

## Kisukari: Kuanzisha pampu ya insulini

### Pampu ya insulini ni nini?

Pampu ya insulini ni kifaa kidogo kinachotoa insulini inayofanya kazi haraka. Insulini hutolewa kwa kiasi kidogo, thabiti wakati wa mchana na usiku. Hii inashughulikia mahitaji yako ya msingi ya insulini. Inaweza pia kutoa dozi ya insulini inayofanya kazi haraka ili kuchukua nafasi ya dozi zinazotolewa kabla/baada ya milo na dozi za marekebisho ya kiwango cha sukari.

### Je, pampu ya insulini inafanya kazi vipi?

- Insulini huhifadhiwa ndani ya pampu.
- Pampu hutuma insulini mwilini kupitia mrija mwembamba unaonyumbulika na **kanula** (mrija mdogo wa plastiki unaonyumbulika).
- Sehemu za kawaida za kuingiza kanula ni tumboni, sehemu ya juu ya mkono, na sehemu ya juu ya kalio. **Ili kuzuia maambukizi, eneo la pampu na kanula zinapaswa kubadilishwa nyumbani kila baada ya siku 2 hadi 3.**
- Pampu huvaliwa siku nzima, kila siku. Inaweza kuondolewa kwa muda mfupi unapohitaji kuoga au kuogelea.
- Dozi ya insulini inaweza kurekebishwa ili kufidia mabadiliko ya kiwango cha sukari kutokana na mazoezi, wanga, na siku unazougua, inapohitajika.

### Kwa nini utumie pampu ya insulini?

Baadhi ya sababu za kutumia pampu ya insulini ni pamoja na:

- Unapata dozi ndogo za insulini.
- Udhibiti bora wa sukari kwenye damu wakati wa kulala au baada ya mazoezi.
- Uwezo zaidi wa kudhibiti milo na sukari ya damu.
- Unadungwa sindano chache.



### Je, tiba ya pampu ni sawa kwangu au kwa mtoto wangu?

Tiba ya pampu haimfai kila mtu. Pampu huwa na ufanisi zaidi kwa:

- **Watoto na familia zinazojua jinsi ya kudhibiti vizuri ugonjwa wa kisukari.** Watahitaji kuwa na uwezo wa:
  - Kufuatilia kiwango cha sukari kwenye damu na kudhibiti ipasavyo viwango vya juu na vya chini vya sukari
  - Kuweka rekodi za vipimo vyote vya kiwango cha sukari kwenye damu
  - Kuonyesha kuwa wanajua kuhesabu kiwango cha wanga
  - Kuwa na uwezo wa kutatua matatizo ya vipimo vya insulini (ikiwa ni pamoja na kipimo cha marekebisho na marekebisho ya insulini kwa ajili ya mazoezi) peke yao
  - Kuelewa maagizo kwa siku ambapo mtumiaji anaogua
- **Kuwa na watoto ambao wangependelea kutumia pampu na walio na usaidizi thabiti wa familia.** Wazazi au walezi hawafai kufanya maamuzi yote kwa niaba ya mtoto wao. Mtoto lazima awe tayari kutumia pampu pia.
- **Familia zinazoweza kumudu gharama ya pampu na vifaa.** Kila mtoa huduma ya bima ana masharti tofauti. Wasiliana na mtoa huduma wako wa bima ili kufahamu bima yako.

## Je, ninapaswa kuzingatia nini kabla ya kupata pampu ya insulini?

Baadhi ya mambo ambayo familia inapaswa kuzingatia kabla ya kupata pampu ni:

- Inaweza kuwa rahisi kusahau kutoa dozi ya insulini inayofanya kazi haraka kabla ya kula.
- Bei ya pampu na vifaa vyake ni ghali zaidi ikilinganishwa na ya sindano.
- Unaweza kupata maambukizi kwenye eneo lililowekwa pampu.
- Pampu zinahitaji kuvaliwa karibu kila wakati (isipokuwa wakati wa kufanya shughuli fulani).
- Lazima uondoe pampu unapoogelea, kutumia bafu la manyunyu au kuoga.
- Bado inawezekana kupata DKA (hali ya kisukari ya kutoa kiwango cha juu mno cha asidi za damu) unapotumia pampu, hasa kutokana na udhibiti mbaya au maradhi.

### Unahitaji nini ili kuanza kutumia pampu?

Miezi 6 hadi 12 baada ya utambuzi wa ugonjwa:

**1** Zungumza na mtoa huduma wako wa ugonjwa wa kisukari ili kubaini kama tiba ya pampu ni chaguo zuri kwa mtoto na familia yako.



**2** Pima kiwango cha sukari kwenye damu angalau mara 4 kwa siku. Hatua ya kupima kiwango cha sukari kwenye damu mara nyingi inaweza kukuonyesha ikiwa ugonjwa wa kisukari wa mtoto wako unadhibitiwa vyema.



**3** Kamilisha elimu au masomo yote yanayohitajika na mtoa huduma wako kabla ya kuagiza pampu yako.



**4** Chagua pampu na ujifunze jinsi ya kuitumia kwa usaidizi kutoka kwa mwelekezaji wa ugonjwa wa kisukari. Mtoa huduma wako wa afya anaweza kuhitaji muda mfupi wa majaribio kwa kutumia salini badala ya insulini ili uweze kufanya majaribio salama ya pampu.



**5** Shirikiana kwa karibu na timu yako ya utunzaji wa kisukari unapoanza kutumia insulini kwenye pampu yako. Utahitaji kufanya vipimo vya ziada vya kiwango cha sukari kwenye damu na kuwasiliana na mtoa huduma wako mara nyingi zaidi.



### Baada ya kuanza kutumia pampu ya insulini

Takriban mwezi 1 baada ya kuanza kutumia pampu, wewe na mtoto wako lazima mhudhurie darasa la elimu ya kina ya pampu ambapo mtajifunza jinsi ya:

- Kudhibiti vyema viwango vyako vya juu na vya chini vya sukari, mtindo wa maisha na siku unazougua ukiwa unatumia pampu
- Jinsi ya kutumia vipengele vya kina kwenye pampu yako

Intermountain Healthcare inazingatia sheria husika za haki za kiraia za nchi na haibagui kwa misingi ya mbari, rangi, asili ya taifa, umri, ulemavu au jinsia. Huduma za bila malipo za ukalimani zinatolewa. Mwombe mfanyakazi akusaidie kupata.