластиковые упоры одной рукой, а другой рукой возьмитесь за защитную насадку на иглу. Навинтите защитную насадку на иглу так, чтобы игла была полностью закрыта (см. рисунок 4). Вы услышите щелчок когда защитная насадка встанет на место.

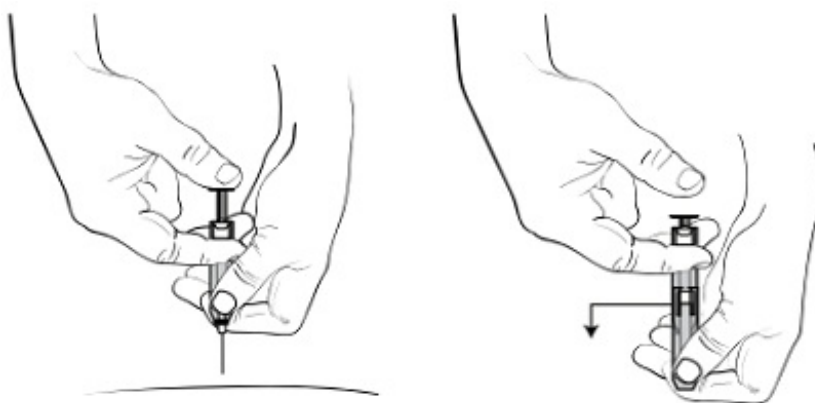


Рисунок 4. Как захватить и надвинуть защитную насадку на иглу

10. Поместите шприц и колпачок в контейнер для медицинских игл. Не используйте предварительно заполненный шприц повторно.

Для получения информации о том, как выбрать контейнер для медицинских игл и утилизировать использованные шприцы и другие бытовые иглы, ознакомьтесь с нашим материалом *Хранение и утилизация бытовых медицинских игл* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-)

[store-and-dispose-your-home-medical-sharps](#)).

Если у вас возникли вопросы, обратитесь непосредственно к сотруднику своей медицинской бригады. Пациенты MSK могут обратиться к поставщику услуг после 17:00 либо в выходной или праздничный день, позвонив по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

How to Give Yourself a Subcutaneous Injection Using a Prefilled Syringe  
- Last updated on June 17, 2019

©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center