



FIT 技术进阶版*

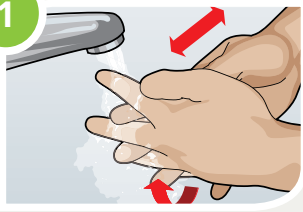
适用于所有人

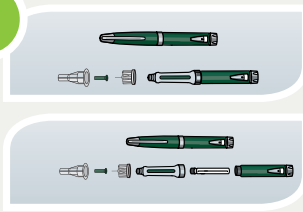
*基于 FIT 加拿大注射技术建议第 4 版的
教育工具，2021 年 10 月更新

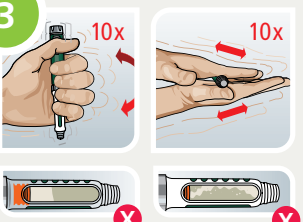


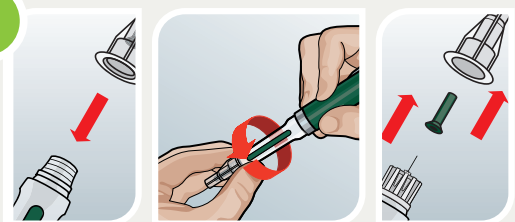
注射方法操作指南



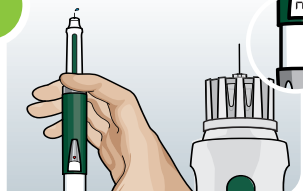
- 

1 清洁注射部位和双手。
(无需使用酒精)
- 

2 收集必需用品。
包括注射笔、胰岛素和注射笔针头。
- 

3 混悬型胰岛素：水平滚动 10 次，再上下翻转 10 次，直至呈现乳白色均匀状态
- 

4 安装注射笔针头
- 

5 每支针头/注射器
仅限单次使用
- 

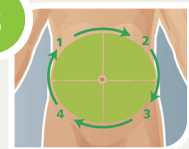
6 注射笔排气。
按照注射笔说明向上推注 2-3 个单位。若未出现药液滴，需重复操作。
(GLP-1 注射笔仅首次使用时需排气)

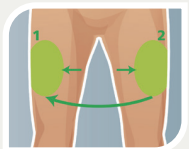
注射

- 

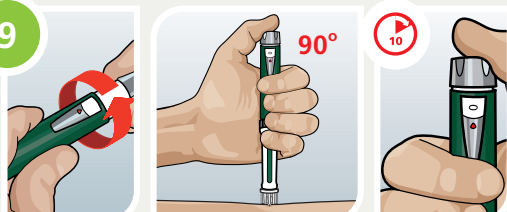
7 选择注射部位。
(不建议在自己的手臂后侧注射)

注意事项

- 

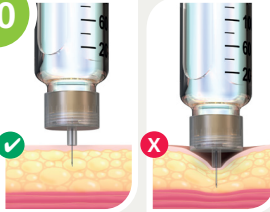
8 轮换注射部位
- 

在相同注射部位
轮换具体注射点

- 

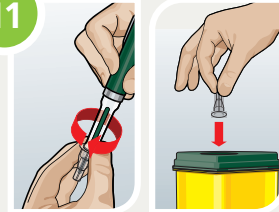
9 剂量调节。
进针，完全推注后停留 10 秒再拔针。

注射力度

- 

10 将针头快速、平稳地穿透皮肤，避免用力过大。

废弃物处理

- 

11 从皮肤上拔出针头。取下注射笔针头并丢弃到指定的锐器回收容器。