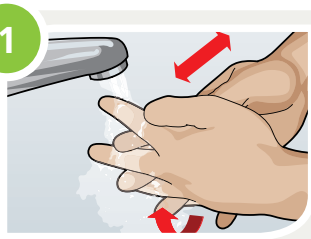
FIT Technique Plus*
Technique pour tous

* Outils éducatifs élaborés à partir des Recommandations sur les meilleures pratiques relatives à la technique d'injection de FIT Canada, Mis à jour en Octobre 2021

Technique d'injection : les principes de base

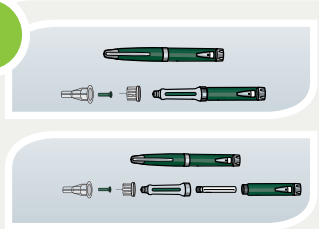
Préparation

1



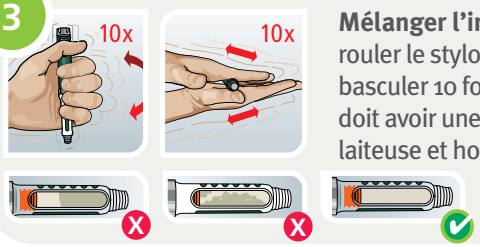
Se laver les mains et nettoyer la zone d'injection.
(L'alcool n'est pas nécessaire.)

2



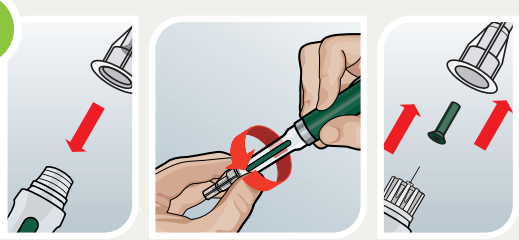
Rassembler le matériel, soit le stylo injecteur, l'insuline et les aiguilles.

3



Mélanger l'insuline opaque. rouler le stylo 10 fois et le basculer 10 fois. La solution doit avoir une apparence laiteuse et homogène.

4

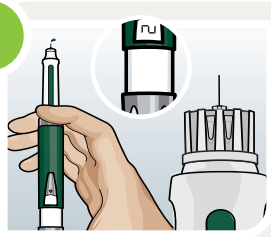


Fixer l'aiguille sur le stylo.

5

Utiliser les seringues et les aiguilles à stylo une seule fois.

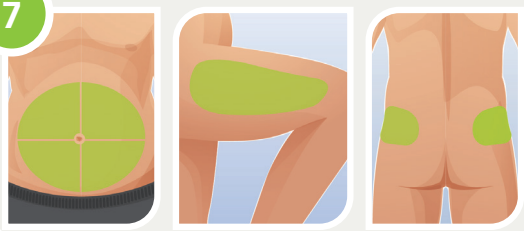
6



Amorcer le stylo. Pointer l'aiguille vers le haut et régler la dose à deux ou trois unités, selon le mode d'emploi du stylo. Répéter au besoin, jusqu'à ce que des gouttelettes s'écoulent.
(Les stylos injecteurs de GLP-1 n'ont à être amorcés qu'une fois seulement, avant la première utilisation.)

Injection

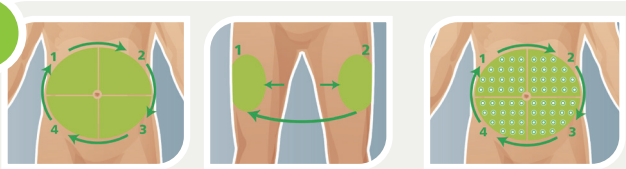
7



Choisir la région d'injection.
(Il n'est pas recommandé de s'injecter soi-même à l'arrière du bras.)

Important

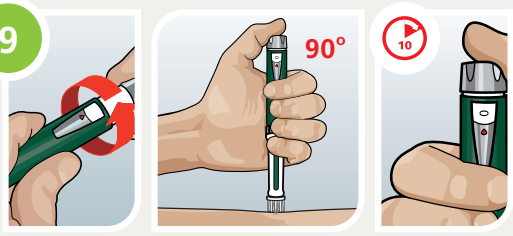
8



Effectuer une rotation des régions et des zones d'injection.

Faire une rotation des points à l'intérieur des zones.

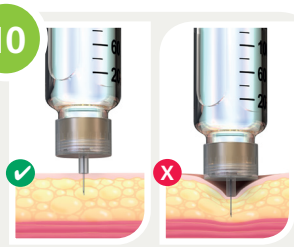
9



Sélectionner la dose
Faire pénétrer l'aiguille, enfoncer complètement le piston et compter jusqu'à 10.

Force d'injection

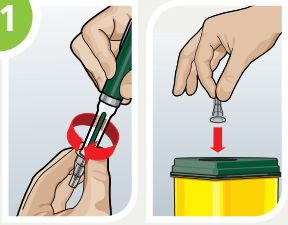
10



Insérer l'aiguille dans la peau d'un mouvement rapide et fluide sans appliquer de force excessive.

Dispose

11



Retirer l'aiguille de la peau.
Enlever l'aiguille du stylo et la jeter dans un contenant pour déchets médicaux réglementé.

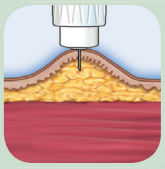
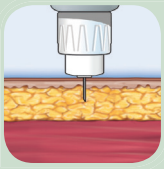
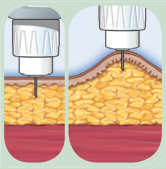
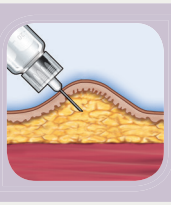
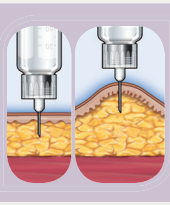
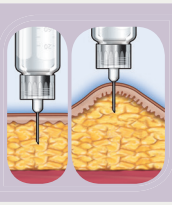
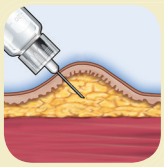
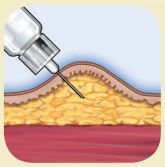
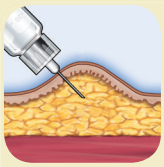
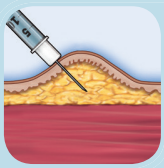
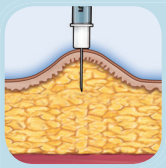
Avec le soutien d'embecta

FIT Technique Plus*
Technique pour tous

* Outils éducatifs élaborés à partir des Recommandations sur les meilleures pratiques relatives à la technique d'injection de FIT Canada, Mis à jour en Octobre 2021

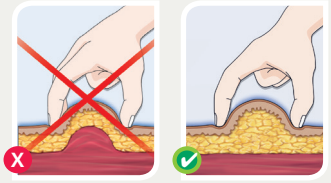
Consulter un professionnel de la santé qui proposera des régions d'injection et la technique qui conviennent, afin que l'insuline soit administrée au bon endroit et absorbée adéquatement.

Technique d'injection : les principes de base

	Enfants de 2 à 6 ans	Enfants de 6 ans et plus et adolescents minces	Enfants de 6 ans et plus et adolescents (général)	Adultes minces	Adultes (général)
4mm					
5mm					
6 mm (stylo injecteur ou seringue)					
8 mm	Utiliser une aiguille pour stylo ou seringue plus courte, de préférence				
8 mm (stylo injecteur ou seringue)					
12,7mm	Non recommandée				

Le saviez-vous?

Il y a une bonne et une mauvaise façon d'effectuer un pli cutané. Avec le pouce et l'index, soulever délicatement la peau et le tissu sous-cutané, ou couche adipeuse, tout en évitant de soulever le muscle.



References:

Gibney MA, et al. 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. 2010; 26 (6): 1519-1530.

Berard L, et al. FIT Canada Recommendations for Injection Technique 4th Edition, September 2020

Lo Presti D, et al. Skin and subcutaneous thickness at injecting sites in children with diabetes: ultrasound findings and recommendations for giving injection. Ped Diab 2012.

Rini CR, et al. J Diabetes Sci Technol. 2019;13(3):533-545

Avec le soutien d'embecta