



FIT ਤਕਨੀਕ ਪਲੱਸ** ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਤਕਨੀਕ

*ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਤਕਨੀਕ ਚੌਥੇ ਐਡੀਸ਼ਨ ਲਈ FIT ਕੋਨੇਡਾ
ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਵਿਦਿਅਕ ਟੂਲ, ਅਕਤੂਬਰ 2021 ਨੂੰ
ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ



ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਨਸੁਲਿਨ ਉੱਥੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਇਸਨੂੰ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੀਨ ਹੋਣ ਲਈ, ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨੂੰ ਕਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੋਵੇਗੀ।

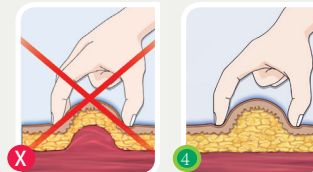
ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਤਕਨੀਕ। ਮੂਲ ਗੱਲਾਂ।

	ਬੱਚੇ (2-6 ਸਾਲ)	ਬੱਚੇ(>6 ਸਾਲ) ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ (ਪਤਲੇ)	ਬੱਚੇ(>6 ਸਾਲ) ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ	ਬਾਲਗ (ਪਤਲੇ)	ਬਾਲਗ
4mm					
5mm					
6mm (ਪੈਨ ਜਾਂ ਸਰਿੰਜ)					
8mm	ਛੋਟੀਆਂ ਪੈਨ ਨੀਡਲਜ਼ ਅਤੇ ਸਰਿੰਜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ				
8mm (ਪੈਨ ਜਾਂ ਸਰਿੰਜ)					
12.7mm	ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ				

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਤਵੱਚਾ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਇੱਕ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਅੰਗੂਠੇ ਅਤੇ ਇੰਡੈਕਸ ਉਂਗਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਤਵੱਚਾ ਅਤੇ ਤਵੱਚਾ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਟਿਸ਼ੂ, ਜਾਂ ਚਰਬੀ ਦੀ ਪਰਤ ਨੂੰ ਨਾਜ਼ੁਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚੁੱਕੋ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਦਿਓ।



ਹਵਾਲੇ:

Gibney MA, ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਨਸੁਲਿਨ ਟੀਕੇ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ੁਗਰ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਤਵੱਚਾ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਐਡੀਪੋਜ ਪਰਤ ਦੀ ਮੋਟਾਈ: ਸੂਈ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵ। Curr Med Res Opin. 2010; 26 (6): 1519-1530.

Berard L, ਅਤੇ ਹੋਰ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਤਕਨੀਕ ਲਈ FIT ਕੋਨੇਡਾ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਚੌਥਾ ਐਡੀਸ਼ਨ, ਸਤੰਬਰ 2020

Lo Presti D, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸ਼ੁਗਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਮੋਟਾਈ: ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਖੋਜਾਂ ਅਤੇ ਟੀਕਾ ਦੇਣ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ। Ped Diab 2012.

Rini CR, ਅਤੇ ਹੋਰ J Diabetes Sci Technol. 2019;13(3):533-545

