

患者用药说明书
[PREMIXED/ BIPHASIC INSULIN]
Novomix®/ Mixtard ©

药物的疗效？

Novomix/Mixtard 是一种混合了中效和短效胰岛素的预混型胰岛素，用于降低糖尿病患者的高血糖。短效胰岛素有助于降低用餐后的高血糖，而中效胰岛素则有助于控制全天的血糖水平。

我应该如何服药/用药？

请按照医生的指示使用 Novomix/Mixtard。

药物应注射到皮肤和肌肉层之间的脂肪组织。

- 饭前 15 分钟注射 Novomix
- 饭前 30 分钟注射 Mixtard

您的药物应该呈牛奶色泽，或者看起来很浑浊。在使用前，请在双掌之间滚动注射笔或笔芯，让胰岛素重新悬浮。如果您在重新悬浮后看到容器底部有任何白色物质，您就不应该使用它。

对于 Novomix 注射笔和 Mixtard 笔芯，一定要确保注射笔或笔芯中还有至少 12 个单位的胰岛素，以便让胰岛素重新悬浮。如果剩余的胰岛素少于 12 个单位，请使用新的胰岛素注射笔或笔芯。

如何选择注射部位

胰岛素应注射到皮肤层和肌肉之间的脂肪组织。您应在同个部位轮换不同的注射区块，请别反复注射在同个区块的同一个点上，以避免身体出现脂肪营养不良症（若在同一个点反复注射，皮肤会凹陷或出现小肿块）。

避免在运动时经常会使用的部位注射胰岛素。

腹部是注射胰岛素的最佳部位，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，注射部位须得先洁净消毒。
2. 用拇指和食指将注射部位的皮肤轻轻提起。
3. 用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地将柱塞一压到底注入胰岛素。
 - 如果您使用的是胰岛素注射器，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，则不需要将针头停留在原位 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. 把注射器或针头妥善装入不易被刺穿的容器中再丢弃。

如果忘了服药/用药，我应该怎么做？

如果您错过了在用餐前注射，可在餐后立即注射。

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”。请用家用血糖检测仪检测您的血糖水平。

如果您的血糖持续偏高，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增加，造成您的血液变得更加酸性。糖尿病酮症酸中毒的症状包括：

- 排尿量增加
- 感到口渴
- 感到不适、恶心或想吐
- 嗜睡或感到疲倦
- 腹痛
- 脸色潮红
- 口气带有香甜水果味

若您有上述症状，请立即去看医生。

服药/用药前必须注意哪些事项？

如果您有以下情况或习惯，请通知您的医生：

- 对这种药物或药物所含有的某种成分过敏
- 经常喝酒
- 由于生病/改变饮食习惯而吃得比平日少，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。您可能得根据目的地和时差来调整进餐次数和胰岛素的剂量。
- 怀孕或正在哺乳

如果医生为您安排空腹抽血，请在抽血后临进餐前再注射胰岛素。

这种药物有哪些常见的副作用？

就如服用任何药物，这种药物可能会引起一些副作用，但并非所有人都会出现这些副作用。如果有副作用变得严重以致影响您生活，请看医生。

这种药物可能引起低血糖。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，立即检查您的血糖。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
- 半罐汽水或含糖饮料（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：观察自己的状况 15 分钟。如果您身边有家用血糖检测仪，15 分钟后再次检测您的血糖。

步骤三：如果您的血糖仍然低于 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，血糖回升到 4 毫摩尔/升或以上，请照常进餐或吃些零食。

以下情况可能造成您出现低血糖状况：

- 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微疼痛、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），以减少这类反应发生的几率。
- 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，请去看医生。您可能需要调整注射方法。

出现哪些罕见但严重的副作用必须马上求医？

如果您的血糖持续偏低（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）。

服用/用药时，有哪些食物或药物是我应该忌口的？

避免在用药时喝酒，因为这可能提高低血糖的风险。

我应该如何存放这种药物？

请将所有未开封的胰岛素存放在 2 至 8 摄氏度的冰箱中。**请勿冷冻。**

不要将胰岛素存放在闷热之处（例如，在封闭高温的车里、电视机上方）或将其暴露在热源或阳光下直晒。请勿使用曾暴露在热源或阳光下的胰岛素。

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。

请参考以下列表，了解开封后可以保存多长时间：

胰岛素类型	何时丢弃
Novomix 注射笔	打开使用后四周
Mixtard 注射瓶（储存在 30 摄氏度室温）	打开使用后五周
Mixtard 笔芯(储存于 30 摄氏度室温)	打开使用后六周

请把药物存放在儿童不易触及之处，药物一过了使用期限，请务必丢弃。

我如何安全地处理这种药物？(如适用)

请参阅药品盒中的产品说明书，了解胰岛素制剂的用法。胰岛素笔芯是专为 Novo Nordisk 注射笔（如 NovoPen®）设计的。

我应该如何安全地丢弃这种药物？

您可以把这种注射剂和用过的针头一起扔进金属罐头或厚塑料容器里（例如。洗涤剂瓶）。您可以到药房买一个专门用来装尖锐物品的利器盒，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。