

اساس مراقبت و درمان در بیماری دیابت، سنجش و کنترل مقدار قند خون است.



تا زمانی که از مقدار قند خون اطلاع دقیقی نداشته باشیم، نمی توان مقدار داروها و وعده های غذایی را تنظیم کرد. با کنترل قند خون، مقدار آن در حد طبیعی باقی می ماند و از ایجاد عوارض درازمدت بیماری (بیماریهای کلیه، چشم، قلب و...) جلوگیری می شود.

برای این کار روشها و دستگاههای مختلفی وجود دارند.

دستگاه گلوکومتر دستگاه دیجیتال کوچکی است که در مدت کوتاهی قند خون را نشان می دهد. این دستگاه را می توانید از فروشگاههای وسایل پزشکی به قیمت حدوداً ۲۵-۳۰ هزار تومان خریداری نمایید.

۱

برای استفاده از این دستگاه نیاز به: ۱- نوارهای اندازه گیری (کیت) و ۲- سوزن های خونگیری است. این ها را بایستی جداگانه تهیه کنید.



نوارها یکبار مصرف هستند و به صورت بسته های ۵۰ تایی با قیمت حدوداً ۱۷-۱۵ هزار تومان در بازار موجودند. سوزن های خونگیری هم یکبار مصرف هستند.

### روش کار:

دست های خود را با آب و صابون بشوئید. دستگاه را روشن کنید و نوار (کیت) تمیز که قبلاً استفاده نشده داخل دستگاه (در محل مخصوص نوار) قرار دهید. نوک انگشت خود را کمی ماساژ دهید تا پر خون شود و سپس آن را با الکل ۷۰ درجه

۲

ضد عفونی کنید.

حدود یک دقیقه صبر کنید تا الکل کاملاً خشک شود.



سوزن را با حرکت ناگهانی در نوک انگشت فرو کنید.



قطره خون خارج شده از نوک انگشت را روی نوار مخصوص قرار دهید.



دستگاه پس از مدت کوتاهی (کمتر از یک دقیقه) مقدار قند خون را نشان می دهد.

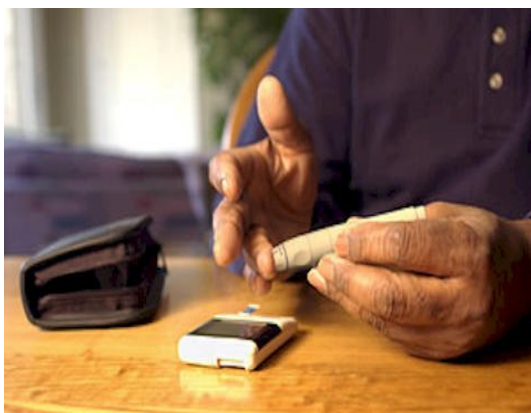
اگر به صورت درست از دستگاه استفاده نشود، ممکن است جواب اشتباه به دست آید.

۳



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان  
مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

## کنترل و سنجش قند خون



گردآوری و تنظیم: فریبا همایونی  
آموزش بالینی  
بهمن ۸۷

**با سنجش مرتب قند خون،  
بتر می توان بیماری دیابت را  
کنترل و درمان کرد. نگره  
داشتن قند خون در حد  
طبیعی، از ایجاد عوارض  
درازمدت بیماری (بیماریهای  
کلیه، چشم، قلب و...)  
پیشگیری می کند.**

منبع:

برونر - سودارث. پرستاری داخلی -  
جراحی غدد، کبد، مجاری صفراوی و  
دیابت. مترجمین: احمدعلی اسدی نوقابی،  
ناهید دهقان نیری. تهران، نشر سالمی،

۱۳۸۲

**به نکات زیر توجه داشته باشید:**

- خون را به روش درست روی نوار قرار دهید. قطره خون خیلی کوچک نباشد.
- دستگاه را به روش درست تمیز و نگهداری کنید.
- از جمع شدن گردوغبار یا خون روی دریچه نوری دستگاه جلوگیری کنید.
- نوارها با حرارت و رطوبت خراب می شوند. از نوارهای خراب یا تاریخ گذشته استفاده نکنید.
- عدهای به دست آمده را با تاریخ و ساعت در دفترچه ای یادداشت کنید و داشته باشید. هر ۶ تا ۱۲ ماه یکبار قند خون خود را از طریق آزمایشگاه کنترل کنید و نتیجه را با دستگاه خود مقایسه کنید. اگر تفاوت زیادی وجود داشته باشد دستگاه باید تنظیم شود.
- برای تنظیم، از فروشگاه‌هایی که دستگاه را خریده اید راهنمایی بخواهید.
- تعداد دفعات و ساعت های اندازه گیری قند خون را طبق دستور پزشک خود انجام دهید.