

## Les 6 étapes de l'injection d'insuline

### 1 Contrôlez le stylo à insuline

Contrôlez l'étiquette de votre stylo ou de votre cartouche pour vérifier qu'il s'agit bien de la bonne insuline. Vérifiez la date de péremption (ne pas utiliser si la date est dépassée).

### 2 Préparez le stylo

Retirez le capuchon du stylo et vissez une nouvelle aiguille.  
Il faut toujours utiliser une nouvelle aiguille pour chaque injection.

### 3 Purgez le stylo

Tournez le bouton d'injection du stylo pour avoir 2 unités. Tenez le stylo avec l'aiguille pointée vers le haut et tapotez-le afin que les bulles d'air remontent vers l'aiguille. Poussez sur le bouton d'injection jusqu'à ce que la valeur indiquée passe à 0. Le stylo est prêt lorsqu'un jet d'insuline s'écoule de l'aiguille.

### 4 Sélectionnez la dose

Tournez le bouton d'injection pour sélectionner le nombre d'unités que vous avez besoin de vous injecter.

### 5 Injectez la dose

Pour la technique d'injection, suivez les recommandations de votre médecin, infirmier spécialiste du diabète ou pharmacien. Les zones d'injection possibles sont le haut des bras et des cuisses, les fesses et le ventre, à condition de toujours rester à 5 cm de distance du nombril. Insérez l'aiguille dans la peau et appuyez à fond sur le bouton d'injection. En fonction de votre stylo à insuline, comptez lentement jusqu'à 5 ou 10 avant de retirer l'aiguille.

### 6 Rangez votre matériel

Retirez l'aiguille de la peau et remettez soigneusement en place le capuchon externe. Dévissez-la et jetez-la dans la boîte jaune (DASRI). Refermez votre stylo et rangez-le à l'endroit habituel.