

Vous êtes enceinte, il vous a été prescrit de l'insuline

Si malgré une alimentation équilibrée, les glycémies persistent à être élevées, on peut avoir recours à des injections d'insuline.

A quoi sert l'insuline ?

C'est une hormone hypoglycémisante. Elle va permettre de baisser votre glycémie après les repas (insuline rapide) ou à jeun (insuline lente) pour atteindre vos objectifs glycémiques. Celle-ci n'est pas dangereuse pour la mère et l'enfant, elle ne passe pas la barrière placentaire.

Comment conserver votre stylo :

Toute l'insuline non entamée (flacon ou cartouche) se conserve au réfrigérateur, entre 2°C et 8°C dans le bac à légumes du réfrigérateur.

Toute insuline entamée se conserve à température ambiante au maximum 4 semaines (se reporter aux instructions du fabricant).

Dans les deux cas, ne pas dépasser la date de péremption, éviter également l'exposition à des températures extrêmes : en-dessous de 0°C, l'insuline est détruite ; à partir de 40°C, elle perd progressivement de son activité.

Où jeter vos aiguilles usagées :

Vous ne devez pas jeter vos aiguilles usagées dans vos ordures ménagères. Demandez à votre pharmacie lors de l'achat de votre insuline une boîte à aiguilles usagées.

Comment utiliser votre stylo :

Certaines précautions d'utilisation doivent être prises avant, pendant et après l'injection afin de s'assurer que :

- le système d'injection fonctionne correctement,
- la totalité de la dose est bien délivrée,

Il est inutile de désinfecter votre peau, car les antiseptiques peuvent dénaturer le produit injecté.

1/Fixez votre aiguille sur le stylo.



Approchez l'aiguille dans l'axe du stylo.

Percez le septum de la cartouche avec l'aiguille interne (côté cartouche).



Vissez complètement l'aiguille sur le stylo pour une bonne fixation de l'aiguille.

Une aiguille fixée de travers peut entraîner des fuites et/ou une torsion de l'aiguille interne (côté cartouche).

2/Remettez en suspension les insulines laiteuses (NPH) uniquement



Roulez le stylo entre les paumes des mains (10 fois).
Agitez lentement le stylo (10 fois).

Contrôlez visuellement que l'insuline paraisse bien homogène.

3/Effectuez une purge



Avant chaque injection, quel que soit votre stylo, sélectionner 2 unités et appuyer sur le bouton poussoir du stylo pour vérifier que l'insuline perle bien au bout de l'aiguille, cela permet :

- d'éliminer les bulles d'air,
- de vérifier le bon fonctionnement du système.

4/Respectez le temps d'injection



De façon à garantir la complète délivrance de la dose, il est important en fin d'injection de maintenir l'aiguille sous la peau pendant au moins 10 secondes.

Cela permet aux dernières gouttes d'insuline d'être complètement injectées.

5/Éliminez votre matériel usagé



Après injection, retirez l'aiguille et éliminez-la dans un collecteur de déchets.

Où injecter :

Les injections peuvent être faites sur la cuisse ou dans le bras. Il est recommandé de réaliser une rotation entre les différentes zones mais aussi au sein d'une même zone d'éviter de piquer deux fois de suite au même endroit (respecter un espace d'1 cm dans toutes les directions).

Que faire en cas d'hypoglycémie :

Les signes d'hypoglycémie sont les suivants :

- Faim
- Vertiges
- Pâleur
- Sueurs
- Tremblements

Effectuer un test de la glycémie, si le taux est en dessous de 0,70 g/l et que vous êtes proches de votre repas, mangez immédiatement, dans le cas contraire resucrez vous (½ sucre ou ½ brique de jus de fruits) et contrôlez ½ heure après.

Où appeler en cas de soucis :

Consultation **01 49 28 24 08** (du lundi au vendredi de 08h00 à 16h30)

Les week-ends et jours fériés en hospitalisation **01 49 28 24 15**.

Par mail à : ide.endocrinologie.sat@aphp.fr