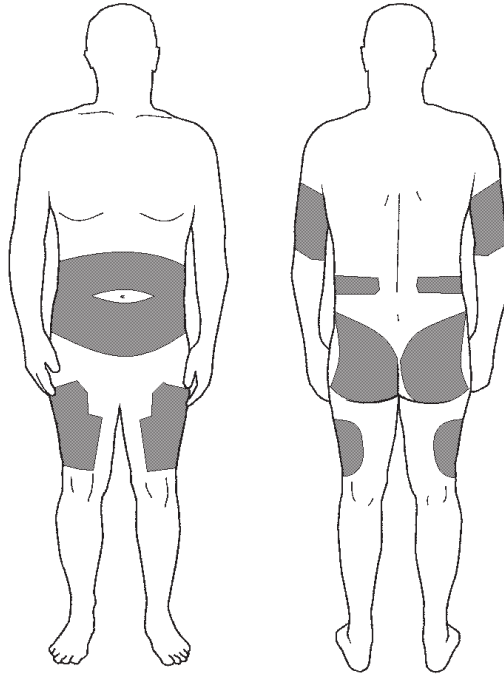


# Comment utiliser un stylo injecteur d'insuline

## How to Use an Insulin Pen

### Select the Site for Injection

- Sites which can be used are:
- Back of upper arms
- Abdomen (around navel)
- Front and side area of thighs
- Back above waist
- Buttocks
- Stay 1 inch away from previous injections.
- Stay 2 inches away from your navel or scars.
- **Do not** use sites that are bruised, tender or swollen.



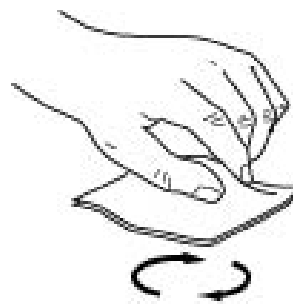
### Choix du site de l'injection

- Les sites appropriés sont :
- Derrière la partie supérieure des bras
- L'abdomen (autour du nombril)
- Le devant et les côtés des cuisses
- Le dos juste au-dessus de la taille
- Les fesses
- Faites l'injection à 2,5 cm (1 pouce) des sites d'injection précédents.
- Faites l'injection à 5 cm (2 pouces) de votre nombril ou de vos cicatrices.

- **Ne faites pas** l'injection sur des zones qui présentent des contusions, ou qui sont sensibles ou gonflées.

### Giving Your Insulin

1. Clean the skin with an alcohol pad. Let the alcohol air dry.



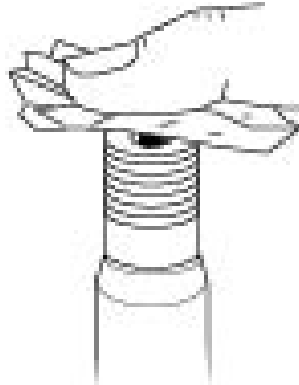
2. Take the cover off the pen. You can see the insulin in the pen.



### Administration de l'insuline

1. Nettoyez la peau avec un coton imbibé d'alcool. Laissez sécher à l'air.
2. Enlevez le capuchon du stylo. Vous pouvez voir l'insuline dans le stylo.

3. If you are using a cloudy insulin, gently roll the pen between your hands to mix the insulin.
4. Use alcohol to clean the end of the pen where the needle twists on.



3. Si vous utilisez de l'insuline en suspension, faites délicatement rouler le stylo entre vos mains afin de la mélanger.
4. Utilisez de l'alcool pour nettoyer l'extrémité du stylo où vous vissez l'aiguille.

5. Peel back the cover on the needle. Screw the needle onto the pen. It should be snug but not too tight.



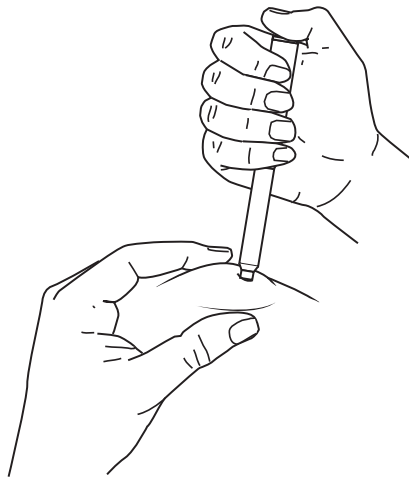
5. Décollez le capuchon de l'aiguille. Vissez l'aiguille sur le stylo. Elle doit bien tenir en place mais ne doit pas être trop serrée.

6. To clear the air out of the pen:
  - Remove the cap from the needle.
  - Turn the dose dial to 2 units.
  - Hold the pen so the needle is pointing up.
  - Push the end of the pen in to clear the air out of the pen.
  - Watch the tip of the needle for a drop of insulin. You may need to repeat this step until you see the drop on the needle.
7. To set your dose of insulin, turn the dial clockwise until you see the number for your insulin dose.



6. Pour chasser l'air du stylo :
  - Retirez le capuchon de l'aiguille.
  - Tournez le cadran doseur sur 2 unités.
  - Tenez le stylo avec l'aiguille pointée vers le haut.
  - Poussez sur le bas du stylo pour chasser l'air du stylo.
  - Regardez si une goutte d'insuline apparaît à l'extrémité de l'aiguille. Il se peut que vous soyez amené(e) à répéter l'opération jusqu'à l'apparition d'une goutte d'insuline.
7. Pour choisir votre dose d'insuline, tournez le cadran dans le sens des aiguilles d'une montre, jusqu'à l'apparition du chiffre de votre dose.

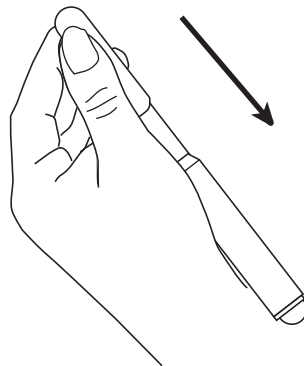
8. Pinch and hold the skin of the site with one hand.
9. Put the needle straight into the skin in a quick motion. The needle should be all the way into your skin.
10. Using your thumb, push the end of the pen down slowly until your dose of insulin is in. Hold the needle in for 10 seconds.



8. Pincez et maintenez la peau du site d'injection avec une main.
9. Piquez l'aiguille tout droit et d'un coup sec dans la peau. L'aiguille doit s'enfoncer entièrement dans votre peau.
10. Avec votre pouce, poussez doucement sur l'extrémité du stylo jusqu'à ce que votre dose d'insuline soit totalement administrée. Laissez l'aiguille insérée pendant 10 secondes.

11. Let go of the pinch of skin.
12. Pull the needle out. Hold your finger over the site for a minute.
13. Remove the needle from the pen. Throw it into your needle disposal container.
13. Put the cover back on your insulin pen.

11. Relâchez la peau.
12. Retirez l'aiguille. Maintenez votre doigt sur le site pendant une minute.



- 13 Retirez l'aiguille du stylo. Jetez l'aiguille dans votre conteneur à aiguilles.
14. Remplacez le capuchon sur le stylo injecteur.

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

**Parlez à votre médecin ou à votre infirmière si vous avez des questions ou des inquiétudes.**