

患者用药说明书

[INSULIN (HUMAN) (NEUTRAL)]

药物的疗效

中性胰岛素或可溶性胰岛素是一种短效型胰岛素。它的药效时间较短，用于控制每餐后的血糖指数。

我应该如何服药/用药？

可溶性胰岛素在吃饭前 30 分钟注射，将等量胰岛素注射到皮肤层和肌肉之间的脂肪组织。注射可溶性胰岛素后不要忘记吃饭。

请按照手册中的描述，和医生或护士所指示的方式进行注射。

在使用前，请确保您的胰岛素呈无色透明状。如果出现混浊、颗粒状或在小瓶中看到颗粒，这瓶胰岛素就不宜使用。

在未与医生确认前，不要停止使用胰岛素。

如何选择注射部位

胰岛素应注射到皮肤和肌肉层之间的脂肪组织中。您应在同个部位轮换不同的注射区域，请别反复注射在同个区域的同一个点上，以避免身体出现脂肪营养不良症（若在同一部位上反复注射时，会使皮肤凹陷或出现小肿块）。

避免选择在运动时会经常使用的部位注射胰岛素。

腹部是注射胰岛素的部位，因为这个部位对胰岛素的吸收最快也最稳定。

如何注射胰岛素

1. 在注射胰岛素之前，注射部位须得先洗净消毒。
2. 用拇指和食指将注射部位的皮肤轻轻提起。
3. 另一只手握住注射器，以 90 度将针头插入皮肤。
4. 以同一只手的食指慢慢将柱塞一压到底注入胰岛素。
 - 如果您使用的是胰岛素注射笔，针头要在皮下停留 10 秒钟左右才抽出，之后再松开皮肤。
 - 如果您使用的是胰岛素小瓶和注射器，则不需要将针头固定在原位 10 秒钟。
5. 将注射器从皮肤抽出的同时，得确保柱塞持续按压到底以完整注入所需的胰岛素剂量。请别搓揉或按摩注射部位。
6. 把注射器和针头妥善装入不易被刺破的容器中再丢弃。

忘了服药/用药，我应该怎么做？

如果您错过这次剂量，请按时注射下一个剂量。

请不要为了补回忘记注射的剂量而注射双倍的剂量。

忘了注射胰岛素的话，血糖可能会飙升，这就是所谓的“高血糖症”。请使用家用血糖检测仪检测您的血糖指数。

如果血糖持续偏高，您可能会糖尿病酮症酸中毒。这是糖尿病的一种并发症，因您的血液或尿液中的酮体数量增加，造成您的血液酸性提高。糖尿病酮症酸中毒的症状包括：

- 排尿量增加
- 口渴
- 感到不适、恶心，或想吐
- 感到昏昏欲睡或感到疲倦
- 腹痛
- 脸色涨红
- 口气带有香甜水果味

若您有上述症状，请立即去看医生。

服用这种药应该注意哪些事项？

如果您有以下情况或习惯，请通知您的医护人员：

- 对这种药物所含的任何成分过敏
- 经常喝酒
- 如果因为生病或饮食习惯改变而吃得比平日少，您可能需要调整药物剂量。
- 正计划到不同时区的目的地旅行时，您可能得根据目的地和时差来调整进餐次数和胰岛素剂量。
- 怀孕或哺乳

如果医生为您安排空腹验血检查，请在抽完血临要进餐时才注射胰岛素。

这种药物有哪些常见的副作用？

这种药就如其他药物一样，可能会引起一些副作用，但不是人人都会出现这些副作用。如果有任何副作用变得严重或令您感到难受，请看医生。

这种药物可能导致低血糖。低血糖的症状包括：

- 虚弱
- 晕眩
- 饥饿
- 出汗
- 颤抖
- 视力模糊
- 走路不稳
- 心跳加速

如果您出现这些低血糖症状，请立即采取以下措施：

步骤一：如果身边有家用血糖检测仪，请立即检查自己的血糖指数。一旦降至 4 毫摩尔/升以下，请吃下 15 克速效糖，如：

- 3 片葡萄糖片或
- 半杯果汁（200 毫升）或
- 半罐汽水或加糖饮料（175 毫升）或
- 一罐少糖汽水（330 毫升）或
- 3 茶匙的糖、蜂蜜或糖浆

步骤二：监测自己的状况 15 分钟。如果身边有家用血糖检测仪，15 分钟后再次检测自己的血糖水平。

步骤三：如果您的血糖指数仍然低于 4 毫摩尔/升，或者低血糖症状未缓解，应该重复步骤一再吃 15 克速效糖。

如果您的症状仍未缓解，请立即去看医生或到医院求医。

步骤四：如果您在吃下速效糖后，血糖指数回升到 4 毫摩尔/升或以上，请如常进餐或吃一些小点心。

以下情况下可能导致您血糖过低：

- 注射过量胰岛素
- 不定时吃饭、错过进食时间或改变饮食习惯
- 饭前或饭后从事过于激烈的运动或工作
- 因受感染或患有疾病（尤其是腹泻或呕吐）而食欲不佳
- 注射胰岛素时空腹喝酒
- 患有肾脏或肝脏疾病，而且病情加重

有些病人还可能出现轻度疼痛、发红、淤青、肿胀或注射部位的皮肤凹陷或出现小肿块。

- 请勿重复使用针头，在建议的注射区域内轮换注射部位，并使用较短的针头（4 毫米或 6 毫米），以减少这类反应出现的概率。
- 这些反应通常会在几天到几周后消失。
- 如果您经常出现这种状况，请看医生。您可能需要检讨并调整注射方法。

出现哪些罕见且严重的副作用必须马上求医？

如果您的血糖指数持续偏低（降至 4 毫摩尔/升），或者在吃糖之后仍然出现低血糖的症状，请立即去看医生或到医院求医（关于如何应对低血糖状况，请见上文）。

服药/用药时，有哪些食物或药物是我应该忌口的？

避免在服用这种药时饮酒，因为这可能增加低血糖的风险。

我应该如何保存这种药物？

将所有未开封的胰岛素保存在 2 至 8 摄氏度的冰箱中。**请勿冷冻。**

切勿将胰岛素保存在闷热之处（例如，在封闭高温的车里、电视机上方）或将药物暴露在热源或阳光下直晒，否则请勿使用。

胰岛素首次开封使用后，请勿存放在冰箱，只需保存在阴凉干燥处即可。开封后，必须在六周后丢弃。

请将药物存放在儿童无法接触的地方。药物一过了使用期限，请务必丢弃。

我应该如何安全地处理药物？(如适用)

请参阅药品盒中的产品说明书，了解胰岛素制剂的使用说明。胰岛素芯管是专为 Novo Nordisk 注射笔（如 NovoPen®）设计的。

我应该如何安全地丢弃药物？

您可以将这种注射液和用过的针头一起装进金属罐或厚塑料容器中（如洗衣剂瓶罐）一并丢弃。您也可以到药房买一个专门用来扔尖锐物品的利器盒，以避免被针头扎伤。

免责声明

请注意，以上并非完整的副作用列表。如果您对药物有任何担忧，或者您认为该药物有引起其他副作用，请咨询您的医生或药剂师。

如果您服用的剂量超出了所建议的剂量，请立即求医。本说明书所提供的信息并不能取代您医生提供的建议。更多信息，请咨询您的医疗护理人员。

本文由全国药物信息工作小组成员共同编写，并获得卫生部的支持。工作小组由三大医疗集群（国立健保集团、新加坡国立大学医学组织、新保健集团）、社区药房（佳宁、职总仁益、屈臣氏药房）以及新加坡药剂学会的代表组成。说明书内容并不反映药房和医疗机构的药品供应和供给信息。想了解这方面信息，请向相关医疗机构查询。