

# Drawing Up One Insulin

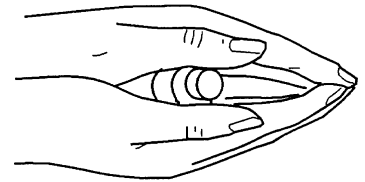
To control your diabetes you need to take insulin. Insulin can only be given by injections, also called shots. Your doctor will tell you how much insulin to take and how often to take it.

## Getting Ready

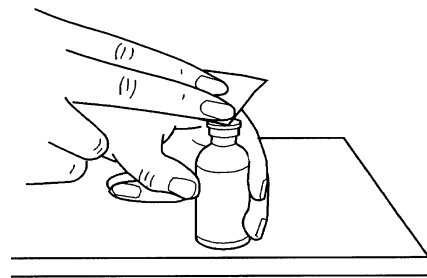
1. Gather the needed supplies
  - Insulin
  - Insulin syringe
  - Alcohol pad
2. Wash your hands with warm water and soap. Dry your hands.

## What to Do

1. Check the label on the insulin bottle to make sure you are using the correct insulin.
2. Check the expiration date on your insulin bottle. **Do not** use expired insulin. Throw away any insulin left in the bottle 30 days after you first open the bottle.
3. Gently roll the bottle of insulin between your hands until it is mixed. Do not shake the insulin bottle because this can cause air bubbles.



4. Wipe off the top of the insulin bottle with an alcohol pad then do not touch the top of the bottle.



# Se faire une injection d'insuline

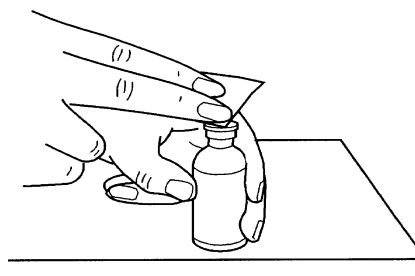
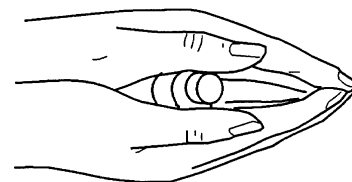
Pour réguler votre diabète, vous devez prendre de l'insuline. L'insuline peut uniquement être administrée par des injections, également appelées doses. Votre médecin vous indiquera quelle quantité d'insuline vous devez utiliser et à quelle fréquence vous devrez l'administrer.

## Soyez prêt(e)

1. Regroupez les éléments nécessaires
  - Insuline
  - Seringue à insuline
  - Compresse d'alcool
2. Lavez-vous les mains à l'eau chaude avec du savon. Séchez-vous les mains.

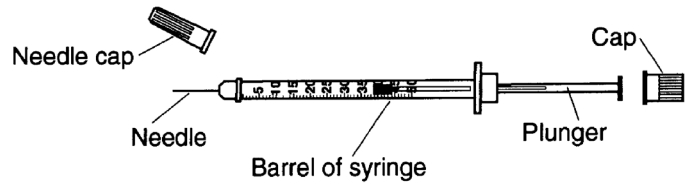
## Ce qu'il faut faire

1. Vérifier l'étiquette sur le flacon d'insuline pour vous assurer que vous utilisez la bonne insuline.
2. Vérifier la date de péremption sur le flacon d'insuline. **N'utilisez pas** d'insuline dont la date a expiré. Jetez toute insuline qui est restée pendant 30 jours dans un flacon après la première ouverture.
3. Faites délicatement rouler le flacon d'insuline entre vos mains jusqu'à ce qu'elle soit bien mélangée. Ne secouez pas le flacon d'insuline, cela peut former des bulles d'air.
4. Nettoyez le dessus du flacon d'insuline avec une compresse imbibée d'alcool puis ne touchez plus le sommet du flacon.

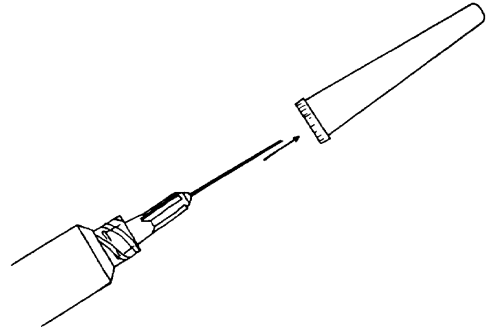


Draw one insulin. African French.

5. Take the syringe out of its package or remove the plastic cap.

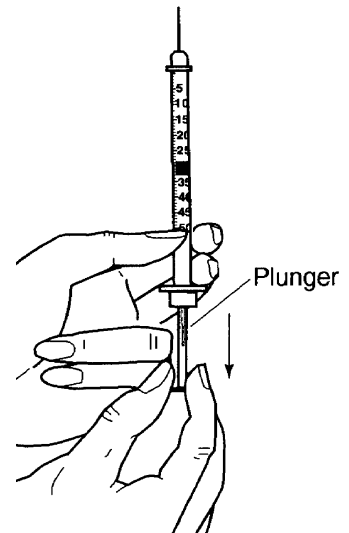


6. Take off the needle cap and place it on the table.

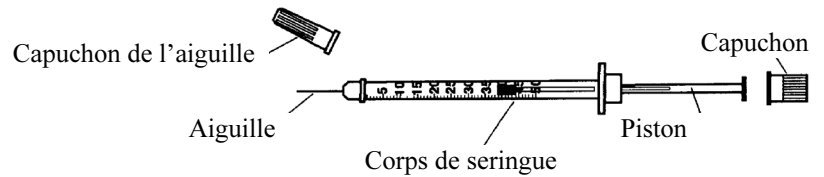


7. Pull the plunger of the syringe down to the number of units of insulin you need. The syringe will fill with air.

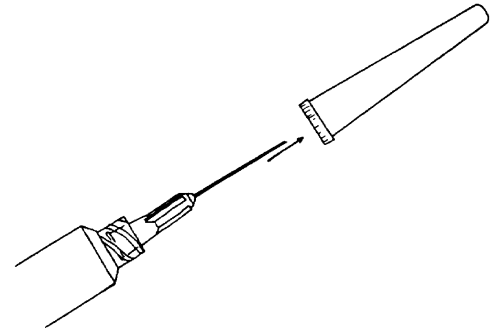
The syringe has small lines and numbers. The space between each line on the syringe is one unit. If you are using a 100-unit syringe, the space between each line is 2 units. Move the plunger so the dark end closest to the needle matches the number of units you need.



5. Sortez la seringue de son emballage ou retirez le capuchon en plastique.

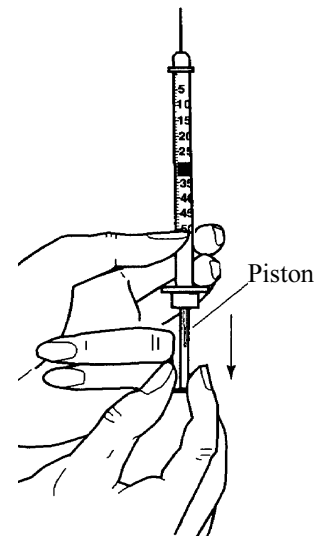


6. Retirez le capuchon de l'aiguille et placez-le sur la table.



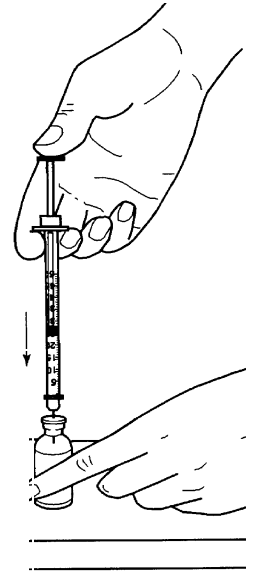
7. Tirez le piston de la seringue vers le bas jusqu'à atteindre le nombre d'unités d'insuline nécessaires. La seringue va se remplir d'air.

Le corps de la seringue comporte des petites lignes et des chiffres. L'espace entre chaque ligne de la seringue est une unité. Si vous utilisez une seringue de 100 unités, l'espace entre chaque ligne représente 2 unités. Tirez le piston afin que l'extrémité sombre près de l'aiguille corresponde au nombre d'unités dont vous avez besoin.

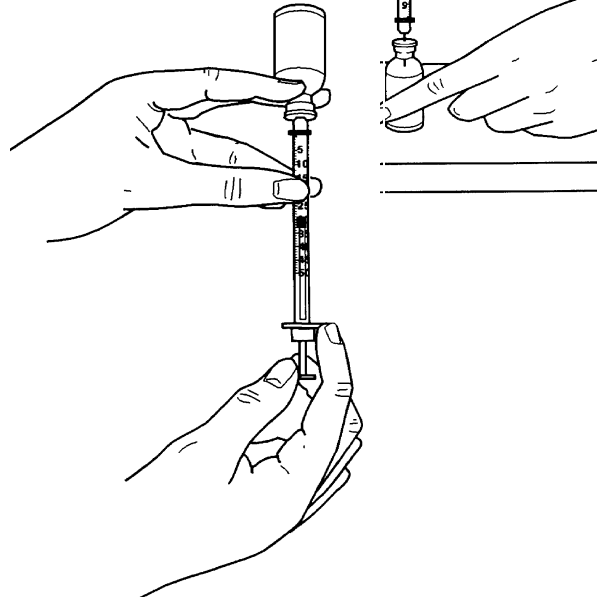


Draw one insulin. African French.

8. Carefully put the needle through the rubber stopper of the insulin bottle. Push the air into the bottle by pushing the plunger all the way down. Putting air in the bottle makes it easier to get the insulin out of the bottle.

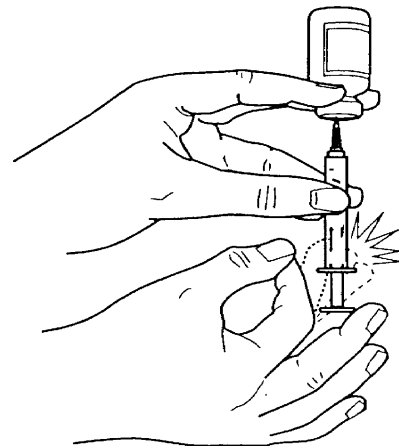


9. Turn the insulin bottle upside down with the syringe still in place. Support the needle in the bottle so it does not bend. Pull the plunger down to the number of units of insulin you need.



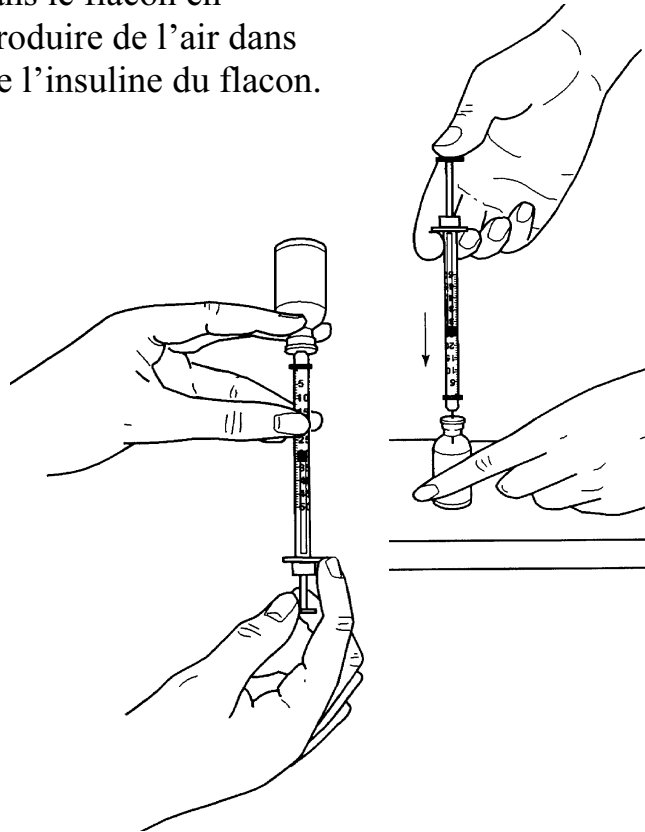
10. Check for air bubbles in the syringe. Air bubbles will not hurt you, but will take the place of insulin. This could cause you to get less insulin than you need because there is no insulin in the air bubble. If you see air bubbles:

- Tap the syringe firmly with your fingertip to move the bubbles to the top of the syringe.
- Push the plunger up a few units until the air bubbles go back into the insulin bottle.



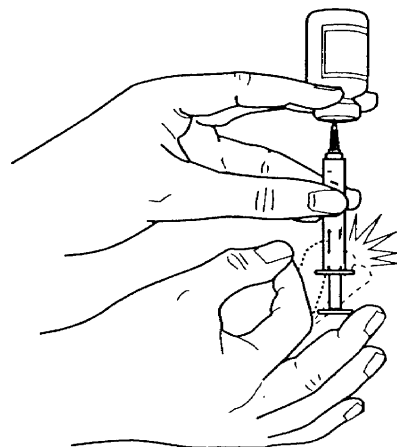
8. Passez délicatement l'aiguille à travers le bouchon en caoutchouc du flacon d'insuline. Chassez l'air dans le flacon en poussant le piston tout en bas. Introduire de l'air dans le flacon facilite le prélèvement de l'insuline du flacon.

9. Retournez le flacon d'insuline tout en maintenant la seringue. Maintenez l'aiguille dans le flacon afin qu'elle ne se plie pas. Tirez le piston vers le bas jusqu'au nombre d'unités d'insuline dont vous avez besoin.



10. Vérifiez la présence de bulles d'air dans la seringue. Les bulles d'air ne vous feront pas de mal, mais prendront la place de l'insuline. De ce fait, vous aurez moins d'insuline que prévu car les bulles d'air n'en contiennent pas. Si vous voyez des bulles d'air :

- Tapotez fermement la seringue avec les extrémités de vos doigts pour déplacer les bulles d'air vers le haut de la seringue.
- Poussez le piston vers le haut de quelques unités jusqu'à ce que les bulles d'air retournent dans le flacon d'insuline.



Draw one insulin. African French.

- Pull down on the plunger and fill the syringe with the correct amount of insulin.
- Check again for air bubbles.

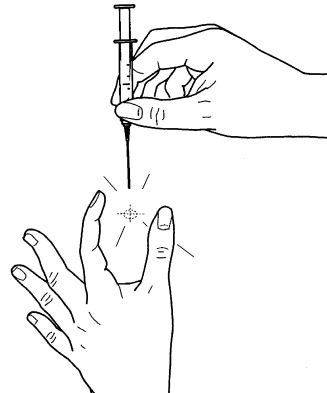
11. Take the needle out of the insulin bottle.

## Giving the Insulin

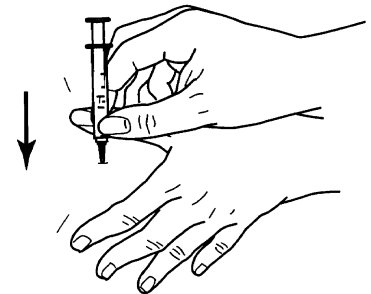
1. Clean the site with an alcohol pad. Let the alcohol dry. If you have just showered or bathed, you do not need to clean the site again.



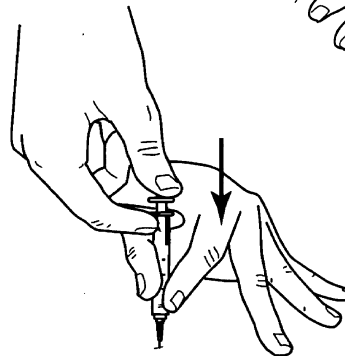
2. Pinch up and hold the skin of the site with one hand. Hold the syringe like a dart or pencil as shown in the picture.



3. Put the needle straight into the skin at a 90 degree angle. Use a quick motion. The quicker you put the needle in, the less it hurts. Push the needle all the way into the skin.



4. Push the plunger all the way down until all the insulin is in. Wait 5 seconds.



5. Let go of the pinch of skin.
6. Remove the needle.
7. Check the site for any redness, bleeding or bruising. Put a band-aid on the site if there is bleeding.

- Tirez le piston vers le bas et remplissez la seringue jusqu'à la quantité correcte d'insuline.
- Vérifier à nouveau la présence de bulles d'air.

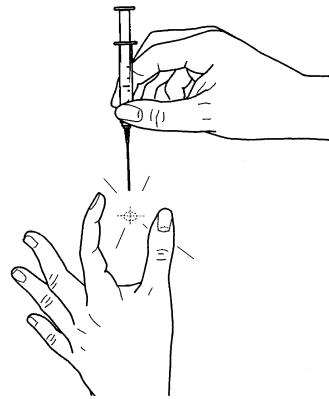
11. Retirez l'aiguille du flacon d'insuline.

## Administration de l'insuline

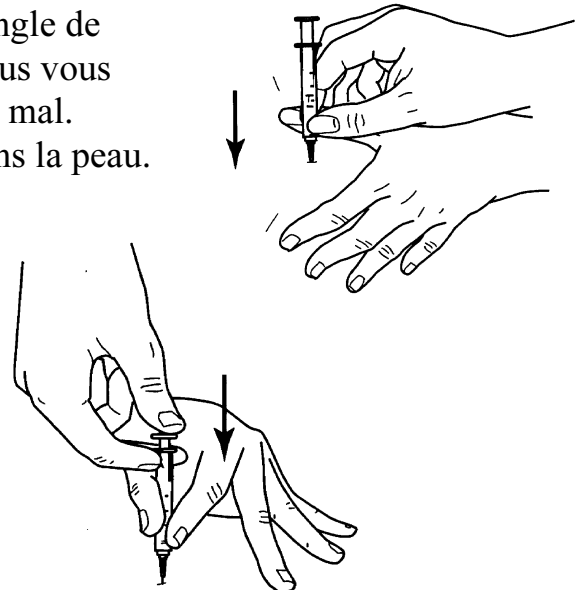
1. Nettoyez le site avec une compresse d'alcool. Laissez sécher l'alcool. Si vous venez de vous doucher ou de vous laver, vous n'avez pas besoin de nettoyer le site à nouveau.



2. Pincez et maintenez la peau du site avec une main. Tenez la seringue comme une fléchette ou un pinceau, comme montré sur le schéma.



3. Placez l'aiguille droite dans la peau à un angle de 90 degrés. Faites un mouvement rapide. Plus vous faites vite rentrer l'aiguille, moins cela fait mal. Poussez l'aiguille sur toute sa longueur dans la peau.



4. Poussez le piston jusqu'en bas pour administrer toute l'insuline. Attendez 5 secondes.

5. Relâchez votre peau.
6. Retirez l'aiguille.

7. Vérifiez si le site n'est pas rouge, s'il saigne ou s'il y a un bleu. Placez un pansement sur le site si vous constatez des saignements.

Draw one insulin. African French.

## **Clean up the supplies**

1. Put the used syringe and needle into a needle disposal box. You can use a heavy puncture-resistant plastic container with a lid. **Do not** recap the needle. Throw away all other supplies in the trash.
2. Be sure to store new and used syringes and needles out of the reach of children and pets.
3. Wash your hands again.

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

## **Nettoyage des éléments**

1. Placez la seringue utilisée dans un container à aiguilles. Vous pouvez utiliser un container en plastique résistant aux perforations avec un couvercle. **Ne pas** replacer le capuchon sur l'aiguille. Jetez tous les autres éléments à la poubelle.
2. Assurez-vous de stocker les seringues neuves et les seringues utilisées hors de la portée des enfants et de vos animaux.
3. Lavez-vous à nouveau les mains.

**Parlez à votre médecin ou votre infirmière si vous avez des questions ou des inquiétudes.**

Draw one insulin. African French.

9/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).