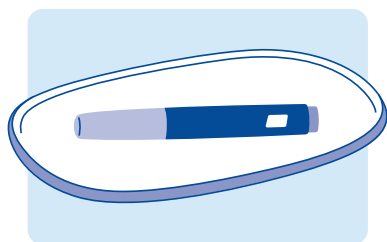
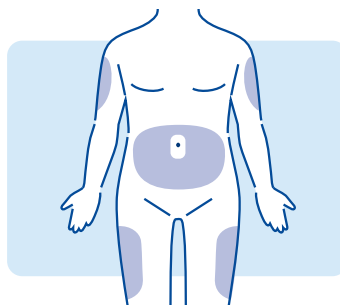


# 注射時の痛みを軽減する対処方法

注射時の痛みは、注射針を刺す時の痛みや、注入時の痛み、注入後の違和感などがございますが、注射時の痛みを軽減する方法として、一般的に以下のような対処方法があります。



冷えた薬液を  
室温でしばらく  
置いてから  
投与する<sup>1)</sup>



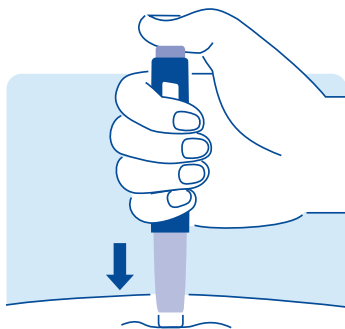
注射部位を  
予め冷却する<sup>2)</sup>



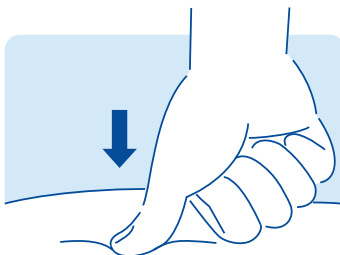
アルコールが  
乾いてから  
注射する<sup>1)</sup>



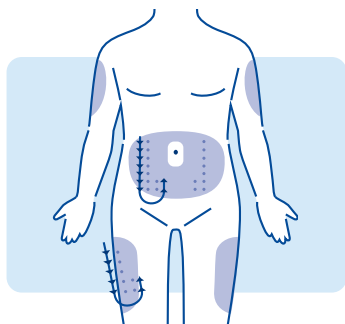
皮膚へ  
直角にあてて打つ<sup>1)</sup>



皮膚に  
迷わず素早く  
針を刺す<sup>1)</sup>



注射する場所の近くを、  
針を刺す前から  
指で強く押しておく<sup>3)</sup>



注射場所や  
注射部位  
(腹部・大腿部・上腕部)  
を変更する<sup>1)</sup>

これらの対処方法をご参考に  
患者さんへご指導をお願いいたします。  
また投与方法の詳細については、  
使用されている製品の使用説明書をご確認ください。

※同じ場所へ繰り返し注射をすると、皮膚アミロイドーシスまたはリポヒトロフィーがあらわれることがありますので、注射場所は前回の注射場所から少なくとも2~3cm離してください。注射場所の腫瘍や硬結が認められた場合には、その場所への投与を避けてください。

1) 日本糖尿病協会編：インスリン自己注射ガイド，2014

2) 榎本 幸恵 他：日精看会誌，60(1)：430-431，2017

3) 小林 圭：日良導絡自律神経会誌，33(3)：63-66，1988