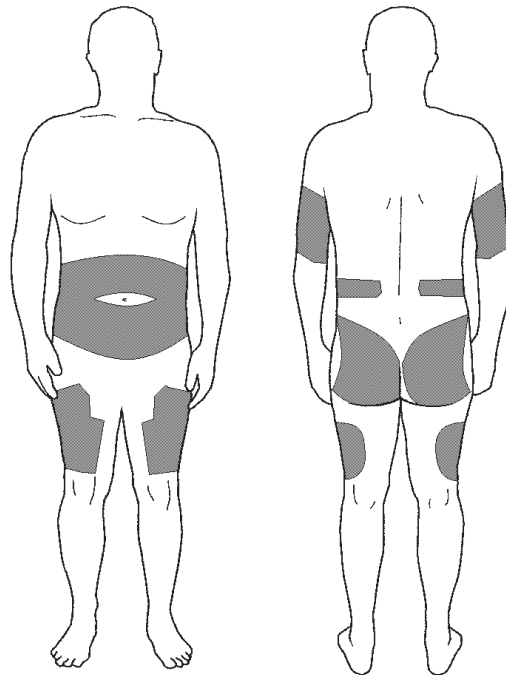


# Як використовувати інсуліновий шприц-ручку

## 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.



### Виберіть місце для уколу

- Місця, які можна використати:
- тильний бік плеча;
- живіт (навколо пупка);
- передні й бічні ділянки стегон;
- ділянки спини вище пояса;
- сідниці.
- Вибирайте місце уколу на відстані 1 дюйма (2,5 см) від місця попереднього уколу.
- Вибирайте місце уколу на відстані 2 дюймів (5 см) від пупка або шрамів.
- **Не** використовуйте ділянки, на яких є синці, припухлості або які болять.

### 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.

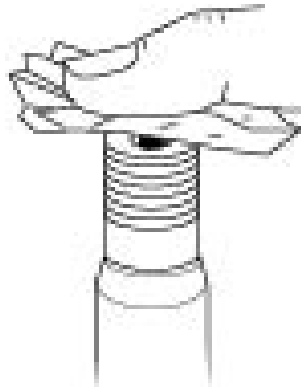


### Введення інсуліну

1. Очистьте шкіру змоченою спиртом серветкою. Почекайте, поки спирт висохне.
2. Зніміть кришку зі шприца-ручки. Ви можете побачити інсулін у шприці.



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.



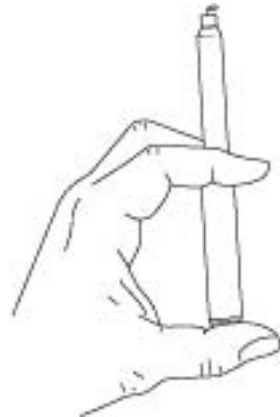
3. Якщо ви використовуєте мутний інсулін, акуратно покрутіть шприц між долонями, щоб інсулін перемішався.
4. Очистьте спиртом кінчик шприца, у який вкручується голка.

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



5. Відігніть ковпачок голки. Вкрутіть голку в шприц. Вона повинна бути затягнута, але не занадто щільно.

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.



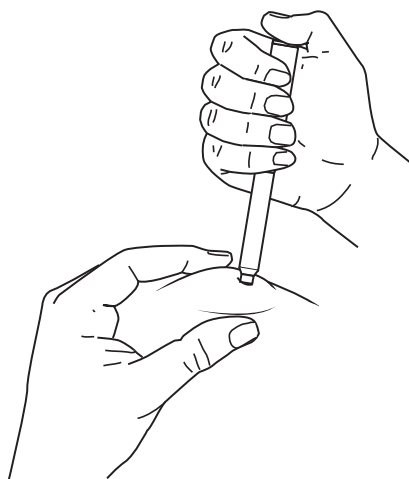
6. Для видалення повітря зі шприца:
  - Зніміть ковпачок із голки.
  - Установіть регулятор дози на два.
  - Візьміть шприц так, щоб голка була спрямована вгору.
  - Натисніть на кінчик шприца, щоб видалити з нього повітря.
  - Подивіться, чи не з'явилася на кінчику голки крапля інсуліну. Вам може знадобитися повторити цю маніпуляцію, доки ви не побачите краплю на голці.

7. To set your dose of insulin, turn the dial clockwise until you see the number for your insulin 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.

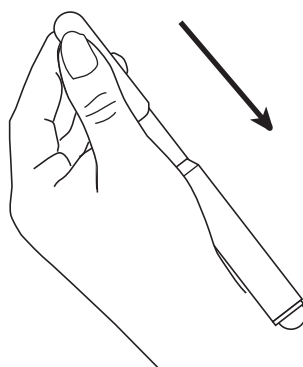
10. Using your thumb, push the end of the pen down slowly until your dose of insulin is in. Hold the needle in for 10 seconds.



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.



7. Щоб установити необхідну дозу інсуліну, поверніть шкалу за годинниковою стрілкою, поки не побачите число зі своєю дозою інсуліну.

8. Защипніть однією рукою ділянку шкіри в місці уколу.

9. Швидким рухом введіть голку в шкіру. Голка повинна ввійти в шкіру повністю.

10. Повільно натискайте на кінець шприца великим пальцем, поки не буде введено потрібну дозу інсуліну. Утримуйте голку в шкірі протягом 10 секунд.

11. Відпустіть шкіру.

12. Витягніть голку. Потримайте палець над місцем уколу протягом хвилини. Викрутіть голку зі шприца. Помістіть її в контейнер для використаних голок.

13. Закрийте інсуліновий шприц-ручку кришкою.

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

**Якщо у вас є запитання або сумніви, зверніться до свого лікаря або медичної сестри.**