

Injection d'insuline

Conseils pour prendre en charge votre diabète

FICHE
3.2
PATIENTS

Matériel nécessaire

- Stylo d'insuline (pré-rempli ou rechargeable) + aiguilles adaptées
- Collecteur de déchets ou un autre récipient refermable (à rapporter à votre pharmacie une fois rempli).
Ne jamais jeter votre aiguille à la poubelle!

A l'ouverture de tout nouveau stylo

Effectuez une purge avant la 1^{ère} injection : faites perler 2 UI de produit au bout de l'aiguille (également valable pour les stylos rechargeables).

Cela permet :

- d'éliminer les bulles d'air
- de vérifier le bon fonctionnement du système

Si aucune goutte d'insuline n'apparaît après 6 essais, cela signifie que le stylo est défectueux et qu'il ne faut pas l'utiliser.

Dans tous les cas référez-vous à la notice d'utilisation de votre stylo.



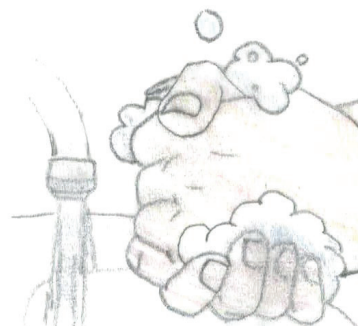
Avant l'injection

- Vérifiez l'aspect de l'insuline (limpide ou laiteuse selon la nature de l'insuline)
- Vérifiez la quantité restante dans le stylo
- Vérifiez la date d'expiration
- Vérifiez que le stylo soit à température ambiante depuis 1h au minimum

Technique d'injection d'insuline au stylo

1

Lavez vos mains à l'eau tiède et au savon

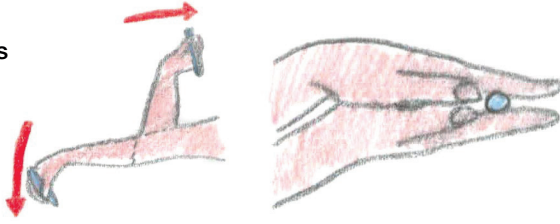


2

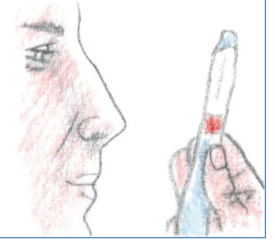
Remettez en suspension les insulines laiteuses (NPH, mélanges)

Roulez le stylo entre les paumes des mains (au moins 10 fois)

Et/ou agitez lentement le stylo (au moins 10 fois)



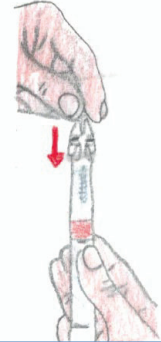
Contrôlez visuellement que l'insuline paraisse bien homogène



3

Fixez votre aiguille sur le stylo

- Approchez l'aiguille dans l'axe du stylo
- Une aiguille fixée de travers peut entraîner des fuites et/ou une torsion de l'aiguille interne (côté cartouche)
- Percez le caoutchouc de la cartouche avec l'aiguille interne (côté cartouche)
- Vissez complètement l'aiguille sur le stylo

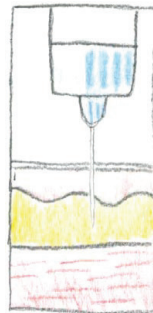


4

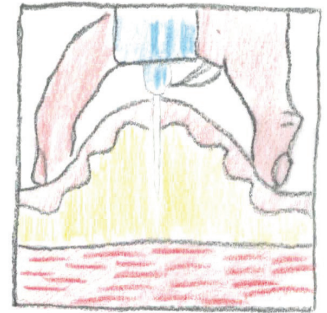
Piquez verticalement, dans le tissu sous-cutané, avec ou sans pli

(selon la longueur de l'aiguille, le site d'injection et la dose à injecter)

Si aiguille inférieure à 6 mm : pas de pli



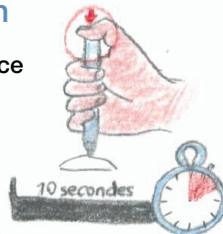
Si aiguille supérieure ou égale à 6 mm : faire un pli



56

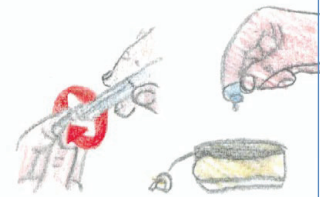
Respectez le temps d'injection

De façon à garantir la complète délivrance de la dose avec un stylo injecteur, il est important en fin d'injection de maintenir l'aiguille sous la peau pendant au moins **10 secondes**. Cela permet aux dernières gouttes d'insuline d'être complètement injectées



Éliminez votre matériel usagé

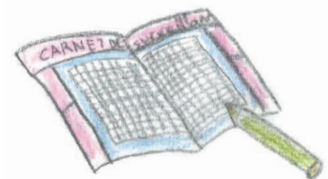
Après injection, retirez l'aiguille et éliminez-la dans un collecteur de déchets ou dans un autre récipient refermable que vous ramènerez à votre pharmacie



7

Documentez l'injection

Noter le nombre d'unités injectées dans votre carnet d'auto-surveillance

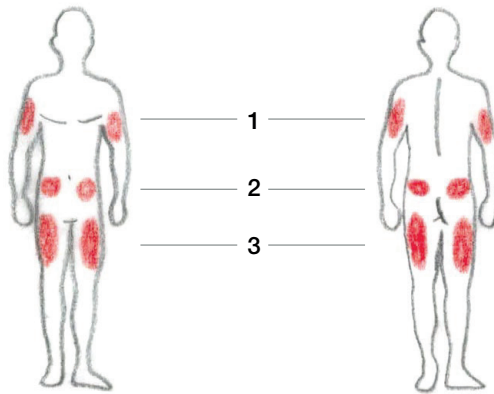


Le site d'injection

En règle générale:

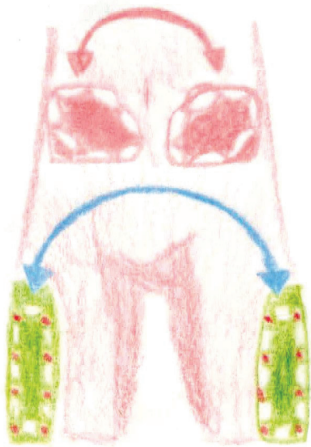
- 1. les bras**
- 2. le ventre**
- 3. la cuisse ou les fesses**

Déterminer votre lieu d'injection avec votre médecin/soignant spécialisé.



Changer de site à chaque injection

- Côtés droite/gauche
- Rotation sur un même site en espaçant de 2 à 3 cm entre chaque injection



Même heure -> Même zone

Même zone -> Même technique

Rotation dans une même zone!

Conservation de vos stylos d'insuline

Le stylo en cours d'utilisation peut être gardé à température ambiante (sans aiguille), il se conserve ainsi 4 à 8 semaines selon le fabricant.

La réserve de stylo est à garder au frigo, de préférence dans le bac à légumes pour éviter tout danger de gel.

Références

Guide pratique de diabétologie à l'usage du personnel infirmier, N. Marcoz, PIC, EHC, v1. 09.2013

Le diabète expliqué, Document d'éducation thérapeutique, Réseau Nord Broye, juin 2010

http://www.sfdiabete.org/sites/sfd.prod/files/files/ressources/reco_sfd_surveillance_glycemique_mars2017.pdf

Groupe ayant élaboré ou mis à jour le document

Groupe ayant élaboré le document (mai 2015)

Heike Labud et Noémie Marcoz; validé par Drs Charly Buillard et Juan Ruiz

Groupe de révision (novembre 2017)

Heike Labud, Nicole Jenni, Olivier Le Dizes, Noémie Marcoz; validé par Dr Charly Buillard et Dre Isabelle Hagon-Traub

Date de la fiche : mai 2015 / révisé en novembre 2017

Date de la prochaine révision : décembre 2020