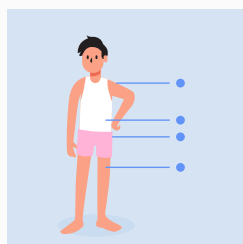


## Technique d'injection avec une seringue

- Le choix de la seringue dépend du nombre d'unités d'insuline prises et de la longueur de l'aiguille.
- L'aiguille la plus courte existant actuellement pour les seringues est de 6mm.
- Favoriser cette taille d'aiguille permet de limiter le risque d'injection dans le muscle et de réduire la douleur.
- L'injection se fait avec ou sans pli de la peau en fonction de la taille d'aiguille et du site d'injection utilisé.



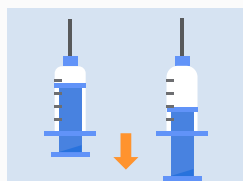
- 1** Laver mes mains avec de l'eau et du savon et préparer mon matériel sur une surface propre.



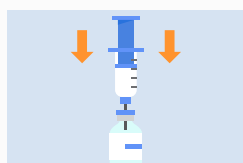
- 2** Choisir à quel endroit donner mon insuline et vérifier que la peau est propre.  
Penser à effectuer une rotation de mes sites à chaque injection.



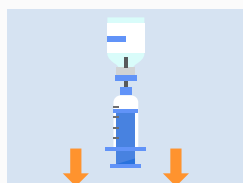
- 3** Désinfecter la fiole d'insuline à l'aide d'un tampon d'alcool.  
Si l'insuline est trouble (ex. insuline NPH ou Humulin N) mélanger la fiole par retournement (ne pas secouer). Faire rouler 10 fois puis basculer 10 fois. Vérifier que l'insuline est uniforme.



- 4** Remplir ma seringue d'une quantité d'air équivalente à la quantité d'insuline à prélever.



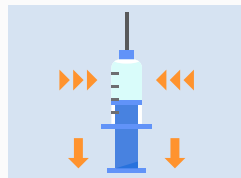
- 5** Piquer l'aiguille droit dans la fiole et pousser l'air à l'intérieur de celle-ci.



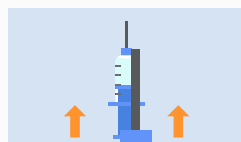
- 6** Retourner l'ensemble et tirer sur le piston pour prélever la quantité d'insuline nécessaire.



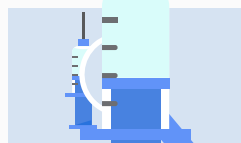
- 7** Retirer l'aiguille de la fiole. Placer ma seringue l'aiguille orientée vers le haut, et observer s'il y a des bulles d'air.



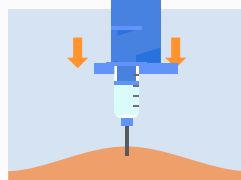
- 8** En cas de bulles d'air, tirer le piston vers le bas et tapoter ma seringue pour faire remonter les bulles d'air.



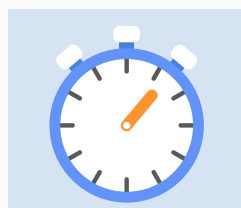
- 9** Pousser ensuite délicatement le piston pour chasser l'air.



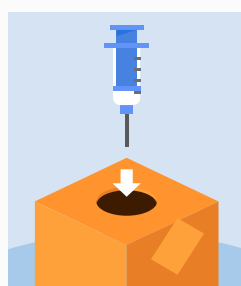
- 10** Vérifier et ajuster précisément ma dose d'insuline



- 11** Piquer et injecter l'insuline en respectant la méthode adéquate selon la taille de mon aiguille.



- 12** Maintenir la seringue en place pendant 5 secondes, maintenir également le pli de la peau si nécessaire.



- 13** Retirer ma seringue en suivant le même angle utilisé pour l'injection et la jeter immédiatement dans un contenant prévu à cet effet.  
Ces contenants sont disponibles en pharmacie et aux CSSS.

**UNE INJECTION = UNE SERINGUE**

**IMPORTANT de ne jamais utiliser deux fois une même seringue**