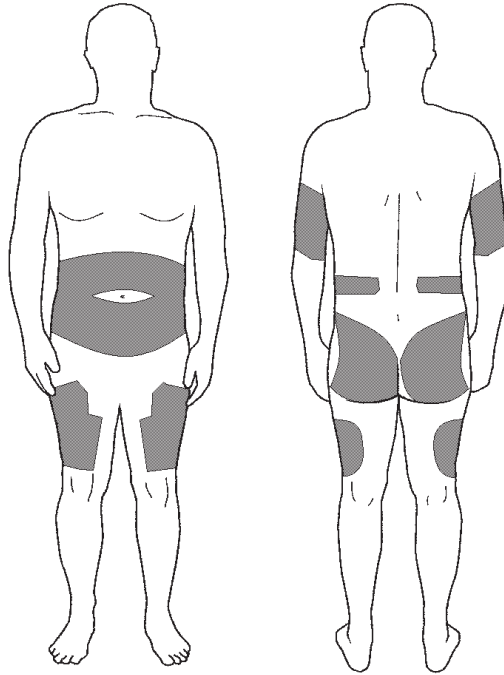


펜형 인슐린 주사기 사용 방법

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.

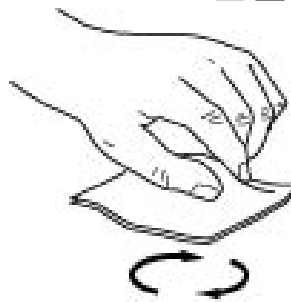


인슐린을 투여할 부위를 선택한다

- 투여할 수 있는 부위는 다음과 같다.
- 위쪽 팔의 뒷부분
- 복부 (배꼽 주위)
- 허벅지 앞과 양쪽 옆
- 허리 뒤의 뒷부분
- 엉덩이
- 이미 주입한 부위에서 1인치(2.5cm) 정도 떨어져야 한다.
- 배꼽이나 상처에서 2인치(5cm) 정도 떨어져야 한다.
- 멍이 들었거나, 연약한 부위 또는 부은 곳에는 주사하지 않는다.

Giving Your Insulin

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



인슐린 주입

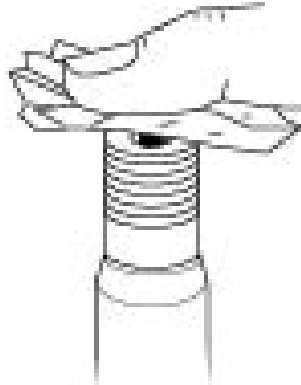
1. 알코올로 피부를 소독하고, 알코올이 마를 때까지 잠시 기다린다.

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



2. 펜의 뚜껑을 연다. 펜 안에 인슐린을 확인할 수 있다.

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. 뿌연 인슐린을 사용할 경우에는 펜을 손바닥 사이에 놓고 살살 돌려서 인슐린을 잘 섞는다.
4. 바늘을 비틀어 넣는 끝 부분을 알코올로 소독한다.

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



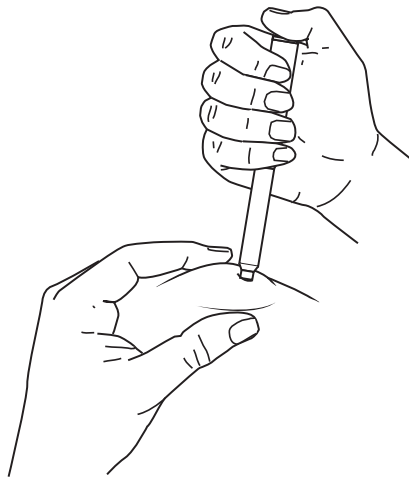
5. 바늘의 커버를 벗겨내고, 바늘을 펜 속 나사를 돌려 고정한다. 너무 꽉 끼우지 말고 편안히 들어가도록 한다.

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. 펜 속의 공기를 제거하는 방법은 다음과 같다.
 - 바늘 뚜껑을 제거한다.
 - 용량 조절 다이얼을 2 유닛에 맞춘다.
 - 바늘이 위쪽을 향하도록 펜을 든다.
 - 펜 끝을 밀어 펜 속에 남은 공기를 뺀다.
 - 바늘 끝에서 인슐린 방울이 나오는지 확인한다. 바늘 끝으로 인슐린 방울이 나올 때까지 이 단계를 반복해야 한다.
7. 인슐린 일회 용량을 설정하려면 인슐린 용량의 숫자가 보일 때까지 시계방향으로 다이얼을 돌린다.

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.

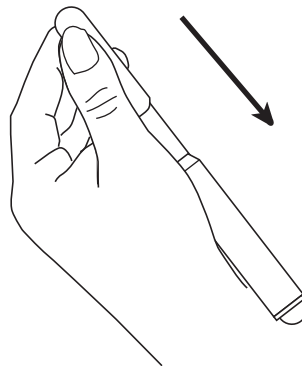


8. 한 손으로 주사할 부위의 피부를 잡는다.
9. 빠르게 바늘을 피부 속에 찔러 넣는다. 바늘이 피부 속으로 완전히 들어가야 한다.
10. 엄지 손가락을 이용하여, 인슐린이 모두 들어갈 때까지 펜의 끝 부분을 천천히 누른다. 10초간 바늘을 그대로 둔다.

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

11. 잡고 있던 피부를 놓는다.
12. 바늘을 뽑는다. 손가락으로 주사한 부위를 1분간 살짝 누르고 있다. 펜에서 바늘을 뽑는다. 바늘을 지정 폐기통에 버린다.

13. Put the cover back on your insulin pen.



13. 인린 펜에 뚜껑을 다시 끼운다.

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

궁금한 점이나 염려되는 점이 있으면 의사나 간호사와 상의하십시오.