

Dyabèt ak ensilin

Ensilin se yon òmòn natirèl kò ou pwodui ki ede transfòme sik ou pran nan manje yo an enèji. Travay prensipal ensilin nan se pou ede deplase sik nan san ou ale nan ti selil yo ki konstitiye kò ou.



Moun ki gen **dyabèt tip 1** pa pwodui pwòp ensilin yo epi yo dwe pran piki ensilin pou kontwole sik nan san yo.

Moun ki gen **dyabèt tip 2** swa pa pran ase ensilin oswa ensilin kò li pwodui pa mache ase jan sa ta dwe ye. Yo dwe pran konprime yo, piki ensilin yo oswa lòt medikaman enjektab pou trete dyabèt la epi rete an sante.



Gen anpil kalite ensilin diferan. Gen kèk ki dire yon bon tan nan kò a epi ede kontwole sik nan san ou lè ou pa manje. Lòt kalite ensilin yo travay rapid epi ede kontwole sik nan san ou apre yon repa men yo pa dire lontan.

Pifò kalite ensilin yo dwe enjekte avèk:



sereng
ak egwi



plim
ensilin



ponp
ensilin

Tablo sa dekri diferan kalite ensilin ki ka itilize pou trete dyabèt.

Kalite ensilin	Kòmanse travay nan...	Pi gwo fòs nan...	Dire...	Klè oswa twoub?
Aji rapid/byen vit ^{1,2} Glulisine (Apidra®) Lispro (Humalog®) Aspart (NovoLog®)	15 minit	1 èdtan	2-4 èdtan	Klè
Aspart (Fiasp®) ³	15-20 minit	2 èdtan	5-7 èdtan	Klè
Rale (Afrezza®) ¹	12-15 minit	30 minit	3 èdtan	Anndan yon katouch
Aji nan ti tan/byen vit ¹ Regilye (Humulin® R, Novolin® R)	30 minit	2-3 èdtan	3-6 èdtan	Klè
Aji entèmedyè ¹ NPH (Humulin® N, Novolin® N)	2-4 èdtan	4-12 èdtan	12-18 èdtan	Twoub
Aji pou bon tan Detemir (Levemir®) ^{1,4} Glargine (Basaglar®, Lantus®) ^{1,5,6}	1-2 èdtan	Pa gen somè	24 èdtan	Klè
Glargine (Toujeo®) ⁷	6 èdtan	Pa gen somè	24-36 èdtan	Klè
Degludec (Tresiba®) ⁸	1 èdtan	Pa gen somè	42 èdtan	Klè

Ou ka bezwen pran menm kantite ensilin nan chak jou, oswa ou ka pran diferan kantite tou depann de rezilta sik nan san ou yo. Nan kèk sitiyasyon, ou ka itilize yon melanj plizyè kalite ensilin, tankou ni **ensilin ki aji nan yon tan ki kout/rapid** ni **sa ki aji nan yon tan ki long**.

Gen kèk kalite ensilin ki vini nan boutèy oswa plim ki melanje davans. Doktè ou a pral deside kalite ak kantite ensilin nan ak konbyen fwa ou bezwen pran ensilin.

Li enpòtan pou **tcheke nivo sik nan san ou** chak jou lè ou itilize yon lektè glisemi (sik) nan san pou asire ensilin ou pran an ap travay.

Rejim alimantè ou ak nivo sik nan san ou enpòtan pou deside si gen nenpòt chanjman ki nesèsè nan dòz ensilin ou an.



Ajoute ensilin nan yon sereng

1

Toujou ajoute ensilin klè a nan sereng lan an premye, anvan ensilin ki twoub la

2

Melanje ensilin twoub la lè ou woule li tou dousman ant men ou yo anvan ou ajoute li nan sereng lan

3

Pa sekwe ensilin nan

4

Tcheke etikèt yo ki sou boutèy la pou asire ou itilize bon kalite ensilin nan

Konsève ensilin



Yon bwat oswa plim ensilin ki louvri kapab konsève nan tanperati chanm



Si ensilin nan pa pral itilize nan entèval 30 jou, konsève li nan frijidè



Jete nenpòt ensilin ki te konsève nan tanperati chanm pou plis pase 30 jou



Pa janm pataje ensilin ou oswa egwi ou yo ak lòt moun.



Pa konsève ensilin nan frizè oswa nan kote ki cho, tankou nan machin ou oswa nan rebò fenèt, paske li ka pèdi fòs li epi pa fonksyone non plis



Si ensilin klè a tounen twoub oswa gen mas ladann, jete li



Toujou genyen yon bwat oswa plim anplis toupre pou chak kalite ensilin ou itilize

Li enpòtan pou manje regilyèman lè w ap pran ensilin. Pran ensilin ede nivo sik nan san ou rete nòmal men si ou pran twòp ensilin oswa pa te manje, sik ou ka desann twò ba.

Tcheke fich enfòmasyon medikaman an oswa kontakte fabrikan medikaman an pou konsèy ki rekòmande a epi itilize medikaman ou an. Pou evite obstriksyon ak/oswa kontaminasyon egwi sereng la, pa konsève medikaman anndan sereng la.

Si ou ta gen nenpòt kesyon sou ensilin, poze doktè ou lè ou founisè swen sante ou kesyon sou sa.

1. American Diabetes Association. Insulin Basics. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/medication/insulin/insulin-basics.html>. Te mete ajou nan dat 26 mas 2019. Aksède nan dat 27 mas 2019.
2. Donner J, Sarker S. Insulin – Pharmacology, Therapeutic Regimens, and Principles of Intensive Insulin Therapy. In: Feingold KR, et al., eds. Endotext [Internet]. U.S. National Library of Medicine, 23 Feb. 2019. www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK278938/.
3. Fiasp® (insulin aspart injection), for subcutaneous or intravenous use [package insert]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.; pp.2,4
4. Levemir® (insulin detemir injection), for subcutaneous use [package insert]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.
5. Basaglar® (insulin glargine injection), for subcutaneous use [package insert]. Indianapolis, IN: Eli Lilly and Company.
6. Lantus® (insulin glargine injection), for subcutaneous injection [package insert]. Bridgewater, NJ: Sanofi-Aventis, U.S. LLC.
7. Toujeo® (insulin glargine injection) U-300, for subcutaneous use [package insert]. Bridgewater, NJ: Sanofi-Aventis, U.S. LLC.
8. Tresiba® (insulin degludec injection), for subcutaneous use [package insert]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.