

# Mezcla de dos insulinas

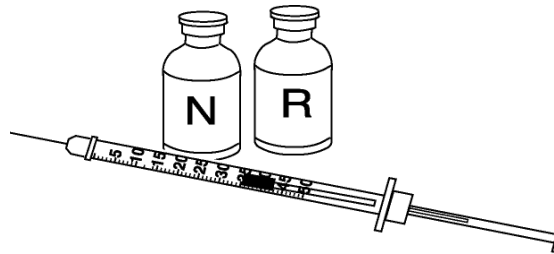
## Mixing Two Insulins

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 detemir (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.

Dado que su médico le ha indicado 2 tipos de insulina que pueden mezclarse, debe aprender a mezclarlas en una jeringa. De esta forma puede darse una inyección en lugar de dos. Algunas insulinas, como glargina (Lantus®) y detemir (Levemir®) no pueden mezclarse. Otras insulinas (NovoLog 70/30®, Humalog 75/25®) ya son una combinación de dos tipos de insulina y no deben mezclarse.

### Getting Ready

- Gather these supplies:
  - Insulins:  
\_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_
  - Insulin syringe
  - Alcohol pad
- Wash your hands with warm water and soap. Dry your hands.



### Preparación

- Reúna estos suministros:
  - Insulinas:  
\_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_
  - Jeringa para insulina
  - Gasa con alcohol
- Lávese las manos con agua tibia y jabón. Séquese las manos.

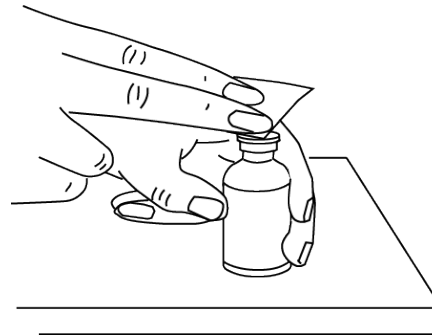
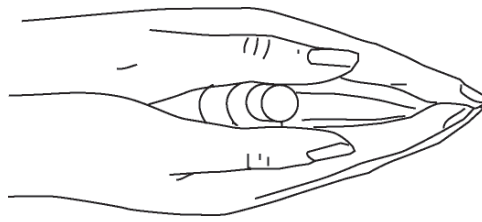
### What to Do

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.

### Lo que debe hacer

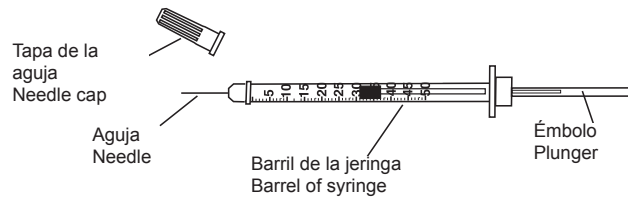
1. Verifique las etiquetas en los frascos de insulina para asegurarse que está utilizando la insulina correcta. Las insulinas Regular, lispro (Humalog®) y aspart (NovoLog®) deben ser transparentes. La insulina NPH debe ser turbia.
2. Verifique la fecha de vencimiento en **todos** los frascos de insulina. **No** use insulina vencida. Bote la insulina que quede en el frasco 30 días después de abrirla.

- 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.



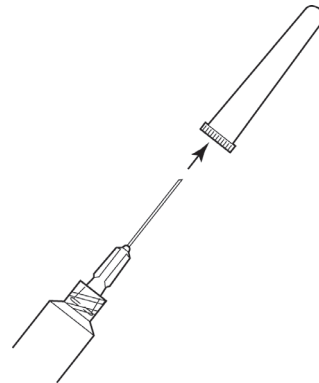
- Haga rodar suavemente el frasco de insulina **turbia** entre las manos hasta que se haya mezclado y no haya polvo en el fondo del frasco. **No** agite el frasco de insulina, ya que esto puede producir burbujas de aire.
- Limpie la parte superior de los frascos de insulina con una gasa con alcohol **y** luego no toque la parte superior de los frascos.

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



- Saque la jeringa de su empaque o retire la tapa de plástico.

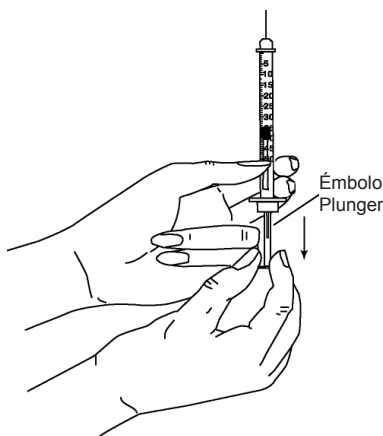
- Take off the needle cap and place it on the table.



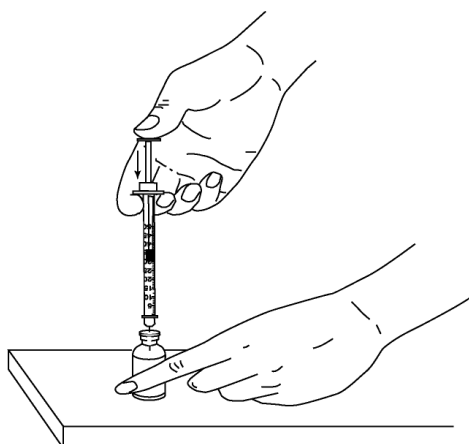
- Retire la tapa de la aguja y colóquela sobre la mesa.

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. Tire del émbolo de la jeringa hacia abajo hasta llegar al número de unidades de insulina **turbia** que necesita. La jeringa se llenará de aire.

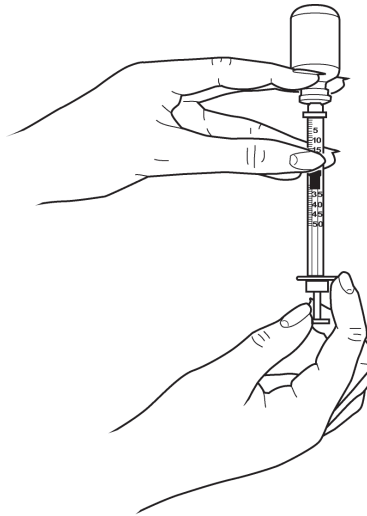
La jeringa tiene líneas y números pequeños. El espacio entre cada línea de la jeringa es una unidad. Si está usando una jeringa de 100 unidades, el espacio entre cada línea es de 2 unidades. Mueva el émbolo para que el extremo oscuro más cercano a la aguja coincida con la cantidad de unidades que necesita.

8. Coloque la aguja con cuidado a través del tapón de goma del frasco de insulina **turbia**. Para empujar aire al frasco, empuje el émbolo hasta el final. Colocar aire en el frasco hace que sea más fácil sacar la insulina del frasco.

9. Retire la aguja del frasco de insulina **turbia**. La jeringa estará vacía. Coloque el frasco de insulina **turbia** a un lado.
10. Tire del émbolo de la jeringa hacia abajo hasta que indique el número de unidades de insulina **transparente** que necesita llenar con aire.
11. Introduzca la aguja cuidadosamente a través del tapón de goma del frasco de insulina **transparente** y empuje el aire hacia dentro del frasco.

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.



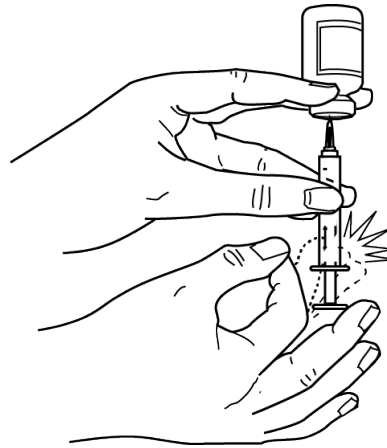
12. Voltee el frasco de insulina **transparente** sin sacar la jeringa. Sostenga la aguja en el frasco para que no se doble

13. Tire del émbolo hacia abajo hasta que indique el número de unidades de insulina **transparente** que necesita.

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.

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



14. 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 puede hacer que usted reciba menos insulina de la que necesita, ya que no hay insulina en una burbuja de aire. Si ve burbujas de aire:

- Dé golpecitos firmes a la jeringa con la punta del dedo para que las burbujas se muevan hacia la parte superior de ella.
- Empuje el émbolo hacia arriba unas cuantas unidades hasta que las burbujas de aire regresen al frasco de insulina.
- Tire del émbolo hacia abajo y llene la jeringa con la cantidad correcta de insulina.
- Vuelva a verificar que no haya burbujas de aire.

15. Retire la aguja del frasco de insulina **transparente**.

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.

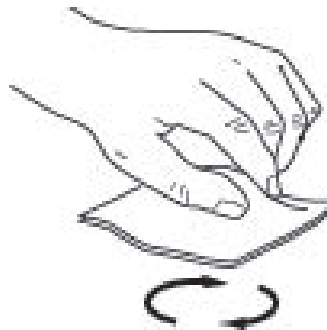
17. Add the number of units of **clear** and **cloudy** insulins together to give you the total number of units.

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

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.

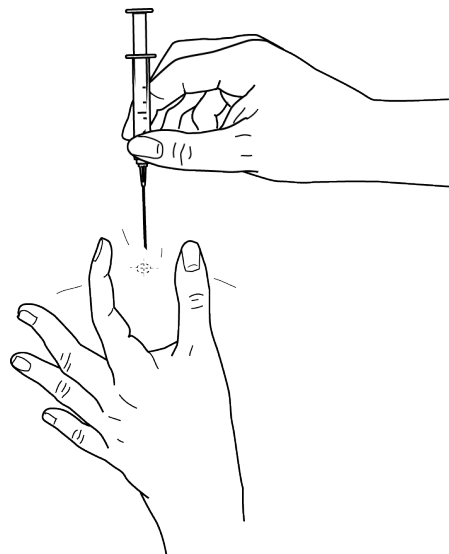
19. Take the needle out of the bottle with **cloudy** insulin.



## 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.



16. Coloque la aguja en el tapón de goma del frasco de insulina **turbia**. Tenga cuidado de no introducir ninguna porción de insulina **transparente** dentro del frasco de insulina **turbia**.

17. Sume la cantidad de unidades de insulina **transparente** y **turbia** juntas para obtener la cantidad total de unidades.

$$\begin{array}{r}
 \text{_____ Unidades de insulina} \\
 \text{transparente} \\
 + \quad \text{_____ Unidades de insulina turbia} \\
 \hline
 = \quad \text{_____ Número total de unidades}
 \end{array}$$

18. Lentamente regrese el émbolo al **número total de unidades** necesarias. Esto permite que la insulina **turbia** llene la jeringa.

- Si coloca más unidades de insulina **turbia** de las necesarias en la jeringa, **no devuelva la insulina al frasco**. Quite la jeringa y deséchela en su caja de eliminación de agujas. Tome una nueva jeringa y vuelva a comenzar.

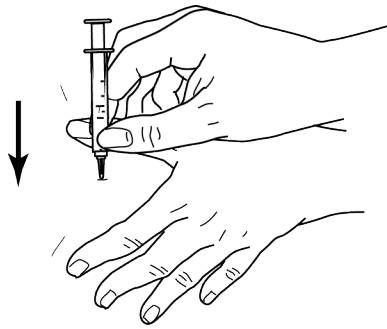
19. Retire la aguja del frasco de insulina **turbia**.

## Administración de la insulina

1. Limpie el lugar con una gasa con alcohol. Deje que el alcohol se seque. Si recién ha tomado una ducha o se ha bañado, no necesita limpiar la zona nuevamente.

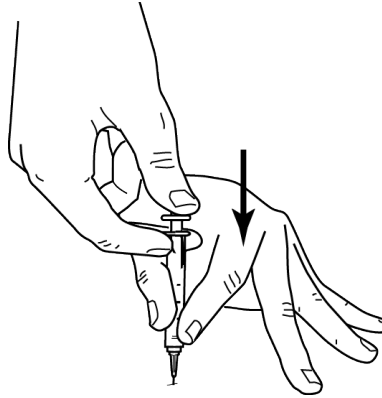
2. Pellizque y sostenga la piel de la zona con una mano. Sostenga la jeringa como un dardo o lápiz como se muestra en la imagen.

- 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.



- Introduzca la aguja directamente en un ángulo de 90°. Use un movimiento rápido. Cuanto más rápido introduzca la aguja, menos le dolerá. Empuje toda la aguja dentro de la piel.

- 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.



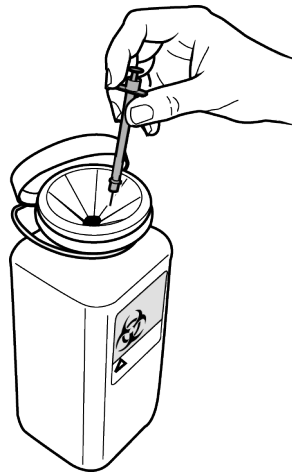
- Suelte la piel que pellizcó a menos que se le indique que no lo haga.
- Empuje el émbolo hasta el final, hasta que entre toda la insulina. Espere 5 segundos.

- 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.

- Saque la aguja. Coloque el dedo sobre el lugar y aplique presión durante 30 a 60 segundos.
- Verifique si la zona presenta algún enrojecimiento, sangrado o moretón. Coloque una curita en el lugar si presenta sangrado.

## 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.



## Limpie los suministros

- Coloque la jeringa y la aguja usadas en una caja de eliminación de agujas. Puede usar cualquier recipiente de plástico grueso a prueba de perforaciones con tapa. **No** vuelva a tapar la aguja. Deseche los demás suministros en la basura.

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. Asegúrese de almacenar las jeringas y agujas nuevas y usadas fuera del alcance de los niños y mascotas.
3. Lávese las manos nuevamente.

**Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o duda.**