

How to Give an Insulin Injection (Shot)

General Information

- Use the following instructions when injecting insulin for diabetes.
- Do not mix your diabetes medicine with any other medicines.

Where to Give Shots

- Choose an injection area in your abdomen, upper or outer thigh, the back of your upper arms, or the buttocks.

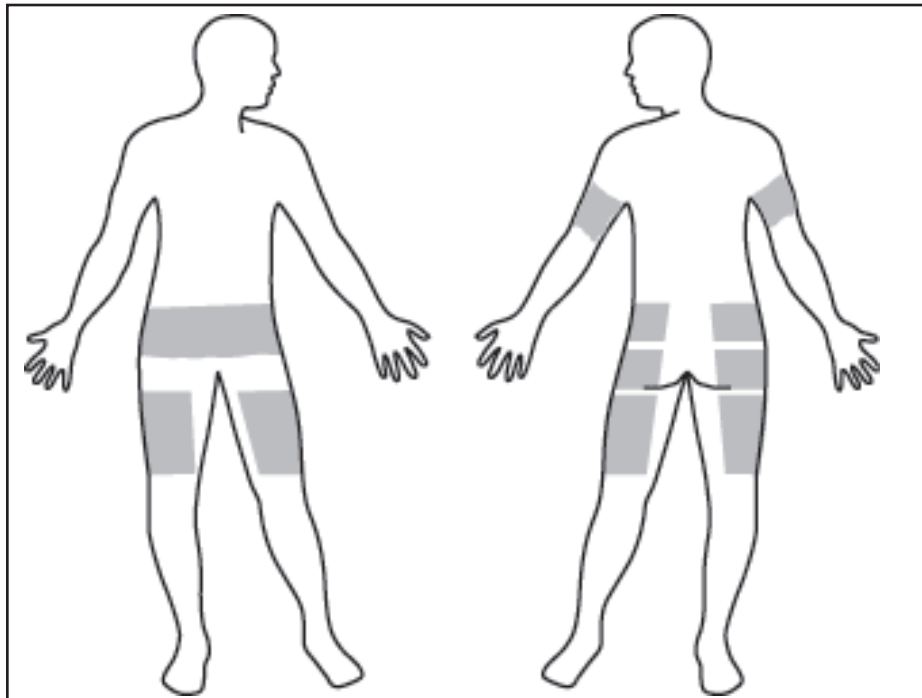
Как вводить инсулин

Общая информация

- •Ниже приводится инструкция по введению инсулина при диабете.
- Не смешивайте лекарство от диабета ни с какими другими лекарствами.

Куда делать уколы

- Выберите участок для уколов на животе, с наружной или внутренней стороны бедра, на задней стороне верхней части руки, или в ягодицы.



© Allina Health System

(over)

How to Give Shots

1. Collect all of your supplies and place them on a clean surface, like a clean cloth or paper towel.
2. Wash your hands before starting.
3. Remove the cap from the insulin bottle.
4. Using friction, wipe the top of the insulin bottle with an antiseptic like alcohol, Betadine® or Chloraprep®.
5. Use a new syringe. Pull the plunger to draw air into the syringe. The amount of air should equal the amount of insulin being drawn up. Take off the needle cover.

Как делать уколы

1. Соберите всё необходимое для укола и положите на чистую поверхность, например, на чистый кусок ткани или бумажное полотенце.
2. Помойте руки.
3. Снимите колпачок с флакона с инсулином.



4. Прижимая, протрите верхнюю часть флакона с инсулином антисептиком, например, спиртом, бетадином (Betadine®) или Chloraprep®.



5. Используйте новый шприц. Потяните за поршень, чтобы набрать воздух в шприц. Объем воздуха должен быть равен объему инсулина, который нужно взять из флакона. Снимите колпачок с иглы.



6. Gently push the needle through the rubber on the cleaned insulin bottle. Push the plunger of air into the bottle.

6. Осторожно протолкните иглу сквозь резиновую пробку на протертом флаконе с инсулином. Нажмите на поршень, чтобы выпустить воздух во флакон.



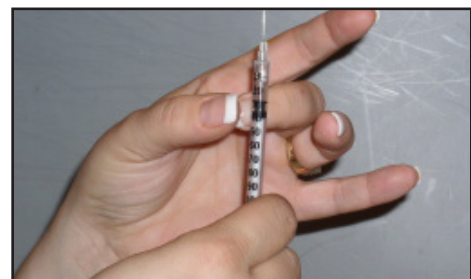
7. Hold the bottle and syringe in one hand. Keep the top of the needle in the bottle. Turn it upside down. You may need to adjust your needle to keep it in the solution. Use your other hand to move the plunger back to draw the dose into the syringe.

7. Держите флакон и шприц в одной руке. Конец иглы должен оставаться во флаконе. Переверните флакон вверх дном. Вам может понадобиться изменить положение иглы, чтобы она оставалась в растворе. Второй рукой оттяните поршень назад, чтобы набрать дозу в шприц.



8. Check the syringe for air bubbles. Too much air means your dose is not right. Push the plunger up so the insulin goes back into the bottle. Redraw the dose. Tapping the syringe with your finger may help the air bubbles go to the top of the syringe. If bubbles remain at the top, push the plunger to remove bubbles.

8. Проверьте, есть ли в шприце пузырьки воздуха. Слишком много воздуха означает, что набранная доза неправильная. Нажмите на поршень, чтобы инсулин из шприца вышел во флакон. Снова наберите дозу. Постукивая пальцем по шприцу, можно помочь пузырькам воздуха продвинуться к концу шприца. Если на конце шприца остались пузырьки, продвиньте поршень вперед, чтобы удалить пузырьки.



9. Pull the bottle off the needle and check your dose. Cover the needle tip with the needle guard or put the syringe down on a sterile surface, like on a sterile gauze. Make sure the needle does not touch anything.

10. Choose an injection area in your abdomen, upper or outer thigh, the back of your upper arms, or the buttocks. Inject the insulin in that area for two weeks, choosing a different spot each time. After two weeks, move to another injection area.

11. Slowly press down on the plunger. Make sure you inject all of the insulin. Pull the needle straight out and put light pressure on the injection site. Do not rub or put lotions, creams, or ointments or powder on the area.

12. Throw away the needle in a container that has been approved by your doctor. Do not wrap the needle and throw it away in the regular garbage.

9. Снимите флакон с иглы и проверьте дозу. Накройте конец иглы защитным предохранителем или положите шприц на стерильную поверхность, например, на стерильный марлевый тампон. Нужно проверить, чтобы игла ни к чему не прикасалась.



10. Выберите участок для уколов на животе, с наружной или внутренней стороны бедра, на задней стороне верхней части руки, или в ягодицы. Вводите инсулин в этот участок в течение двух недель, каждый раз выбирая новое место. Через две недели перейдите к использованию другого участка.

11. Медленно нажмите на поршень. Убедитесь, что введен весь инсулин. Быстрым движением вытащите иглу и слегка нажмите на место укола. Не растирайте этот участок, не используйте лосьонов, кремов, мазей и присыпок.

12. Нужно выбросить иглу в контейнер, рекомендованный врачом. Запрещается выбрасывать иглу в обычный мусор, даже если она в обертке.