

Injection de l'insuline

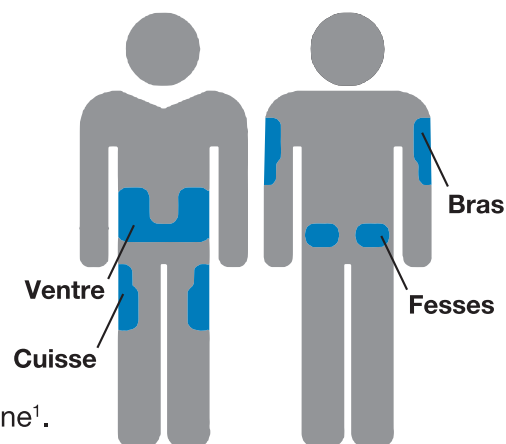
L'insuline doit être injectée dans votre corps.

L'injection doit être administrée juste sous la peau :

- Dans la partie supérieure du bras où il y a le plus de graisse
- Dans le ventre
- Dans la partie supérieure de la jambe (cuisse)
- Dans les fesses...

... à l'aide d'une seringue et d'une aiguille ou d'un stylo à insuline¹.

Les aiguilles sont très petites et glissent facilement dans la peau.



Conseil
1

- N'injectez pas toujours au même endroit de votre corps. Injectez dans différentes zones ou changez d'endroit où vous injectez chaque jour

Conseil
2

- N'injectez pas près de votre nombril

Conseil
3

- N'injectez pas près de grains de beauté ou de cicatrices

Conseil
4

- N'injectez pas dans des zones qui semblent rouges, infectées ou souffrant d'une éruption cutanée

Injection d'insuline avec une seringue :

1. Lavez et séchez vos mains.
2. Choisissez une partie propre et sèche de votre corps.
3. Veillez à bien utiliser le bon type d'insuline et injectez la bonne quantité.
4. Si votre insuline est trouble, mélangez-la en la faisant rouler doucement entre vos mains. Ne la secouez-pas.
5. Enlevez les capuchons de la seringue. Il est possible qu'il y ait 2 capuchons, un pour le piston et l'autre couvrant l'aiguille.



6. Remplissez la seringue d'air en tirant le piston jusqu'à la quantité d'insuline que vous voulez injecter.
7. Essuyez le haut du flacon d'insuline avec une compresse d'alcool et enfoncez l'aiguille dans la partie supérieure du flacon.
8. Appuyez sur le piston pour relâcher l'air dans le flacon.

9. Retournez le flacon et la seringue à l'envers et tirez sur le piston pour remplir la seringue avec la quantité d'insuline nécessaire.
10. Regardez s'il y a des bulles d'air dans la seringue. Tapotez la seringue pour déplacer les éventuelles bulles d'air vers le haut et expulsez-les doucement en poussant sur le piston.
11. Enlevez la seringue et l'aiguille du flacon. Utilisez l'insuline immédiatement.
12. Pincez doucement un pli de peau entre vos doigts dans une zone grasseuse.



13. Enfoncez l'aiguille dans la peau.
14. Relâchez la peau pincée et appuyez sur le piston pour administrer l'insuline dans votre corps.
15. Attendez quelques secondes avant de sortir la seringue pour vous assurer que toute l'insuline a été injectée.
16. Ne frottez pas la zone où vous avez injecté l'insuline.
17. Prenez note de la quantité d'insuline utilisée, de l'heure de l'injection et de l'endroit de votre corps où vous l'avez injectée.

Injection d'insuline avec un stylo à insuline :

1. Lavez et séchez vos mains.
2. Choisissez un endroit de votre corps propre et sec.
3. Tournez le sélecteur de votre stylo à insuline jusqu'à la quantité d'insuline nécessaire.
4. Certains stylos ont besoin d'être d'abord « amorcés » pour s'assurer que la quantité correcte d'insuline sera injectée. Consultez votre fournisseur de soins de santé ou votre pharmacien à ce sujet.
5. Saisissez doucement un pli de peau entre les doigts à un endroit où il y a plus de graisse.
6. Enfoncez l'aiguille dans votre peau.
7. Relâchez la peau pincée et enfoncez le piston pour administrer l'insuline dans votre corps.
8. Conservez le stylo dans la peau pendant 5 secondes, puis enlevez-le.



Votre fournisseur de soins de santé peut vous aider à apprendre à injecter l'insuline avec une seringue ou un stylo à insuline.

Consultez la notice du médicament ou appelez le fabricant du médicament pour connaître les informations recommandées de conservation et d'utilisation de votre médicament. Pour éviter de boucher et/ou de contaminer l'aiguille de la seringue, **NE** conservez **PAS** de médicament à l'intérieur de la seringue.

1. American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes – 2019. Diabetes Care. 2019; Vol. 42 (Suppl. 1): S91