

HOW TO INJECT INSULIN WITH A PEN

These instructions are a *general* guide to using an insulin pen. Read the instructions for your specific insulin pen to make sure you use your pen properly and safely.

- 1. Gather your supplies with clean hands:** Insulin pen, pen needle, and alcohol wipe.
- 2. Look at your insulin pen.** Check expiration date on the side of the pen, if expired, do not use. If you see clumps in the insulin, do not use it. If your insulin is cloudy, gently roll the pen between your hands until it all looks the same. Clear insulin does not need to be mixed.

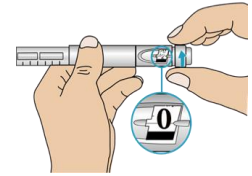
- 3. Prepare the insulin pen.** Remove pen cap with clean hands. Wipe the rubber end of the pen with an alcohol wipe.



- 4. Prepare the needle.** Take off the paper tab. Attach the needle to the insulin pen and make sure it is secure. **Remove both needle caps** and save the outer cap.

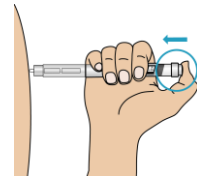
- 5. Prime the pen.** Hold the pen with the needle pointing up. Tap the pen to remove air bubbles. Turn the dial to 2 units, press the button and check that insulin comes out of the needle.

- 6. Dial your dose.** Make sure the window shows “0” before dialing the dose.



- 7. Choose your injection site.** Your stomach is the best site, but you can use your buttocks, thighs, or back of upper arms if someone else is injecting your insulin. It is important to stay in the same general area but to **ROTATE** where you inject the insulin within that area.

- 8. Inject your dose.** Stick the needle straight into the skin. Press the button with your thumb and hold for 10 seconds to inject the full dose. Release the button and remove the needle from your skin.



- 9. Take the needle off of the pen.** Put the outer needle cap back on the needle and twist the needle off of the insulin pen.

- 10. Throw the needle away** in a sharps container right after using.


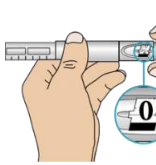
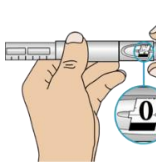
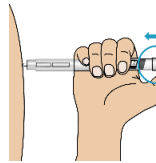



- 11. Store your insulin pen.** Put the cap back on the insulin pen and store as directed. Once the pen is open, label it with the expiration date according to the instructions for your specific insulin pen.

IMPORTANT: Do NOT reuse needles. Do NOT share your insulin pen.

CÓMO INYECTAR LA INSULINA CON UNA PLUMA

Estas instrucciones son una guía *general* para usar una pluma de insulina. Lea las instrucciones de su pluma de insulina específica para asegurarse que usted use su pluma apropiadamente y de la forma más segura.

- 1. Junte sus materiales:** Pluma de insulina, aguja de la pluma, y una toallita de alcohol.
- 2. Inspeccione su pluma de insulina.** Si ve partículas en la insulina, no la use. Si su insulina se ve nublada, suavemente ruede el vial entre sus manos hasta que toda la insulina se vea igual. La insulina transparente no tiene que ser mezclada. Verifique la fecha de vencimiento en el lado de la pluma. Si esta vencida, no la use.
- 3. Prepare su pluma de insulina.** Remueva la tapa de la pluma con las manos limpias. Limpie el sello de goma de la pluma con una toallita de alcohol. 
- 4. Prepare la aguja.** Quite la etiqueta de papel. Conecte la aguja a la pluma de insulina y asegúrese que este segura. **Remueva las dos tapas de la aguja y guarde la tapa externa.**
- 5. Prepare la pluma.** Mantenga la pluma con la aguja apuntando hacia arriba. Golpee suavemente la pluma para remover las burbujas de aire. Rote el selector de dosis a 2 unidades, presione el botón, y verifique que la insulina sale de la aguja. 
- 6. Seleccione su dosis.** Asegúrese que la ventana muestre “0” antes de rotar para seleccionar su dosis. 
- 7. Escoja su lugar de inyección.** Su estómago es el mejor lugar, pero puede usar las nalgas, muslos, o brazos posteriores si otra persona le va a inyectar la insulina. Es importante quedarse en la misma área general pero **ROTAR** dónde usted inyecta la insulina dentro del área.
- 8. Inyecte su dosis.** Meta la aguja directamente en la piel. Presione el botón con el dedo pulgar y aguante por 10 segundos para inyectar la dosis completa. Suelte el botón y remueva la aguja de la piel. 
- 9. Quítele la aguja a la pluma.** Ponga la tapa externa de vuelta en la aguja y desenrosque la aguja de la pluma de insulina.
- 10. Bote la aguja** en un recipiente para objetos punzocortantes inmediatamente después de usarla. 
- 11. Guarde su pluma de insulina.** Ponga la tapa de vuelta en la pluma de insulina y guárdela siguiendo las indicaciones. Ya cuando la pluma está abierta, márkuela con una fecha de vencimiento de acuerdo a las instrucciones para su pluma de insulina específica.

IMPORTANTE: NO reúse las agujas. No comparta su pluma de insulina.