

እዚ ናይ ተሓሃሚ ሓበሬታ ካብ ዶክተርኩም/  
ነርስኩም ተቐቢልኩምዎ።



# ንዓኹም፣ ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖፊ ዝተእዘዘልኩም



እዚ በራሪ ፅሁፍ እዚ ዝጸሓፍናልኩም ሕማም ሽኮር ስለዘለኹምን ብደክተርኩም ኢንሱሊን ኣስገርኑ ሳኖሬ ስለዘተኣዘዘልኩም እዩ። ኩሎም ናይ ሽኮር ሕማም ሕክምናታት ዋና ዕላማ ብዘተኸኣለ መጠን ናይ ደም ሽኮር መጠን ምቁፅፅር፣ እቲ ሕሙም ፅቡቕ ስምዒት ክስምዖ ምግባር እዩ።

ብዛዕባ ናይ ሽኮር ሕማም ሕክምናኹም ዝኾነ ሕቶ እንተድኣ ሃሊኩም ንነርስ ወይ ደክተርኩም ክትሓቱ ኣለኩም።

## ናይ ምግብ ግዝ ኢንሱሊን ንምንታይ ይድልየኒ?

ኢንሱሊን ሰውነትና ኣብ ውሽጢ ደም ዘሎ ናይ ሽኮር መጠን ንምቁጽጽር ዝሕግዝ ሆርሞን እዩ። ኢንሱሊን ብምውጋእ፣ ኣብ ውሽጢ ሰውነትኩም ዘሎ ናይ ኢንሱሊን መጠን እኹል ዘይክኸውን ከሎ ናይ ሰውነትኩም ናይ ሽኮር መጠን ንምቕናስ ይሕግዘኩም።

ኢንሱሊን ኣስገርኑ ሳኖሬ ብቐጥታ ዝሰርሕ ናይ ምግብ ግዝ ኢንሱሊን ናይ ሰውነትና ተፈጥሮኣዊ ኢንሱሊን ይመስል።ኢንሱሊን ኣስገርኑ ሳኖሬ፣ ድሕሪ ምውጋእኹም ኣብ ውሽጢ 10–20 ደቓይቕ መጠን ሽኮር ምቕናስ ይጅምር። እቲ ወጽኢቱ ድሕሪ እቲ መርፍእ ምውግኡ 1–3 ሰዓታት ኣብ ዘለዉ ግዜ ኣዘዩ ጥንኩር እዩ ን 3–5 ሰዓታት ድማ ይጸንሕ።

ኢንሱሊን ኣስገርኑ ሳኖሬ ብቐልጠፍ ዝሰርሕ ምዃኑ እዚ ናይ ምግብ ግዝ ኢንሱሊንኩም ቐድሚ ምግብን ድሕሪ ምግብን ንክትወስድዎ የሕግዘኩም። ተወጊእኹም ምግብ ንምምጋብ ክትጽበዩ የብልኩምን።

ኢንሱሊን ኣስገርኑ ሳኖሬ ምስ ምግብ ተተሓሒዞ ንዝመጽእ ናይ ሽኮር መጠን ምልዓል ይናቢ ድሕሪ ዝተወሰኑ ሰዓታት ድማ ካብቲ ደም ይወጽእ።

ምስ ጸኒሖም ዝሰርሑ ቤዛል ኢንሱሊን ማዕረ፣ ኢንሱሊን ኣስገርኑ ሳኖሬ ብደሕንነትን ተመቺኩምን ምስ ሽኮርያኹም ንክትነብሩ ዕድል ይህብ።

## ካብዚ ናይ ኢንሱሊን ሕክምና እንታይ ዓይነት ኅናዊ ጽልዎታት ከጋጥሙኒ ይኸእሉ?

አብ ዝተፈላለዩ ምክንያታት ብምርኳስ፣ አብ ደምኩም ምስ ዘሎ መጠን ሸኮር እንትነጻጸር ዝበለጸ ኢንሱሊን ሃሊኩም ክትርከቡ ትኸእሉ። ድሕሪኡ ካብቲ ልሙድ ዝተሓተ ናይ ደም ሸኮር ክህልወኩም ይኸእል። እዚ ኢንሱሊን ሴንሲቲቪቲ ይበሃል።

<b>ልሙድ ባህርያታት፡-</b>	<b>ናይ ኢንሱሊን ሴንሲቲቪቲ ምክንያታት እዞም ዝሰዕቡ ክኾኑ ይኸእሉ፡-</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ጭንቀታት</li> <li>• ናይ ጥሜት ስምዒት</li> <li>• ምርሃጽ</li> <li>• ዘይስሩዕ ናይ ልቢ ውቅዒት</li> <li>• ትኹረት ናይ ምስኣን ጸገም</li> <li>• ናይ ምርኣይ ጸገም</li> <li>• ብቐሊሉ ምብስጫው/ምግጫው</li> <li>• ኣስቴንያ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ናይ ምግብ ምድንጓይ</li> <li>• ኣዝዩ ንእሽተይ ምግብ</li> <li>• ኣዝዩ ብዙሕ ኢንሱሊን/ወይ ናይ ደም ሸኮር ቀነሰቲ መድሓኒታት</li> <li>• ኣካላዊ ንጥፊታት/ ምንቕስቓስ (ካብቲ ዝበሃሎ ንዝነወሐ ግዜ ወይ ዝዓበየ)</li> <li>• ኣልኮል</li> </ul>

ናይ ደም ሸኮር ንምዕባይን ኩሉ ግዜ ክትበልዑ ከምዘለኩም ዝስመዐኩም ስምዒት ንምጥፋእን ናይ ደም ሸኮር ብቐልጡፍ ክበዝሕ ዝገብሮ ዲክስትሮዝ እዩ፣ ናይ ጽሚቕ ብርጭቕ ወይ ዝኾነ ጥዑም ነገር።

ናይ ደም ሸኮር 3.0-4.0 mmol/l ምስ ንጹር ምልክታት ብዲክስትሮዝ (1/2-1 ዲክስትሮዝ ከነኛ ብ 10 ኪግ ናይ ሰውነት ክብደት መጠን) ብምሃብ ምሕካም ይከኣል። ብቐልጡፍ ናብ ሰውነት ንክሰራጮ ማይ ስተይ።

ቅድሚታ ቀጻላይ ምግብኩም ምምጋብኩም ዝተወሰነ ዝተርፈኩም ጊዜ እንተልዩ፣ ተወሳኺ ጠዓሞት ክድልዩኩም እዩ። እዚ ስምዒት ብዙሕ ምግብ ስለዝበላዕካ ቀልጢፉ ኣይጠፍእን። ኢንሱሊን ሕክምና ኣብ ትከታተሉ እዋን ኣዝዩ ጠቓሚ ምክኒር ዲክስትሮዝ ሒዝካ ምሳኻ ዙር።

## ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖሬ ቅድሚታ ምውጋእኹም

እቲ ሓድሽ ቫያል ወይ ኣቐዲሙ ዝተመለኦ ብዕሪ ካብቲ ፍሪጅ ብምውጻእ ሓደ ወይ ክልተ ሰዓታት ቀዲምኩም ውሰድዎ። እቲ ኢንሱሊን ጽፍይ ምኃኑ (ሕብሪ ኣልባን ምንም ዝረኣዩ ደረቓት ንጥረ-ነገራት ዘይብሉ ጽፍይ) ኣረጋግጹ። ናይቲ ኢንሱሊን መልክዕ ደመናማ እንተኾይኑ፣ እቲ ቀዲሙ ዝተመልኦ ናይ ቫያል ወይ ብርዒ ደርቢዎ።

እቲ መሊስኩም እትጥቀምዎ ብዕሪ ብኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖሬ ክትመልኡ ከለኹም ናይቲ ናይ ብዕሪ ኣምራቲ መምርሒታት ተኸተሉ ክትወግኡ ከለኹም ድማ ኩሉግዜ ሓድሽ መርፍእ ተጠቐሙ።

### ብዛዕባ ናይ ጸም ግዜ ናይ ደም ሸኮርኩምን

ብዛዕባ ናይ ጸም ጊዜ ናይ ደም ሸኮር ብዝምልከትን ናይ ድሕሪ ምግብ ድሕሪ ክልተ ሰዓት ዝህልወኩም ናይ ደም ሸኮር መጠንን ጽቡቕ ፍልጠት ምህላውኩም ጠቓሚ እዩ።

ደክተርኩም ወይ ነርሲኩም ብቐሊሉን ደሕንነቱ ብዝተሓለወ መገዲንኣዕጋቢ ናይ ግሉኮስ መጠን ቁጽጽር ንምምጻእ ብናይ ደምኩም ናይ ግሉኮስ መጠን መሰረት ናይ ኢንሱሊን ዶዝ ከመይ ምስትኸኻል ከምትኸእሉ ሓበሬታን ምክኒን ክህቡኹም እዮም። ናይ ደም ግሉኮዝ መጠንኩምን ናይ ኢንሱሊን ዶዝኩምን ንምቁጽጻር ብኸብረትኩም ናይ ሸኮርያ ዳያሪ ተጠቐሙ።

### ነቲ ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖሬ ብኣግቡ ኣቐምጥዎ

ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖሬ ዘይተኸፈተ ፓኬጅ እዩ ኣብ2-8°C ኣብ ፍሪጅ ክቐመጥ ኣለዎ ብፍጹም ድማ ናብ በረድ ክቐየር የብሉን። ንጥቀሙሉ ኢንሱሊን ኣብ እንተልዓለ30°ካብ ቁሪን ጸሓይ ብርሃንን ርሒቐ ክቐመጥ ኣለዎ።

ዝተረፈ ኢንሱሊን እንተሃልዩ ድሕሪ ኣርባዕተ ሰሙናት ክጎሓፍ ኣለዎ። በዚ ምክንያት እዚ፣ ሓድሽ ቪያል ዘእተኹምሉ ወይ ሓድሽ ኣቐዲምካ ዝተመለኦ መርፍእ ምጥቃም ዝጀመርኩምሉ ዕለት ብኸብረትኩም ጸሓፉ።

መድሓኒታት ናብ ናይ ፈሳሲ ጎሓፍ ወይ ነይ ገዛ እንዳ ጎሓፍ ክድርቡዩ የብሎምን፣ እኳድኣስ ነቲ ከባቢ ንምክንኻን ክበሃል ናብ ፍርማሲ ክምለስ ኣለዎ።

## ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖፊ ከመይ ምውሳድ ይከኣል

ዶክተርኩም ክንደይ ዶዝ ከምትወስዱን ነቲ ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖፊ ድማ ኣበዓናይ ናይ ሰውነትኩም ክፋል ክትውግኡ ከምዘለኩም ክነግረኩም እዩ። ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖፊ ሳብኪታኖስሊ (ብትሕቲ ቆርቦት) ዝውሰድ ቅድሚ ምግብ ወይ ድሕሪ ምግብ ኣብ ውሽጢ 0-15 ደቓይቕ ዝውሰድ ወይ ብተደጋጋሚ ናይ ሰብኪታኖስ ኢንፊዩኽን ፓምፕ ዝውሰድ ናይ ምግብ ግዝ ኢንሱሊን እዩ።

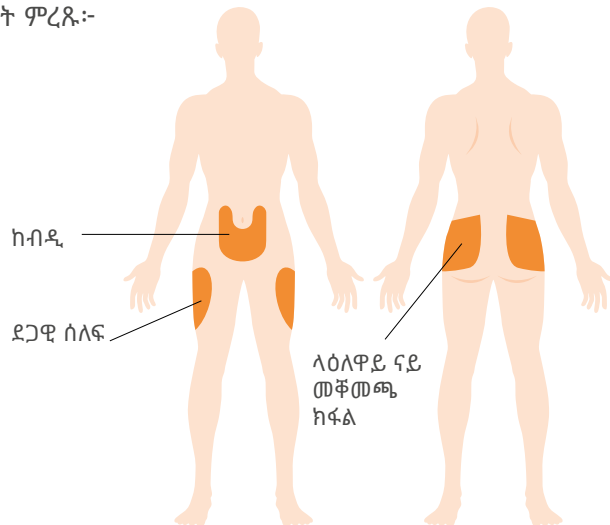
### ክትወስድዎ ዝገበኣኩም ናይ ምግብ ግዝ ዶዝ ክምርኮሱም ዝገበኣኩም ነገራት፡

- እንታይ ከም ትበልዑ
- ቅድሚ ዘለኩም ናይ ደም ሽኮር መጠንኩም
- እንታይ ከም ትሰርሑ

### መርፍእ መውግእ ኣካል

ብናይ ኢንሱሊን ኣወጋግእ ሓድሽ ምኽሪ መሰረት፣ ናይ መውግእ ቦታታትኩም ምቅይያር ከምኡውን ናይ ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖፊ ኣብቲ መውግእ ቦታ ንሱ ምቅይያር ጠቓሚ እዩ።

ካብዞም ዝስዕቡ ቦታታት ምረጹ፡-



## እቲ SoloSTAR ብዕሪ ከመይ ይሰርክ



### ነቲ ብዕሪ ኣዳልውዎ

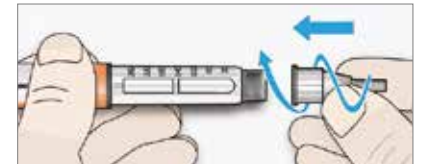
1) እቲ ትኽክለኛ መድሓኒት ምሓዝኩም ኣረጋግጹ። ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖፊ SoloSTAR በዓል ኣራንሺ ሕብረ ናይ መውግእ መጠወቂ ብዘለዎ ግራጫ ብዕሪ እዩ ዝመጽእ።



2) እቲ መከላኸሊ ካፕ ነቂልኩም እቲ ኢንሱሊን ኣኡሊፉ ዘርኢ ከምዝኾነ ኣረጋግጹ።



3) ሓድሽ መርፍእ ኣተሓሕዙሉ። ኣብቲ ትጥቀሙ ዘለኻ መርፍእ-ብምምርኻስ ነቲ ካፕ ጥወዮ ወይ ክፈቶ።



ኣገዳሲ፡ እቲ መርፍእ ከይተተሓሕዘ ዶዝ ከይትመልኡ ወይ እቲ ናይ መውግእ መጠወቂ ከይተጥውቁ።

**ናይ ደሕንነት ምርመራ ቅድሚያ ሕድሕድ ምውጋእ ፈጽሞ**

4) እቲ ናይ ዶዝ መምረጺ ብኣዘዋውራ ሰዓት ብምዝዋር ክልተ ዩኒት ግበርዎ። ደጋዊን ውሽጣዊን ናይቲ መርፍእ መሸፈኒ ኣወግድ።



5) መርፍእ ንላዕሊ ገጹ ጌርኩም ነቲ ብዕሪ ሓዝዎ። ኣንጻር እዚ ናይ ኢንሱሊን መትሓዚ ብኣጸብዕትኻ ብምጽፋዕ ኣብ ውሽጢ ዘለዉ ናይ ኣየር እኩባት ኣውጽእዎም።



6) እቲ ናይ መውግእ መጠወቂ መሉእ ብመሉእ ድፍኣዮ። እቲ ኢንሱሊን ካብቲ መርፍእ ዝወጽእ ምህላዉ ኣረጋግጹ ኣብቲ ናይቲ ዶዝ መስኮት ድማ "0" ምርኣዩ ኣረጋግጹ።

**እዚ ዶዝ መለኢኹም ተወግኑዎ**

7) ዝተመረጸ ዶዝኩም ምልኡ። ክትወግኑ ካብ ዘለካ ዩኒት ሓሊፍካ እንተተጠቐኻ፣ ናብቲ ትኽክለኛ ዩኒት ተመለሱ።



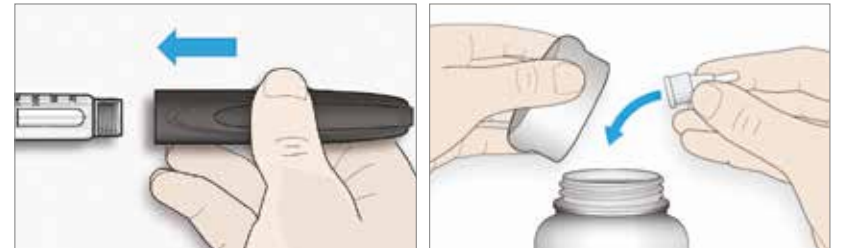
8) ናይቲ ቆርብት ዕጻፍ ኣልዒልካ ወጊእኻ ክሳብ ትውድእ ዓጺፍካ ሓዞ። እቲ መርፍእ ናብቲ ቆርብት ዕጻፍ ኣእቲኹም ውግኡ።



9) ጸቂጥኩም ሒዝኩም ነቲ ናይ መውግእ መጠወቂ ጠቐኹም ክሳብ 10 ቁጸሩ። ድሕሪኡ፣ እቲ መርፍእ ነቐልካ ኣውጽዮ።



10) እቲ ደጋዊ መርፍእ ብምትሕሓዝ እቲ መርፍእ ንቐሎ። እቲ ተኣዚዙልካ ዝነበረ ካኑላ ኣወግዶ። እቲ ናይ መከላኸሊ ናብቲ SoloSTAR ብዕሪኹም ገጢምኩም ደሕንነቱ ብዝተሓለወ መልክዑ ክዝኑ።



**ኣገዳሲ:** ድሕሪ ምውጋእኩም ኩሉ ግዜ ነቲ መርፍእ ኣውጺእኹም እቲ SoloSTAR ብዕሪ ብዘይ መርፍእ ክዝንዎ። እዚ ምብካል፣ ናይ ኣየር እኩባትን ናይ ኢንሱሊን ምፍሳስ ከይህሉን ከይፍጠርን ይሕግዝ።

## አብ ግምት ዝኣተዉ ነገራት

### ቅድሚኛ ናይ መጀመርያ ምጥቃምኩም

ነቲ ናይቲ ፓኬጅ ሊፍሌት ብጥንቃቄ ኣንብብዎ።

ሓደሽቲ SoloSTAR ብዕሪታት ኣብ ፍሪጅ፣ ኣብ ጸልማትን ዛሕሊን (2°C - 8°C) ብዕሹ-ጎም ኣቐምጥዎም።

ከይተዝሕልዎ።

### ድሕሪ ናይ መጀመርያ ምጥቃምኩም

ነቲ SoloSTAR ብዕሪ ኣብ ማእኸላይ ዓቕን ሙቕት፣ እንተልዓለ 30°C

ኩሉ ግዜ ድሕሪ ምውጋእኩም ነቲ መርፍእ ካብቲ ብዕሪ ኣውጽእዎ።

ነዚ ናይ SoloSTAR ብዕሪ ብዘይ መርፍእ ኣቐምጥዎ። እዚ ምብካል፣ ናይ ኣየር እኩባትን ናይ ኢንሱሊን ምፍሳስን ከይህሉ ከይፍጠር ይሕግዝ።

ነዚ SoloSTAR ብዕሪ ካብ ጸሓይን ሙቕትን ሓልዎ።

ነዚ Solostar ብዕሪ መከላኸሊ ካፕ እንዳሃለዎ ክኸዘን ኣለዎ።

እዚ Solostar ብዕሪ እንተበዚሑ ንኣርባዕተ ሰሙናት ድሕሪ መጀመርያ ምጥቃምኩም ተጠቐሙሉ። እዚ ብርዒ ተንከባኺብኩም ሓዘዎ።

ብዕሪኹም ዝተበላሸዎ እንተመሰልኩም፣ ክተዐርይዎ ከይትፍትኑ። ሓደሽ SoloSTAR ብዕሪ ተጠቐሙ።

እቲ መርፍእ ቅድሚኛ እቲ SoloSTAR ብዕሪ ምውጋድኩም ንቐልዎ።

ነቲ SoloSTAR ብዕሪ ግዜኣዊ ኣገባቡ ብዝብሎ መንገዱ ክተወግድዎ ኣለኩም።

**ብዛዕባ ናይ SoloSTAR** ብዕሪኹም ሕቶ እንተሃሊኩም፣ ብ 020-52 68 87 ክትድውሉልና ነጻነት ይሰማዕኩም።

**ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖል®** (ኢንሱሊት ኣስፓርት)፣ እቲ ዝውጋእ ብጽባጽ 100 units/mL። Rx, F, A10AB05.

**መራሒ ሓሳብ፡** ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖል ንናይ ዓቢይቲ፣ ጎረምሳታትን

ካብ ሓደ ዓመቶም ጀሚሮም ድማ ዘለዉ ቆልዑ ሕማም ሽኮርያ

ንምሕካም ይግዝ። **ማሸጊያ፡** ኢንሱሊን ኣስፓርት ሳኖል SoloStar

5x3 mL, cartridge 5x3 mL. ለበለጠ መረጃ ኣባክዎን

[www.fass.se](http://www.fass.se) ይጎብኙ። **ናይቲ ሰብ ሓበሬታ፡** ኢንሱሊን ሊስፕሮ

ሳኖል ብ Sanofi AB ዝቐረበ እዩ፣ Box 30052, 104 25

Stockholm ስልክ ቁጥር፡ 08 634 50 00 [www.sanofi.se](http://www.sanofi.se)።

ብዛዕባ መድሓኒታትና ሕቶ እንተድኣሃሊኩም፣ ብኸበረትኩም

ምስinfoavd@sanofi.com ተዘራረቡ። ናይ ምህርቲ

መግለጺ መጠቓለሊናይ መጨረሻ ግምገማ መዓልቲ፡

ነሓስ 2020።

▼ እዚ መድሓኒት እዚ ጥንቁቕ ቁጽጽር ዘድልዮ መድሓኒት እዩ።

ንዝበለጸ ሓበሬታ [www.fass.se](http://www.fass.se) ይጎብኙ።

ናይ ሸኮርያ ሕግም ምህርታትና ብዝምልከት ሕቶ እንተሃሊኩም፡

**020-52 68 87**

ብዛዕባ ሸኮርያ ዝበለጸ ጻብሬታታት  
ኣብ [insulin.se](http://insulin.se) ምርካብ ይክእል

ብዛዕባ ዝተፈላለዩ ናይ ሸኮርያ  
ምህርታት እውን ክተንብቡ ኑኽእሉ ኣብ



Sanofi AB, Box 30052, 104 25 Stockholm, Tel.: +46 8 634 50 00, [www.sanofi.se](http://www.sanofi.se).

ብዛዕባ መድኣኒታትና ሕቶ እንተድኣሃሊኩም፣ ብኽበረትኩም ምስ፡ [infoavd@sanofi.com](mailto:infoavd@sanofi.com) ተዘራረቡ።