

Mélanger deux insulines

Mixing Two Insulins

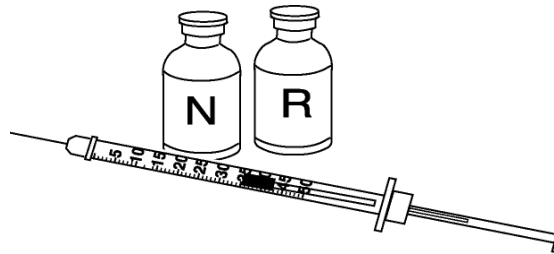
Since your doctor has ordered 2 kinds of insulin that can be mixed, you need to learn how to mix the two insulins together in one syringe. This way you can give yourself one injection or shot instead of two. Some insulins, like glargine (Lantus®) and detemer (Levemir®), cannot be mixed. Other insulins (NovoLog 70/30®, Humalog 75/25®) are already a combination of two types of insulin and should not be mixed.

Puisque le médecin vous a prescrit 2 sortes d'insuline pouvant être mélangées, vous devez apprendre à les mélanger dans une seule seringue. De cette manière, vous pourrez vous faire votre injection en une seule fois plutôt qu'en deux. Certaines insulines, comme glargine (Lantus®) et detemer (Levemir®), ne peuvent pas être mélangées. D'autres insulines (NovoLog 70/30®, Humalog 75/25®) sont déjà un mélange de deux types d'insuline et ne doivent pas être mélangées.

Getting Ready

- Gather these supplies:
 - Insulins:
_____ and

 - Insulin syringe
 - Alcohol pad
- Wash your hands with warm water and soap. Dry your hands.



Préparation

- Regroupez ces éléments :
 - Insulines :
_____ et

 - Seringue à insuline
 - Compresse d'alcool
- Lavez-vous les mains à l'eau chaude avec du savon. Séchez-vous les mains.

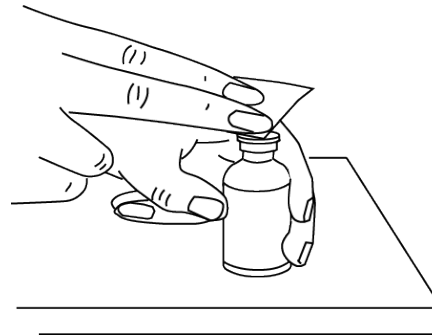
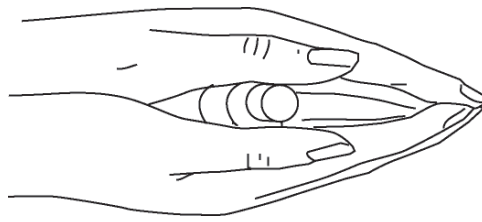
What to Do

1. Check the labels on the insulin bottles to make sure you have the correct insulin. Regular, lispro (Humalog®) and aspart (NovoLog®) insulin should be clear. NPH insulin should be cloudy.
2. Check the expiration date on **all** insulin bottles. **Do not** use expired insulin. Throw away any insulin left in the bottle 30 days after you first open the bottle.

Ce qu'il faut faire

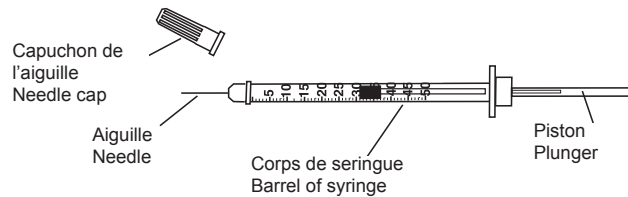
1. Vérifiez les étiquettes sur les flacons d'insuline pour vous assurer que vous utilisez les bonnes insulines. L'insuline Regular, lispro (Humalog®) et aspart (NovoLog®) doit être transparente. L'insuline NPH doit être trouble.
2. Vérifiez la date de péremption sur **tous** les flacons d'insuline. **N'utilisez pas** d'insuline dont la date a expiré. Jetez toute insuline qui est restée pendant 30 jours dans un flacon après la première ouverture.

- Gently roll the bottle of **cloudy** insulin between your hands until it is mixed, and make sure there is no powder on the bottom of the bottle. **Do not** shake the insulin bottle because this can cause air bubbles.
- Wipe off the tops of the insulin bottles with an alcohol pad, **and** then do not touch the top of the bottles.



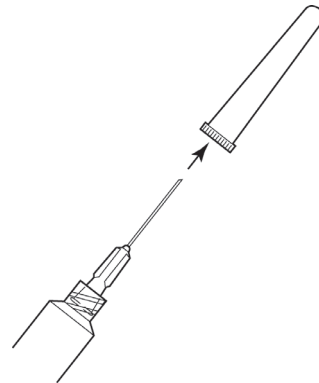
- Faites délicatement rouler le flacon d'insuline **trouble** entre vos mains jusqu'à ce qu'elle soit bien mélangée et assurez-vous qu'il ne reste pas de poudre au fond du flacon. **Ne** secouez **pas** le flacon d'insuline, car cela peut former des bulles d'air.
- Nettoyez le dessus des flacons d'insuline avec une compresse imbibée d'alcool, **et** ne touchez plus le sommet des flacons.

- Take the syringe out of its package or remove the plastic cap.



- Sortez la seringue de son emballage ou retirez le capuchon en plastique.

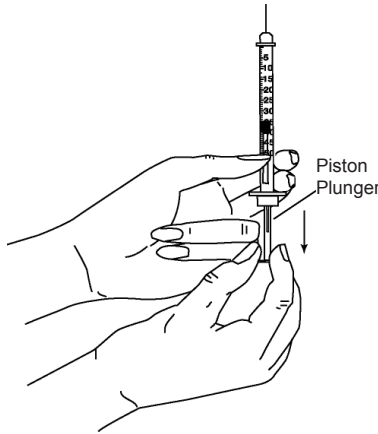
- Take off the needle cap and place it on the table.



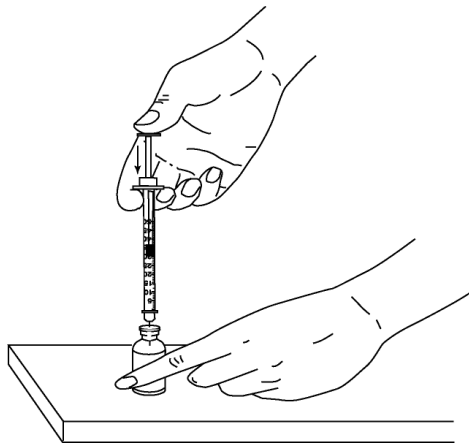
- Retirez le capuchon de l'aiguille et placez-le sur la table.

7. Pull the plunger of the syringe down to the number of units of **cloudy** insulin you need. The syringe will fill with air.

The syringe has small lines and numbers. The space between each line on the syringe is one unit. If you are using a 100-unit syringe, the space between each line is 2 units. Move the plunger so the dark end closest to the needle matches the number of units you need.



8. Carefully put the needle through the rubber stopper of the bottle with **cloudy** insulin. Push the air into the bottle by pushing the plunger all the way down. Putting air in the bottle makes it easier to get the insulin out of the bottle.



9. Take the needle out of the bottle with **cloudy** insulin. The syringe will be empty. Set the bottle of **cloudy** insulin aside.
10. Pull the plunger of the syringe down to the number of units of **clear** insulin needed to fill with air.
11. Carefully, put the needle into the rubber stopper of bottle with **clear** insulin, and push the air into the bottle.

7. Tirez le piston de la seringue vers le bas jusqu'à atteindre le nombre d'unités d'insuline **trouble** nécessaires. La seringue va se remplir d'air.

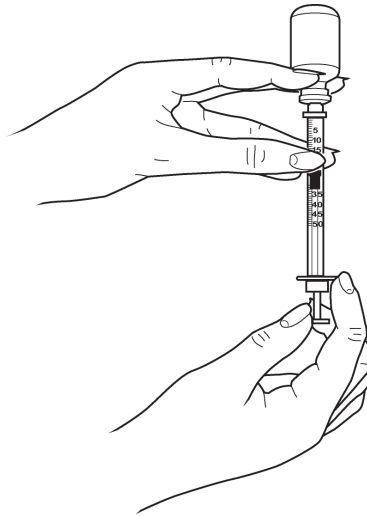
Le corps de la seringue comporte des petites lignes et des chiffres. L'espace entre chaque ligne de la seringue est une unité. Si vous utilisez une seringue de 100 unités, l'espace entre chaque ligne représente 2 unités. Tirez le piston afin que l'extrémité sombre près de l'aiguille corresponde au nombre d'unités dont vous avez besoin.

8. Passez délicatement l'aiguille à travers le bouchon en caoutchouc du flacon d'insuline **trouble**. Chassez l'air dans le flacon en poussant le piston tout en bas. Introduire de l'air dans le flacon facilite le prélèvement de l'insuline du flacon.

9. Retirez l'aiguille du flacon d'insuline **trouble**. La seringue sera vide. Mettez de côté le flacon d'insuline **trouble**.
10. Tirez le piston de la seringue vers le bas jusqu'au nombre d'unités d'insuline **transparente** dont vous avez besoin afin de la remplir d'air.
11. Avec soin, introduisez l'aiguille dans le bouchon en caoutchouc du flacon d'insuline **transparente** et chassez l'air dans le flacon.

12. Turn the bottle of **clear** insulin upside down with the syringe still in place. Support the needle in the bottle so it does not bend.

13. Pull the plunger down to the number of units of **clear** insulin you need.

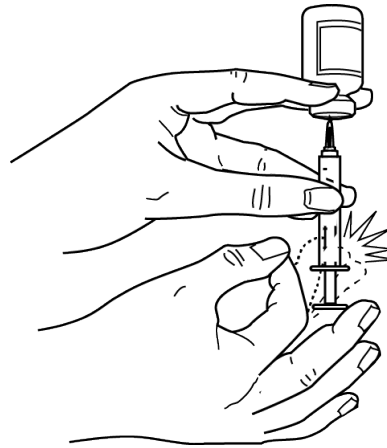


12. Retournez le flacon d'insuline **transparente** tout en maintenant la seringue. Maintenez l'aiguille dans le flacon afin qu'elle ne se plie pas.

13. Tirez le piston vers le bas jusqu'au nombre d'unités d'insuline **transparente** dont vous avez besoin.

14. Check for air bubbles in the syringe. Air bubbles will not hurt you, but will take the place of insulin. This could cause you to get less insulin than you need because there is no insulin in the air bubble. If you see air bubbles:

- Tap the syringe firmly with your fingertip to move the bubbles to the top of the syringe.
- Push the plunger up a few units until the air bubbles go back into the insulin bottle.
- Pull down on the plunger and fill the syringe with the correct amount of insulin.
- Check again for air bubbles.



14. Vérifiez la présence de bulles d'air dans la seringue. Les bulles d'air ne vous feront pas de mal, mais prendront la place de l'insuline. De ce fait, vous aurez moins d'insuline que prévu, car les bulles d'air n'en contiennent pas. Si vous voyez des bulles d'air :

- Tapotez fermement la seringue avec le bout des doigts pour déplacer les bulles d'air vers le haut de la seringue.
- Poussez le piston vers le haut de quelques unités jusqu'à ce que les bulles d'air retournent dans le flacon d'insuline.
- Tirez le piston vers le bas et remplissez la seringue avec la quantité correcte d'insuline.
- Vérifiez à nouveau la présence de bulles d'air.

15. Take the needle out of the bottle with **clear** insulin.

16. Put the needle into the rubber stopper of the bottle with **cloudy** insulin. Be careful not to push any **clear** insulin into the bottle of **cloudy** insulin.

15. Retirez l'aiguille du flacon d'insuline **transparente**.

16. Introduisez l'aiguille dans le bouchon en caoutchouc du flacon d'insuline **trouble**. Veillez à ne pas pousser d'insuline **transparente** dans le flacon d'insuline **trouble**.

17. Add the number of units of **clear** and **cloudy** insulins together to give you the total number of units.

$$\begin{array}{r}
 \text{_____ Units of Clear Insulin} \\
 + \text{_____ Units of Cloudy Insulin} \\
 \hline
 = \text{_____ Total Number of Units}
 \end{array}$$

18. Slowly pull the plunger back to the **total number of units** needed. This lets the **cloudy** insulin fill the syringe.

- If you get more units of **cloudy** insulin in the syringe than are needed, **do not push any insulin back into the bottle**. Remove the syringe and throw it into your needle disposal box. Get a new syringe and start over.

19. Take the needle out of the bottle with **cloudy** insulin.

17. Ajoutez le nombre d'unités d'insuline **transparente** et le nombre d'unités d'insuline **trouble** pour obtenir le nombre total d'unités.

$$\begin{array}{r}
 \text{_____ Unités d'insuline} \\
 \text{transparente} \\
 + \text{_____ Unités d'insuline trouble} \\
 \hline
 = \text{_____ Nombre total d'unités}
 \end{array}$$

18. Tirez doucement le piston vers l'arrière jusqu'au **nombre total d'unités** requises. L'insuline **trouble** remplit la seringue.

- S'il y a trop d'unités d'insuline **trouble** que celles nécessaires, **ne repoussez pas l'insuline dans le flacon**. Retirez la seringue et jetez-la dans votre conteneur à aiguilles. Prenez une nouvelle seringue et recommencez.

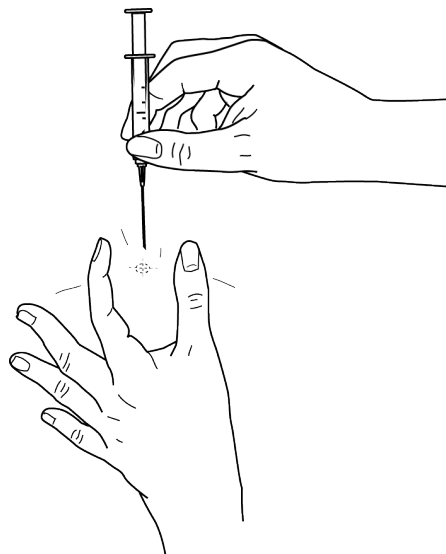
19. Sortez l'aiguille du flacon d'insuline **trouble**.

Giving the Insulin

1. Clean the site with an alcohol pad. Let the alcohol dry. If you have just showered or bathed, you do not need to clean the site again.



2. Pinch and hold the skin of the site with one hand. Hold the syringe like a dart or pencil as shown in the picture.

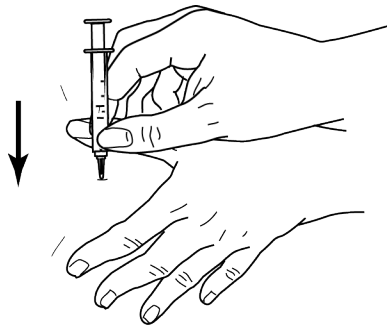


Administration de l'insuline

1. Nettoyez le site avec un coton d'alcool. Laissez sécher l'alcool. Si vous venez de vous doucher ou de prendre un bain, vous n'avez pas besoin de nettoyer le site à nouveau.

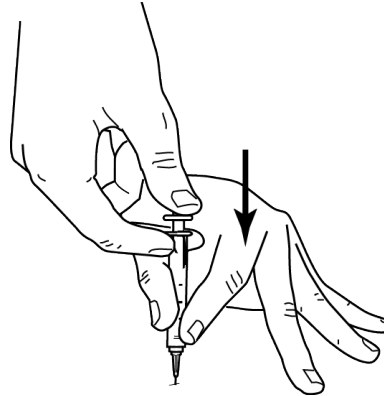
2. Pincez et maintenez la peau du site avec une main. Tenez la seringue comme une fléchette ou un crayon, comme illustré sur le dessin.

- Put the needle straight into the skin at a 90 degree angle. Use a quick motion. The quicker you put the needle in, the less it hurts. Push the needle all the way into the skin.



- Insérez l'aiguille toute droite dans la peau à un angle de 90 degrés. Faites cela rapidement. Plus vous insérez rapidement l'aiguille, moins cela fait mal. Poussez l'aiguille sur toute sa longueur dans la peau.

- Let go of the pinch of skin unless you are told not to.
- Push the plunger all the way down until all the insulin is in. Wait 5 seconds.



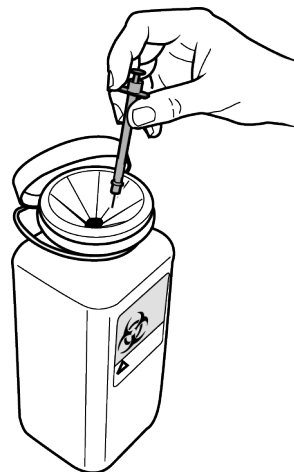
- Relâchez la peau à moins que l'on vous dise le contraire.
- Poussez le piston jusqu'en bas pour administrer toute l'insuline. Attendez 5 secondes.

- Remove the needle. Put your finger over the site and apply pressure for 30 to 60 seconds.
- Check the site for any redness, bleeding or bruising. Put a band-aid on the site if there is bleeding.

- Retirez l'aiguille. Mettez votre doigt sur le site et appliquez une pression pendant 30 à 60 secondes.
- Vérifier si le site d'injection présente des rougeurs, s'il saigne ou s'il y a un hématome. Placez un pansement sur le site si vous constatez des saignements.

Clean Up the Supplies

- Put the used syringe and needle into a needle disposal box. You can use a heavy puncture-resistant plastic container with a lid. **Do not** recap the needle. Throw away all other supplies in the trash.



Nettoyage des éléments

- Placez la seringue utilisée dans un conteneur à aiguilles. Vous pouvez utiliser un conteneur en plastique résistant aux perforations avec un couvercle. **Ne pas** replacer le capuchon sur l'aiguille. Jetez tous les autres éléments à la poubelle.

2. Be sure to store new and used syringes and needles out of the reach of children and pets.
3. Wash your hands again.

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

2. Assurez-vous de ranger les seringues et aiguilles neuves et usagées hors de la portée des enfants et des animaux domestiques.
3. Lavez-vous à nouveau les mains.

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