



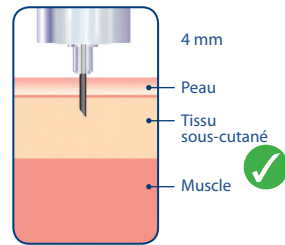
## 2 LA ROTATION DES SITES D'INJECTION:

Le tissu idéal pour les injections d'insuline est le tissu **SOUS-CUTANÉ** (la couche qui se trouve juste en dessous du derme et au-dessus du muscle), où l'absorption de l'insuline est régulière quelle que soit la profondeur du tissu.

Cela permet d'obtenir une meilleure fiabilité de la dose et de moindres variations glycémiques.

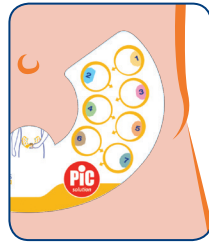
N'oubliez pas de :

- Alternier les sites d'injection : ventre, cuisses, bras, fesses.
- À l'intérieur de chaque site, il est recommandé de se déplacer d'au moins 1 centimètre à chaque injection.
- Alternier le côté gauche et le côté droit du corps.



### Un bon exemple de rotation:

- Alternier les sites (une fois les jambes, une fois les bras, une fois le ventre) ; alternier les côtés (une fois à droite et une fois à gauche).
- Alternier à l'intérieur des sites (en se déplaçant d'environ 1 cm par rapport au point de l'injection précédente). Une astuce est d'associer un site d'injection à un horaire.



Pratiquer plusieurs injections au même endroit dans le site et/ou réutiliser plusieurs fois la même aiguille, peut causer des **LIPODYSTROPHIES** (gonflement, dépressions cutanées) ou des rougeurs et des hématomes. La lipodystrophie est une modification de l'aspect de la peau causée par des injections d'insuline répétées au même endroit, dérivant de plusieurs facteurs, notamment la réutilisation d'aiguilles jetables et l'administration avec des aiguilles de mauvaise qualité.

Pic Solution.  
Specialists in self care.

108403.M1.1

00 091028 820 030

www.picsolution.com

Distribué au Canada par:



269 rue Robinson  
St-Eustache, QC, Canada J7R 5V7  
Tel : 450-687-0990  
info@domrexpharma.com  
www.domrexpharma.com



Artsana S.p.A.  
Via Saldarini Catelli, 1  
22070 Grandate (CO) Italy  
Telefono 031-382.111  
Fax 031-382.400



Specialists in self care.

# Insupen



# LA TECHNIQUE D'INJECTION CORRECTE

« *Tous les jours, sans problèmes* »

# Insupen



Pic Solution.  
Specialists in self care.

## L'importance d'une technique d'injection correcte

L'objectif du traitement par l'insuline est la **COMPENSATION GLYCÉMIQUE**.

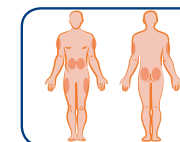
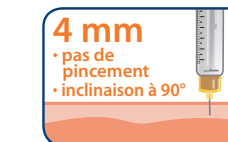
**De nombreuses injections d'insuline sont effectuées de manière incorrecte. Le résultat est presque toujours un apport d'insuline non constant, d'où une variabilité glycémique.**

Au contraire, une injection effectuée correctement permet d'optimiser le résultat du traitement par l'insuline et d'améliorer la compensation glycémique. Il faut faire attention à deux aspects essentiels :

### 1 LE CHOIX DE L'AIGUILLE :

Utiliser l'aiguille la moins douloureuse et la plus appropriée à vos besoins thérapeutiques :

- Il est important d'utiliser une technique d'injection appropriée, pour effectuer correctement l'injection et atteindre la couche sous-cutanée.
- Une aiguille de 4 mm permet d'effectuer une rotation optimale des sites d'injection (ventre, fesses, cuisses et bras)



Un affûtage à trois biseaux nécessite une moindre force de pénétration, ce qui permet de réduire au minimum l'invasivité et la douleur.



Comment effectuer correctement l'injection

**01** Visser correctement l'aiguille

**NOTE** REMARQUE Uniquement lors de la première utilisation du stylo, sélectionner et éjecter 5 unités (ou en tout cas jusqu'à l'écoulement du liquide)

**02** Sélectionner la dose à injecter

**03** Choisir le site d'injection

**04** Injecter en adoptant la technique appropriée à votre aiguille

- 4 mm**
  - pas de pincement
  - inclinaison à 90°
- 6 mm**
  - pas de pincement
  - inclinaison à 45°
- 8 mm**
  - pincement
  - inclinaison à 90°

**05** Attendre 15" pour permettre l'absorption de toutes les unités d'insuline

15 sec.

UNE AIDE EN PLUS POUR VOUS !



Une technique d'injection correcte ?

Découvrez-la sur le canal YouTube « Pic it easy »

Pic it easy!

Indications utiles pour un traitement à l'insuline correct

CE QU'IL FAUT FAIRE :

Alterner les sites d'injection

Conserver l'insuline utilisée à une température ambiante loin des sources de chaleur

Conserver la réserve d'insuline au réfrigérateur

En cas d'insuline trouble, tourner et agiter délicatement le stylo

AVERTISSEMENT :

Ne pas masser le site après l'injection

Ne pas désinfecter (sauf en milieu hospitalier)

Ne pas injecter à travers les vêtements

Ne pas réutiliser les aiguilles

Éviter la zone du nombril

Ne pas injecter de l'insuline froide