



# FIT Technique Plus\*

## Longueur de l'aiguille

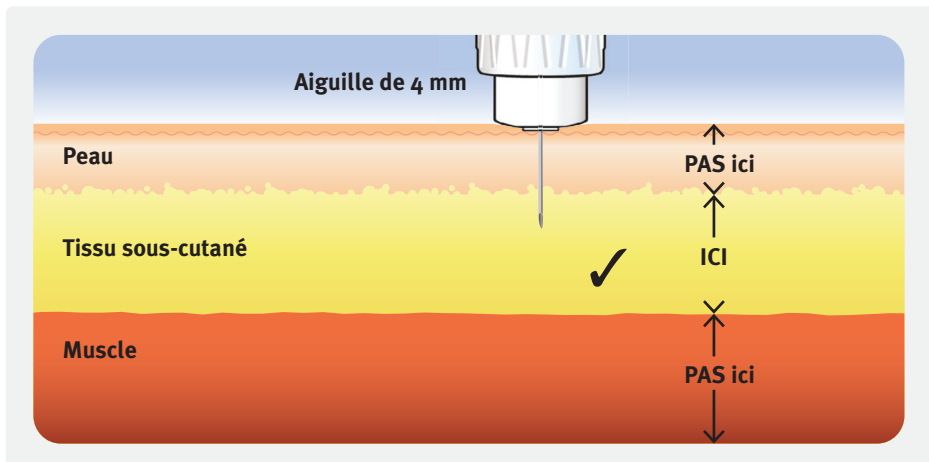
\* Outils éducatifs élaborés à partir des Recommandations sur les meilleures pratiques relatives à la technique d'injection de FIT Canada, Mis à jour le 11 février 2020



### Le saviez-vous?

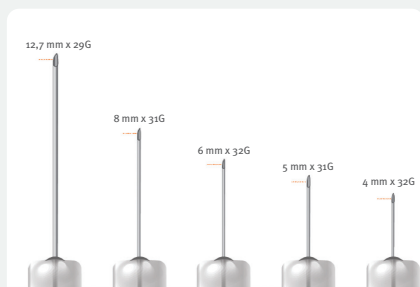
#### L'absorption de l'insuline est optimale dans le tissu sous-cutané.

L'insuline injectée dans le muscle n'est pas bien absorbée. L'injection peut être douloureuse et entraîner des épisodes d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie.

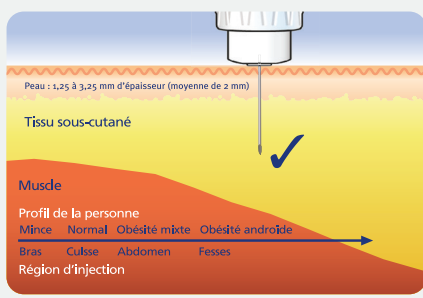


### Le saviez-vous?

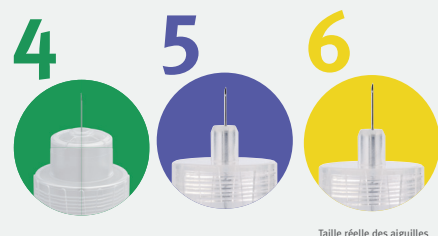
La longueur des aiguilles varie entre 4 mm et 12,7 mm.



De nouvelles recherches montrent que l'épaisseur de la peau varie seulement entre 1,25 et 3,25 mm chez toutes les personnes diabétiques (moyenne de 2 mm)<sup>1,5</sup>.



Cela signifie que les aiguilles de 4, 5 ou 6 mm conviennent à toutes les personnes diabétiques qui ont besoin de s'injecter de l'insuline<sup>4</sup>.

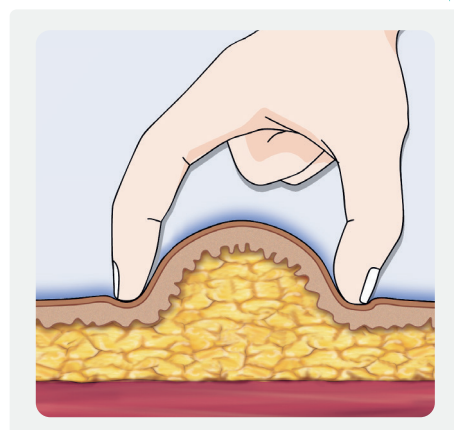


### Le saviez-vous?

#### La technique d'injection d'insuline importe.

Si vous choisissez d'utiliser des aiguilles longues (stylo injecteur ou seringue) ou si vous êtes très mince, vous pourriez avoir besoin d'effectuer un pli cutané pour prévenir les injections intramusculaires.

Demandez à votre médecin ou à votre infirmière spécialisée en diabète d'évaluer votre technique d'injection dès aujourd'hui



1. Gibney, M. A., et coll. « Skin and subcutaneous adipose layer thickness in adults with diabetes at sites used for insulin injections: implications for needle length recommendations », Curr Med Res Opin, vol. 26, no 6, 2010, p. 1519-1530.  
2. Hirsch, L. J., et coll. « Comparative glycemic control, safety and patient ratings for a new 4 mm x 32G insulin pen needle in adults with diabetes », Curr Med Res Opin, vol. 26, no 6, 2010, p. 1531-1541.  
3. Bergenstal, R. M., E. S. Strock, D. Peremislav et coll. « Safety and efficacy of insulin therapy delivered via a 4mm pen needle in obese patients with diabetes ». Données présentées auparavant, notamment en partie lors de l'assemblée annuelle de 2013 de l'American Diabetes Association, à Chicago (Ill.).  
4. Hicks, D., et coll. Diabetes care in the UK: The first UK injection technique recommendations, 2e édition, octobre 2011.  
5. Lo Presti, D., et coll. « Skin and subcutaneous thickness at injecting sites in children with diabetes: ultrasound findings and recommendations for giving injection », Pediatr Diabetes, vol. 13, no 7, 2012, p. 525-533.