

Drawing Up One Insulin

To control your diabetes you need to take insulin. Insulin can only be given by injections, also called shots. Your doctor will tell you how much insulin to take and how often to take it.

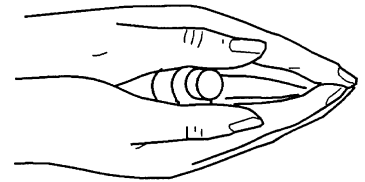
Getting Ready

1. Gather the needed supplies
 - Insulin
 - Insulin syringe
 - Alcohol pad
2. Wash your hands with warm water and soap. Dry your hands.

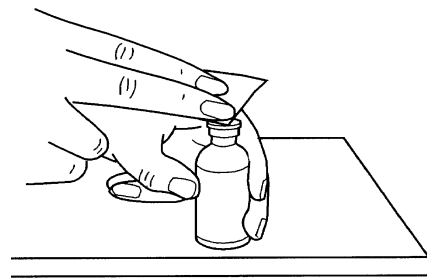
What to Do

1. Check the label on the insulin bottle to make sure you are using the correct insulin.
2. Check the expiration date on your insulin bottle. **Do not** use expired insulin. Throw away any insulin left in the bottle 30 days after you first open the bottle.

3. Gently roll the bottle of insulin between your hands until it is mixed. Do not shake the insulin bottle because this can cause air bubbles.



4. Wipe off the top of the insulin bottle with an alcohol pad then do not touch the top of the bottle.



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

Administración de una dosis de insulina

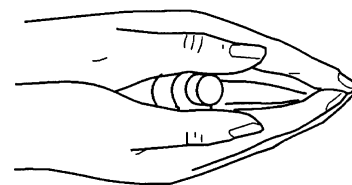
Para controlar su diabetes, necesita tomar insulina. La insulina sólo puede administrarse mediante inyecciones. Su médico le indicará qué cantidad de insulina debe tomar y con qué frecuencia.

Preparación

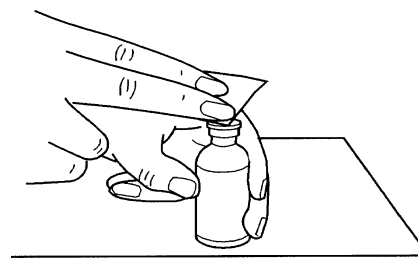
1. Reúna los materiales que necesita
 - Insulina
 - Jeringa para insulina
 - Gasa con alcohol
2. Lávese las manos con agua tibia y jabón. Séquese las manos.

Qué hacer

1. Revise la etiqueta del frasco de insulina con el fin de asegurarse de que usa la insulina correcta.
2. Verifique la fecha de vencimiento en el frasco de insulina. **No** use insulina vencida. Descarte cualquier insulina que quede en el frasco a los 30 días de haberlo abierto.
3. Frote suavemente el frasco de insulina entre sus manos hasta que se mezcle. No agite la insulina en el frasco, ya que puede crear burbujas de aire.

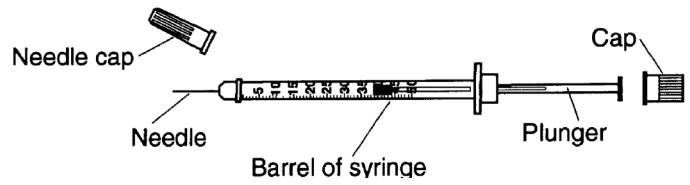


4. Limpie la parte superior del frasco de insulina con una gasa con alcohol y luego no la toque.
5. Retire la jeringa de su envoltura o retire la tapa de plástico.



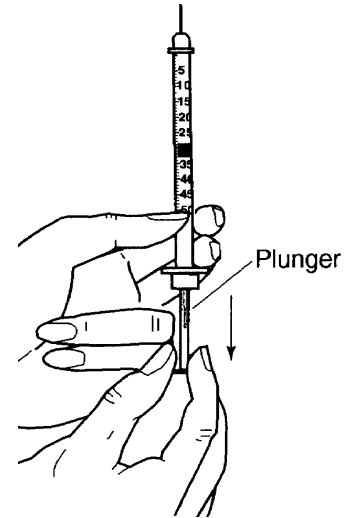
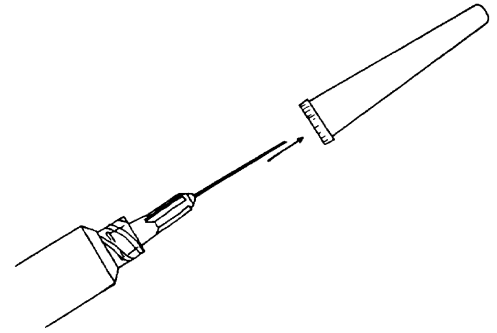
Draw one insulin. Spanish.

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

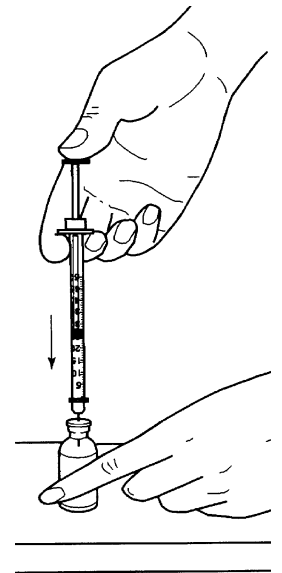


7. Pull the plunger of the syringe down to the number of units of insulin you need. The syringe will fill with air.

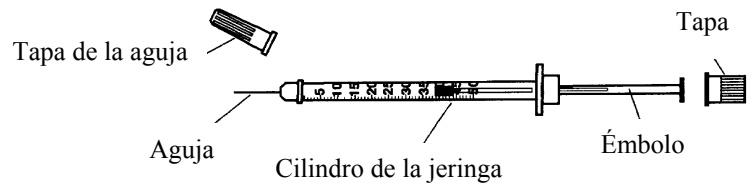
The syringe has small lines and numbers. The space between each line on the syringe is one unit. If you are using a 100-unit syringe, the space between each line is 2 units. Move the plunger so the dark end closest to the needle matches the number of units you need.



8. Carefully put the needle through the rubber stopper of the insulin bottle. 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.

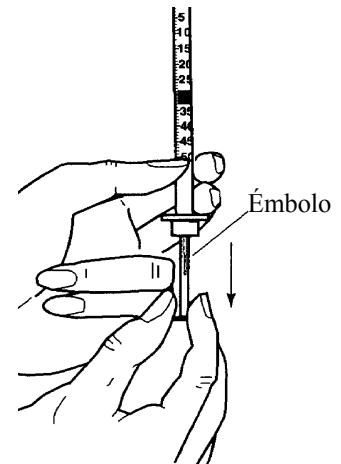
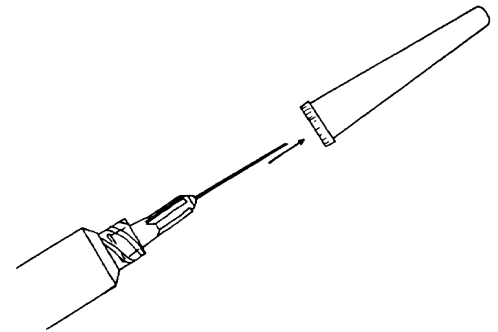


6. Retire la tapa de la aguja y colóquela en la mesa.



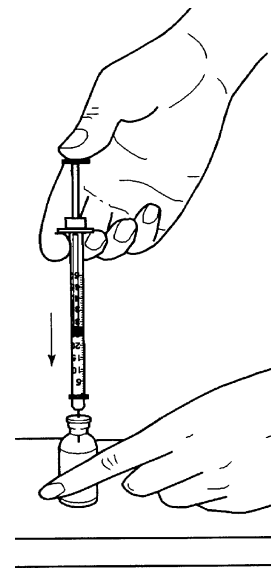
7. Presione el émbolo de la jeringa hacia abajo hasta la cantidad de unidades de insulina que necesita. La jeringa se llenará de aire.

La jeringa tiene pequeñas líneas y números. El espacio entre cada línea en la jeringa es una unidad. Si está utilizando una jeringa de 100 unidades, el espacio entre cada línea son 2 unidades. Mueva el émbolo de manera que el extremo oscuro más cercano a la aguja coincida con el número de unidades que necesita.

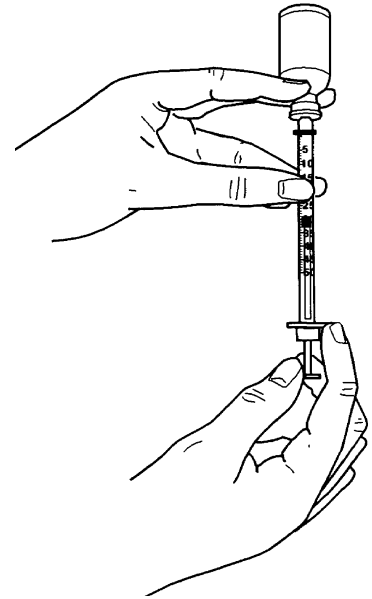


8. Con cuidado, introduzca la aguja en el tapón de goma del frasco de insulina. Presione el aire hacia el frasco empujando el émbolo completamente hasta abajo. Cuando mete aire en el frasco hace que sea más fácil sacar la insulina.

Draw one insulin. Spanish.

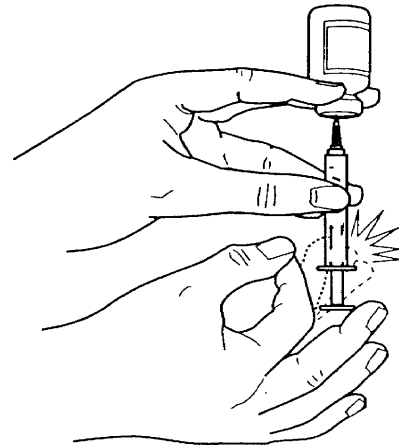


9. Turn the insulin bottle upside down with the syringe still in place. Support the needle in the bottle so it does not bend. Pull the plunger down to the number of units of insulin you need.



10. 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.



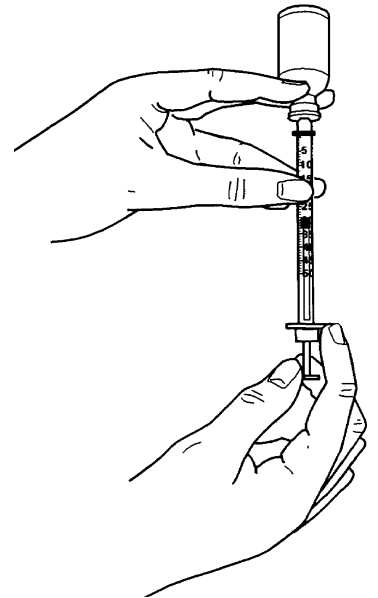
11. Take the needle out of the insulin bottle.

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.

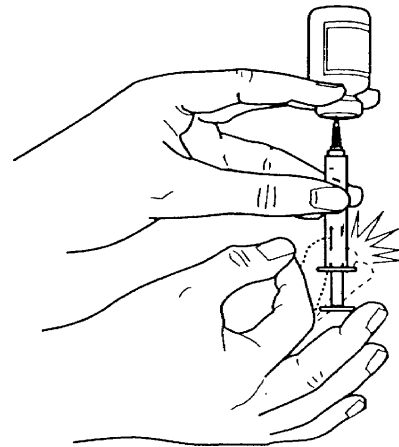


9. Dé vuelta el frasco de insulina sin sacarle la jeringa. Apoye la aguja en el frasco para que no se doble. Presione el émbolo hacia abajo hasta la cantidad de unidades de insulina que necesita.



10. Verifique que no haya burbujas de aire en la jeringa. Las burbujas de aire no le harán daño, pero ocuparán el espacio de la insulina. Esto podría causar que reciba menos insulina de la que necesita pues no hay insulina en las burbujas. Si ve burbujas:

- golpee la jeringa suavemente con la punta de los dedos para que las burbujas se vayan hacia la parte superior;
- presione el émbolo hacia arriba unas cuantas unidades hasta que las burbujas regresen al frasco de insulina;
- presione el émbolo hacia abajo y llene la jeringa con la cantidad correcta de insulina;
- verifique nuevamente para asegurarse de que no haya burbujas.



11. Saque la aguja del frasco de insulina.

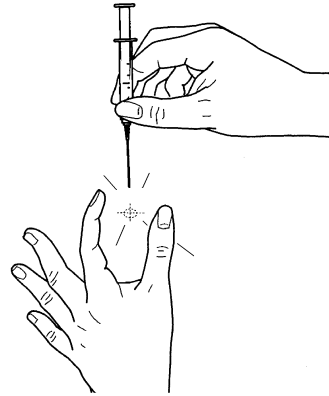
Administración de la insulina

1. Limpie el área con una gasa con alcohol. Deje que se seque el alcohol. No es necesario que limpie el área de nuevo si se acaba de bañar.

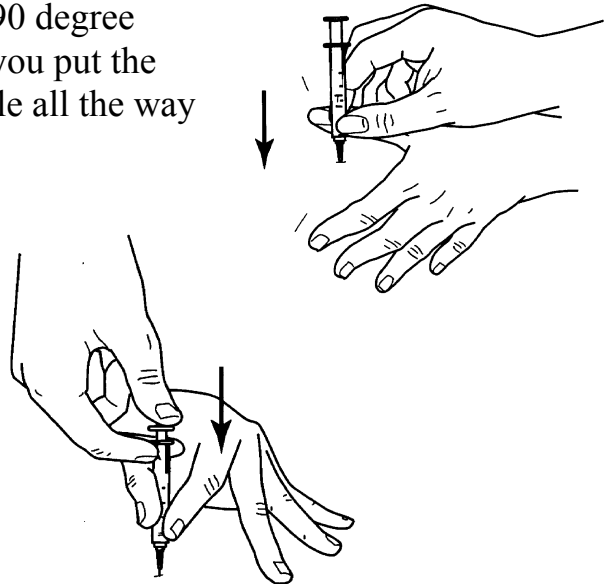


Draw one insulin. Spanish.

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



3. 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.



4. Push the plunger all the way down until all the insulin is in. Wait 5 seconds.

5. Let go of the pinch of skin.
6. Remove the needle.
7. Check the site for any redness, bleeding or bruising. Put a band-aid on the site if there is bleeding.

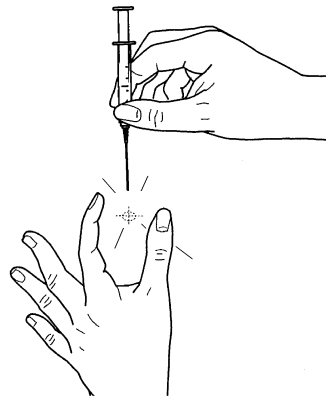
Clean up the supplies

1. 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.
2. Be sure to store new and used syringes and needles out of the reach of children and pets.
3. Wash your hands again.

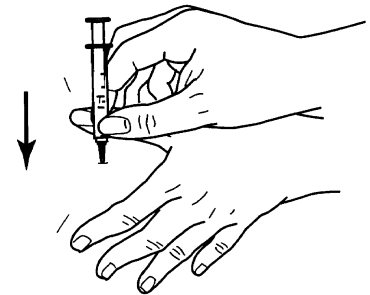
Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

9/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

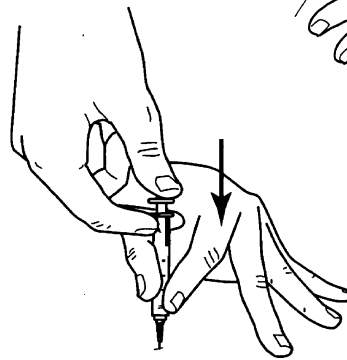
2. Pellizque y sostenga la piel del lugar con una mano. Sostenga la jeringa como si fuera un dardo o un lápiz, según se muestra en la imagen.



3. Inserte la aguja en la piel en un ángulo de 90 grados. Hágalo con un movimiento rápido. Mientras más rápido lo haga, menos dolerá. Inserte la aguja completamente en la piel.



4. Presione el émbolo hacia abajo hasta que toda la insulina haya penetrado. Espere 5 segundos.



5. Suelte la piel.
6. Saque la aguja.
7. Verifique el área para ver si hay moretones, sangre o enrojecimiento. Si sale sangre, coloque una curita en el área.

Limpieza de los suministros

1. Coloque la jeringa y la aguja en un recipiente para agujas. Puede usar un recipiente de plástico de alta resistencia a la punción con tapa. **No** vuelva a tapar la aguja. Descarte todos los otros suministros en la basura.
2. Asegúrese de mantener las agujas y jeringas nuevas y usadas fuera del alcance de los niños y mascotas.
3. Lávese las manos otra vez.

Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o inquietud.

Draw one insulin. Spanish.

9/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.