



معاونت بهداشت

راهنمای اندازه گیری قند خون با دستگاه گلوکومتر

۱. ابزار مورد نیاز برای تست قند خون

دستگاه تست قند خون : برای نشان دادن عدد قند خون



نوار تست: برای جمع آوری خون



لنست یا سوزن کوچک: که داخل قلم لنست گذاشته می شود و یا به تنهایی برای سوراخ کردن انگشت استفاده می شود.



قلم تست قندخون

هنگام خونگیری ، لنست درون قلم
قرار می گیرد و شدت ضربه را
میتوان به وسیله آن تنظیم نمود.

نکته:

استفاده از قلم در همه موارد ضرورت ندارد.



دفترچه راهنما:

اطلاعاتی در مورد دستگاه و روش استفاده به شما می دهد.

توجه: دفترچه را در نگهداری کنید.

۲. آموزش انجام تست قند خون با گلوکومتر

مراحل استفاده از گلوکومتر

نحوه بررسی سطح قند خون در 6 مرحله

1 دست‌هایتان را بشویید



2 لانست را جایگذاری کنید



3 نواری را داخل دستگاه بگذارید



4 نمونه را جمع‌آوری کنید



5 خون را به نواری منتقل کنید



6 چند ثانیه بعد نتیجه را ببینید



شستشوی دست

در صورت امکان قبل از تست قند خون دستان خود را با آب ولرم و صابون بشویید و خوب خشک کنید.

• نوک انگشت را با الکل اتانول ۷۰ درصد از مرکز به اطراف پاک

کنید و صبر کنید الکل خشک شود.



جاگذاری لنست و نوار تست قند خون

در صورتیکه از قلم استفاده می کنید، لنست را جاگذاری کنید.

قسمتی از نوار که بر روی آن خون گذاشته می شود دارای آنزیم است که اگر به این قسمت خدشه و یا رطوبتی برسد بر روی عملکرد آنزیم و در نتیجه تست قند تأثیر می گذارد بنابراین:

از کناره های نوار برای قرار دادن آن در دستگاه استفاده کنید.

انتخاب انگشت مناسب خونگیری

خونگیری از بند انتهایی انگشت سوم/چهارم توصیه شده است.

انگشتی که کمترین مقدار زبری /پینه را دارد انتخاب کنید.

بهتر است که قبل از تست، دستان خود را به سمت پایین تکان

دهید و انگشت مورد نظر را به سمت پایین ماساژ دهید تا جریان خون

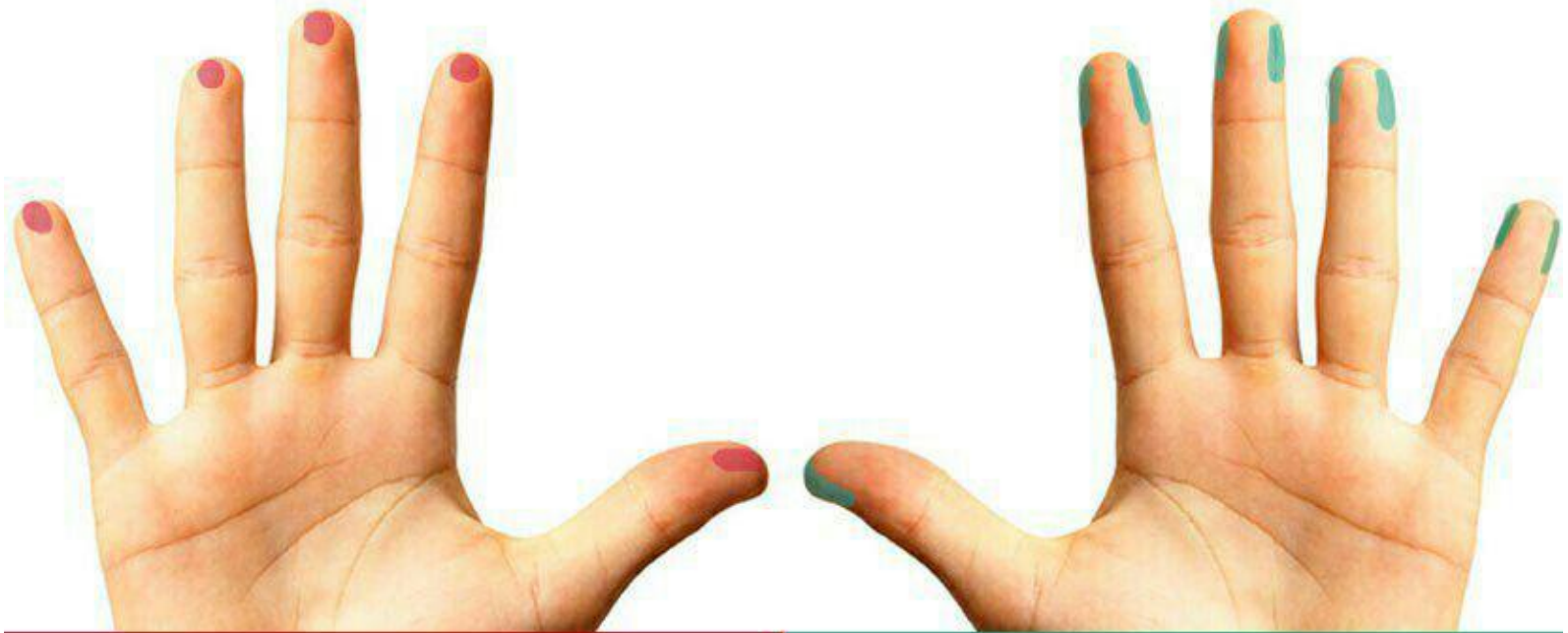
افزایش یابد.

محل مناسب خونگیری از انگشت

از کناره های انگشت خون بگیرید.

از نوک انگشتان برای تست قند استفاده نکنید. به دلیل وجود پایانه های عصبی در این قسمت، می تواند سبب ایجاد درد در هنگام تست قند خون شود.

محل مناسب خونگیری از انگشت



نامیه نامناسب

نامیه مناسب

استفاده از لنست

با لنست به انگشت ضربه بزنید.

بعد از ضربه، اگر خون کافی از انگشت خارج نشد، هیچ‌گاه برای خروج خون بیشتر، انگشت را فشار ندهید چون روی عدد قند خون گزارش شده توسط دستگاه تست قند تأثیر می‌گذارد و معمولاً نسبت به مقدار واقعی، دستگاه عدد قند خون کمتری را نشان می‌دهد. اگر زمان ضربه زدن، خون کافی از انگشت خارج نشد علت‌های زیر را بررسی کنید:

شستن دست‌ها با آب سرد یا سرد بودن دمای دست‌ها

ماساژ کم دست‌ها

فشار ندادن لنست به انگشت

شدت کم ضربه سوزن لنست

کند بودن سوزن لنست

مقدار خون لازم برای گلوکومتر

با توجه به مدل دستگاه، مقدار خون موردنیاز برای اندازه‌گیری قند خون می‌تواند متفاوت باشد بنابراین به راهنما توجه کنید.

در بعضی از دستگاه‌ها لازم است که قطره خون را روی نوار قرار دهید و در بعضی دیگر با نزدیک کردن نوار به قطره خون، با حالت مکشی قطره خون وارد نوار خواهد شد.

قرار دادن خون روی نواری



سایر نکات مهم

- نوار هر دستگاه مخصوص خود آن دستگاه است.
- از نوار فقط یک بار استفاده کنید.
- به تاریخ انقضاء درج شده بر روی بسته نوار اندازه گیری دقت نمایید. از نوار تاریخ گذشته هیچ وقت استفاده نکنید.
- همیشه درب نوار را ببندید.
- جعبه نوار را در دمای زیر ۳۰ درجه سانتیگراد نگهداری کنید.
- هیچ گاه به سوزن قلم لنت، الکل نزنید، چرا که الکل آن را کند تر می کند.

امحاء زباله عفونی

به منظور کاهش آلودگی، نوار تست قند خون و سوزن لنست را در ظرف‌های پلاستیکی ضخیم و دردار جمع کرده و دور بیندازید.

