MyCARE

ഓരോ ചുവടും എന്നോടൊപ്പം

“ഇൻസുലിൻ സുരക്ഷിതമായി സ്റ്റോർ ചെയ്യുന്നതിന് സഹായകമായ ചില ടിപ്പുകൾ നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കാം”

USV

ഇൻസുലിൻ ഉപയോഗിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് അതിന്റെ **കാലാവധി തീരുന്ന തീയതി പരിശോധിക്കുക**

കാലാവധി തീർന്ന ഇൻസുലിൻ **പിന്നീട് ഉപയോഗിക്കരുത്.**

സീൽ ചെയ്ത വിയൽ/പെൻ/
കാർട്ട്റിഡ്ജ്

2^0 - 8^0 C തണുപ്പിൽ റഫ്രിജറേറ്ററിൽ സൂക്ഷിക്കണം.

ഫ്രീസർ - ഇവിടെ 2^0 C യിൽ താഴെ ഊഷ്മാവിൽ സൂക്ഷിക്കരുത്

മിഡിൽ റാക്ക് - ഇൻസുലിൻ സൂക്ഷിക്കുവാൻ യോജിച്ച സ്ഥലം

വെജിറ്റബിൾ ട്രേ - ഇവിടെ 8^0 C -യിൽ കൂടുതൽ ഊഷ്മാവിൽ സൂക്ഷിക്കരുത്

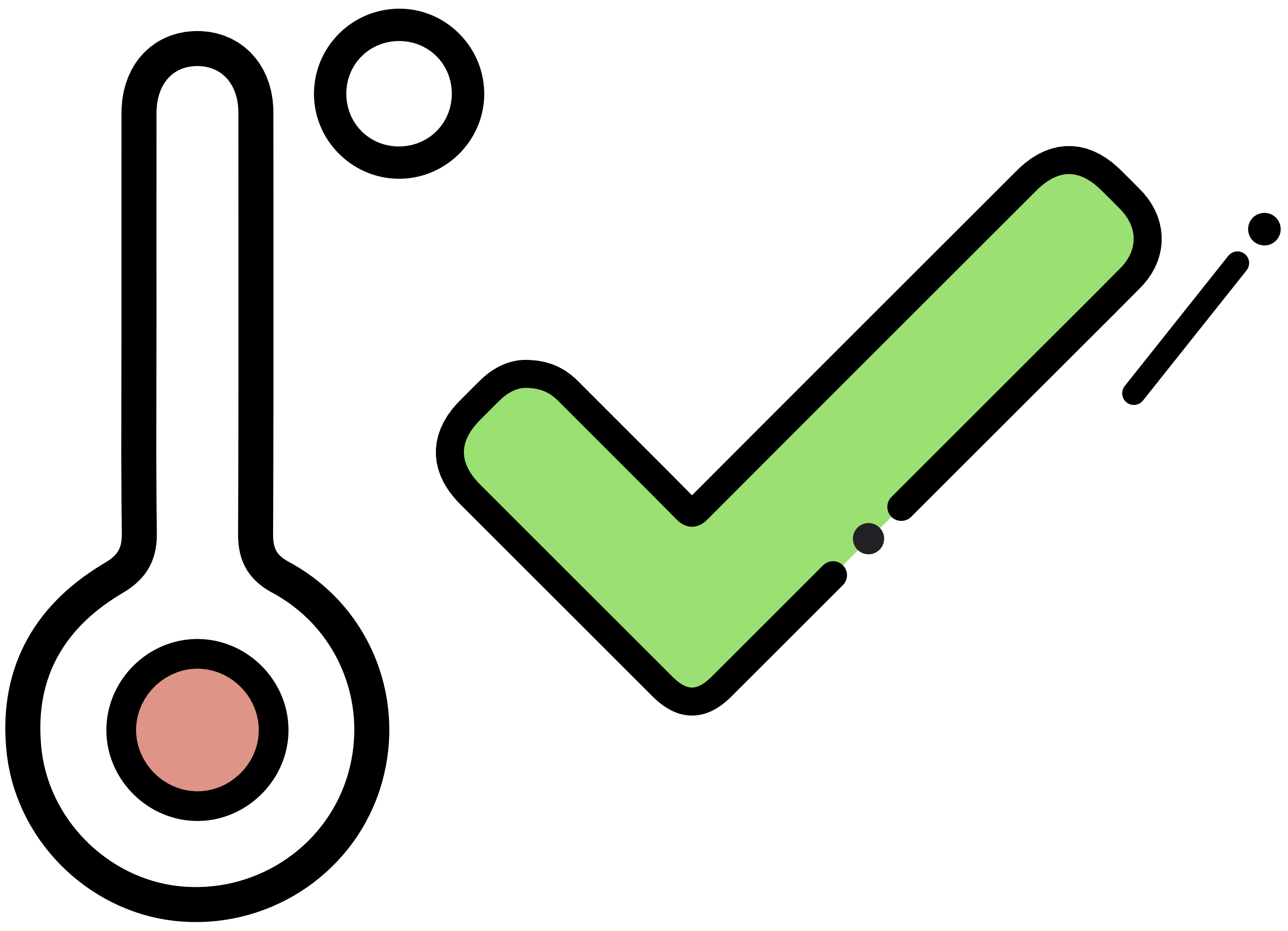
ഇത്തരം സ്ഥലങ്ങളിൽ ഇൻസുലിൻ സൂക്ഷിക്കരുത്

നേരിട്ട് വെയിൽ കൊള്ളുന്നിടത്ത് / കാറിന്റെ ഗ്ലൗവ് കംപാർട്ട്മെന്റിൽ (കൂടിയ ചൂട്) അല്ലെങ്കിൽ ഫ്രീസറിൽ (കൂടിയ തണുപ്പ്)

ഇൻസുലിൻ ഒരിക്കലും തണുത്ത് കട്ടിയാവാൻ അനുവദിക്കരുത്.

അബദ്ധത്തിൽ തണുത്തുറഞ്ഞാൽ, ഇൻസുലിൻ ഉപേക്ഷിക്കുക.

നിർമ്മാതാക്കൾ നൽകുന്ന പ്രത്യേക
സ്റ്റോറേജ് നിർദ്ദേശങ്ങൾ
കൃത്യമായി പാലിക്കണം.

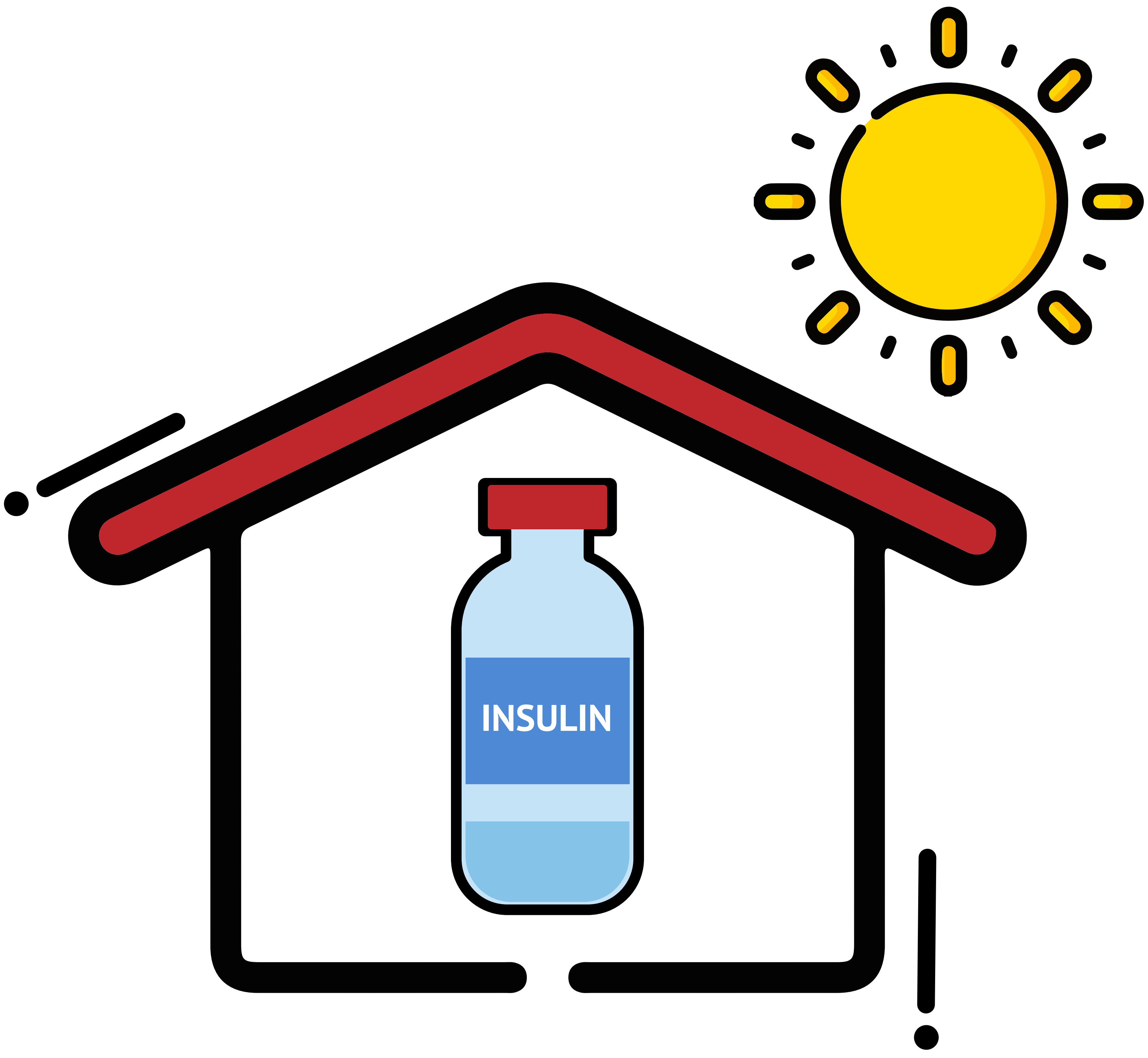


ഇൻസുലിൻ വിയൽ (ചെറു മരുന്ന് കുപ്പി) / പേന തുറന്നാൽ, സാധാരണ മുറിയിലെ ചൂടിൽ (<30 C) സൂക്ഷിക്കുക.

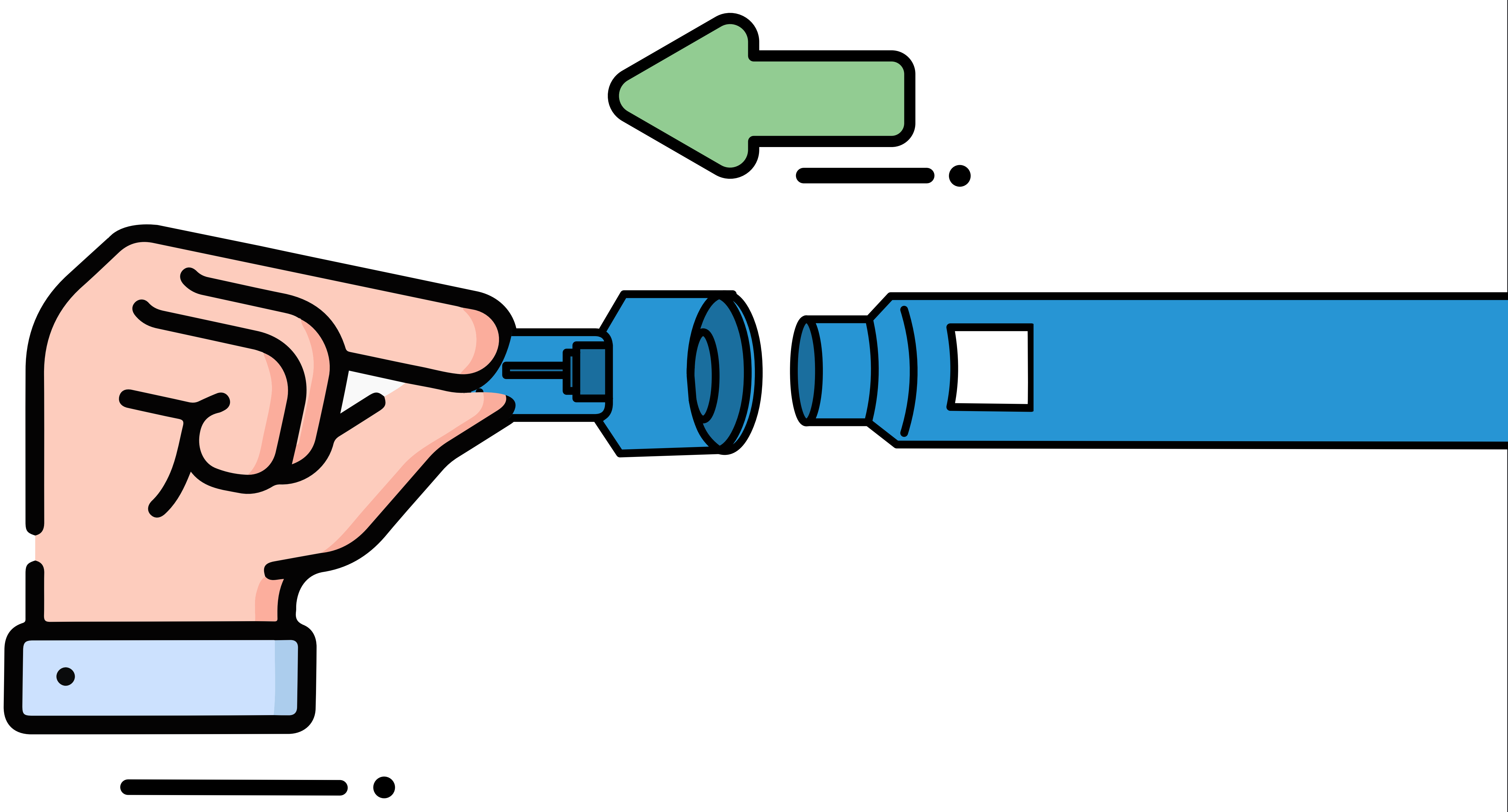
സാധാരണ മുറിയിലെ ചൂടിൽ അത് കേടു കൂടാതെ ഇരിക്കുന്ന കാലം ഏകദേശം 4 ആഴ്ച്ച ആണ്.

ഉപേക്ഷിക്കേണ്ട തീയതി ഇങ്ങനെ വിയലിൽ / പേനയിൽ എഴുതാം.

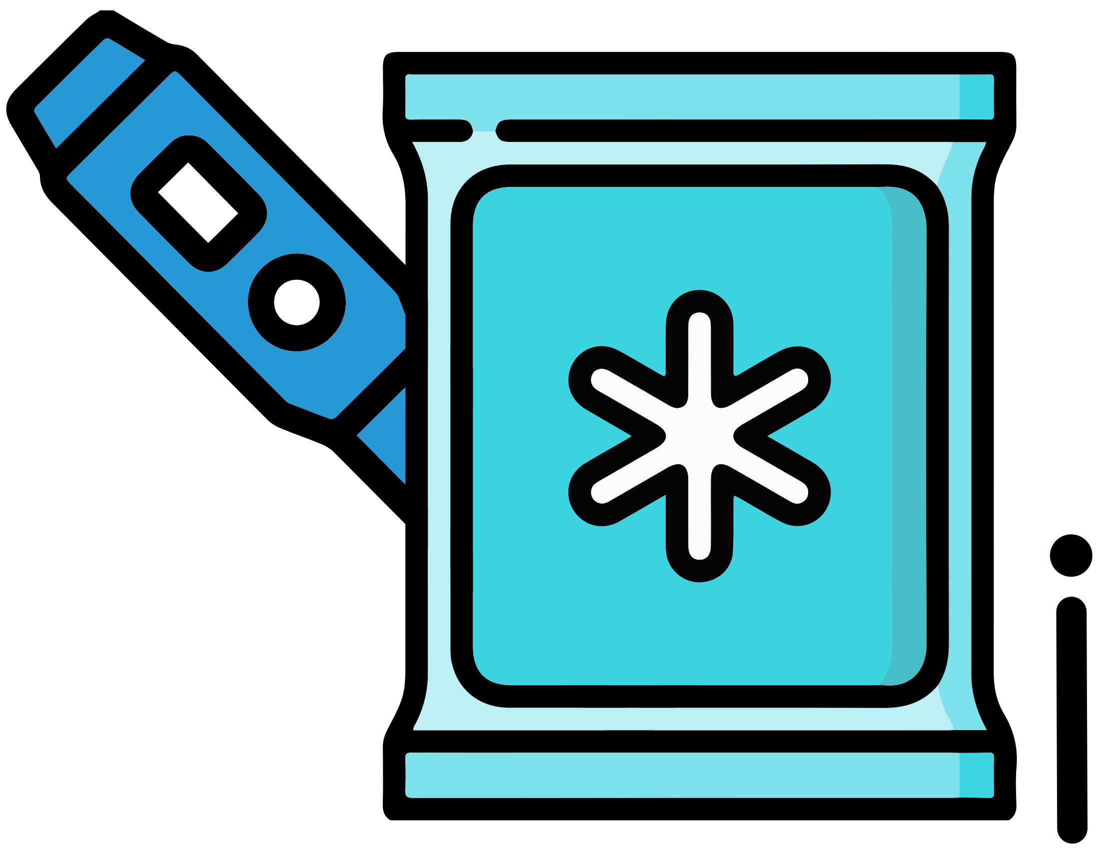
റഫ്രിജറേറ്റർ / ഇലക്ട്രിസിറ്റി **ഇല്ലെങ്കിൽ** ഇൻസുലിൻ നേരിട്ടുള്ള വെയിലിൽ നിന്നും ദൂരെ മാറ്റി **തണുപ്പും വായുസഞ്ചാരവും ഇരുട്ടും ഉള്ള സ്ഥലത്ത് സൂക്ഷിക്കുക.**



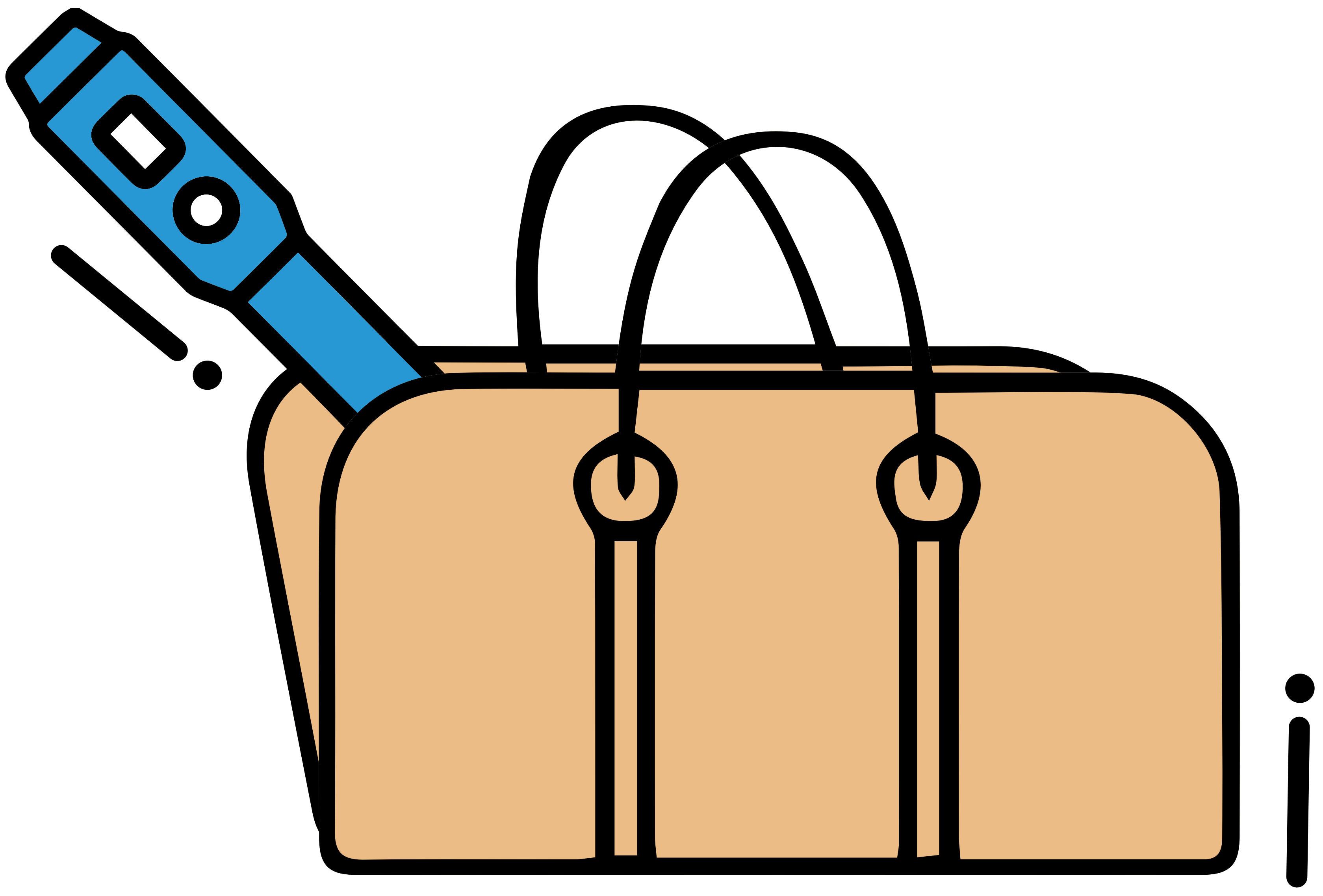
ഓരോ തവണയും ഉപയോഗത്തി
നു ശേഷം, ഇൻസുലിൻ ചോർന്ന്
പോകാതിരിക്കാൻ
**പേനയിൽ നിന്നും സൂചി
എടുത്ത് മാറ്റുക.**



യാത്രകളിൽ, ചുറ്റുമുള്ള ചൂട് 30°C -യിൽ കൂടുതൽ ആവുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, **ഇൻസുലിൻ വിയൽ / പേന ഒരു പൗച്ചിൽ ആക്കി റഫ്രിജറേറ്റഡ് കൂളന്റ് ജൽ പായ്ക്കിനൊപ്പം അല്ലെങ്കിൽ ഐസിന്റെ തണുപ്പുള്ള തെർമോഫ്ലാസ്കിൽ സൂക്ഷിക്കുക.**

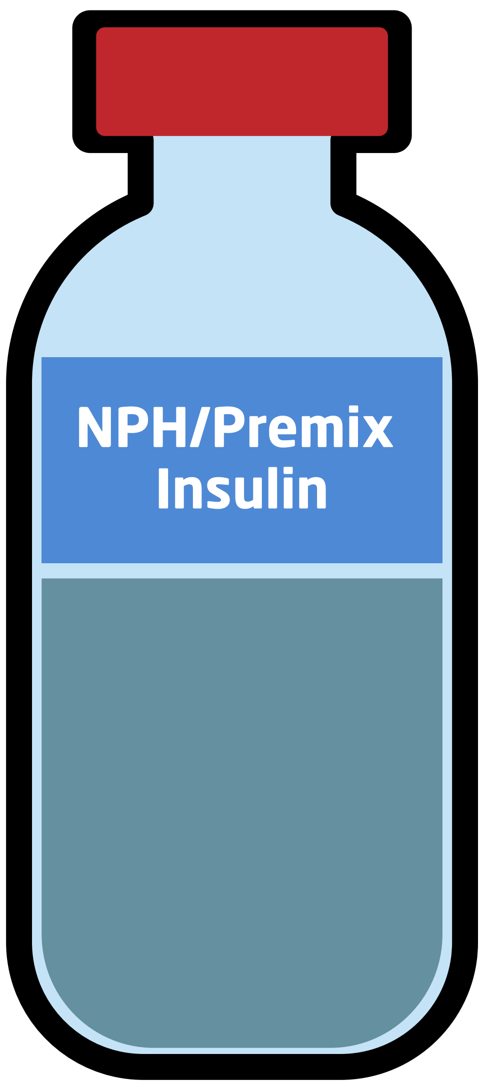


വിമാന യാത്രകളിൽ, വളരെ കൂടിയ ചൂട് ഏൽക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുവാൻ, **ഇൻസുലിൻ ചെക്ക്ഡ്-ഇൻ ബാഗേജിനൊപ്പം വയ്ക്കരുത്.**



സിറിഞ്ചിലേയ്ക്ക് വലിച്ചെടുക്കുന്നതിന് മുമ്പ് ഇൻസുലിൻ കാഴ്ച്ചയിൽ നോർമൽ ആണെന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തുന്നതിന് **വിയൽ സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിക്കുക.** എന്തെങ്കിലും കരടുകൾ, ക്രിസ്റ്റലുകൾ അല്ലെങ്കിൽ മഞ്ഞു മൂടിയതു പോലെയോ നിറം മാറിയതു പോലെയോ കാണുകയാണെങ്കിൽ ആ ഇൻസുലിൻ ഉപേക്ഷിക്കുക.

കരടുകൾ,
നിറം മാറ്റം ഉണ്ടോ
എന്ന് പരിശോധിക്കുക.



മൂടലോ കരടുകളോ ഉണ്ടോ
കട്ടകളോ ചെറുതരികളോ ഉണ്ടോ
എന്ന് പരിശോധിക്കുക.

കുറിപ്പ്: സാധാരണ ഇൻസുലിൻ / ഗ്ലാർജിൻ തെളിഞ്ഞതും എൻപിഎച്ച് / പ്രീമിക്സ് ഇൻസുലിൻ കലങ്ങിയതും ആയിരിക്കും.

ഓർമ്മയിൽ വയ്ക്കുക

ഇൻസുലിൻ സുരക്ഷിതമായി സൂക്ഷിച്ചു വയ്ക്കുന്നത് അങ്ങേയറ്റം പ്രധാനമാണ്.

വളരെ കൂടിയ ചൂടും തണുപ്പും ഇൻസുലിന്റെ വീര്യം നഷ്ടപ്പെടുവാൻ കാരണമാകും, അതിന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ തടസ്സപ്പെടുത്തും.

MyCARE

ഓരോ ചുവടും എന്നോടൊപ്പം

റഫറൻസ്

1. ഇൻസുലിൻ സംഭരണവും സിറിഞ്ച് സുരക്ഷയും | എ.ഡി.എ. Diabetes.org. (2022). https://www.diabetes.org/healthy-living /medication-treatments/insulin-other-injectables/Insulin-storage-and-syringe-safety. എന്നതിൽ നിന്ന് 6 ജൂലായ് 2022 ന് വീണ്ടെടുത്തത്.

2. ചൗധരി, എസ്., ചക്രവർത്തി, പി.പി. (2017). ഇൻസുലിൻ തെറാപ്പിയുടെ പിശകുകൾ: വികസ്വര ലോകത്തു നിന്നുമുള്ള യഥാർത്ഥ ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ. ജേർണൽ ഓഫ് ഫാമിലി മെഡിസിൻ ആൻഡ് പ്രൈമറി കെയർ, 6(4), 724-729. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_418_16

3. ടാൻഡൺ എൻ, കൽറ എസ്, ബൽഹാര വൈപി, ബറുവ എംപി, ചാധ എം, ചണ്ഡാലിയ എച്ച്ബി, ണള ടഫ. കുത്തിവയ്പ്പ് സാങ്കേതികതയും തെറാപ്പിയും സംബന്ധിച്ച വിദഗ്ധ ശുപാർശകൾക്കുള്ള ഫോറം, ഇന്ത്യ: ഇൻസുലിൻ ഇൻജക്ഷൻ ടെക്നിക്കിൽ മികച്ച പ്രാക്ടീസുകൾക്കുള്ള ഇന്ത്യയുടെ ശുപാർശകൾ, 2017. Indian J Endocr Metab 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."

പൊതുജന താൽപര്യാർത്ഥം പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നത്: USV