




CÓMO INYECTAR LA INSULINA CON UNA JERINGA

Estas instrucciones son una guía *general* para inyectar la insulina con una jeringa. Su equipo de atención médica puede trabajar con usted en cómo inyectar la insulina con una jeringa apropiadamente y de la forma más segura.

- 1. Junte sus materiales con las manos limpias:** Frasco de insulina, jeringa, y toallita de alcohol.
- 2. Inspeccione su frasco de insulina.** Si ve partículas en la insulina, no la use. Si su insulina se ve nublada, suavemente rueda el frasco entre sus manos hasta que toda la insulina se vea igual. La insulina transparente no tiene que ser mezclada.
- 3. Limpie la tapa del frasco de insulina.** Limpie la tapa de goma con una toallita de alcohol.
- 4. Prepare la jeringa.** Quite la tapa. Jale el émbolo hacia abajo hasta que llegue al número de unidades que inyectará. Alinee la punta negra con el número de la jeringa.
- 5. Introduzca la insulina a la jeringa.** Meta la aguja dentro de la tapa de goma del frasco de insulina. Empuje el émbolo hasta abajo. Voltee el frasco de insulina y meta la aguja dentro del vial. Asegúrese que la punta de la aguja está en la insulina. Jale el émbolo hasta la línea para el número de unidades que inyectará.
- 6. Verifique si hay burbujas de aire en la jeringa.** Si hay burbujas de aire en la jeringa, empuje el émbolo hacia abajo para devolver la insulina al frasco. Repita el paso 5. Cuando no haya burbujas de aire y la cantidad correcta de insulina este dentro de la jeringa, saque la aguja del frasco.
- 7. escoja su lugar de inyección.** Su estómago es el mejor lugar, pero puede usar las nalgas, muslos, o brazos posteriores si otra persona le va a inyectar la insulina. Quédese en la misma área general pero ROTE dónde inyecta la insulina dentro de esa área.
- 8. Inyecte su dosis.** Ponga la jeringa a un ángulo de 90 grados de la piel, luego meta la aguja directamente en la piel. Empuje el émbolo completamente para inyectar toda la insulina en la piel. Saque la aguja de la piel.
- 9. Bote la aguja y jeringa** en un recipiente para objetos punzocortantes inmediatamente después de usarlas. No ponga la tapa de vuelta en la aguja.

IMPORTANTE: NO reúse las jeringas.