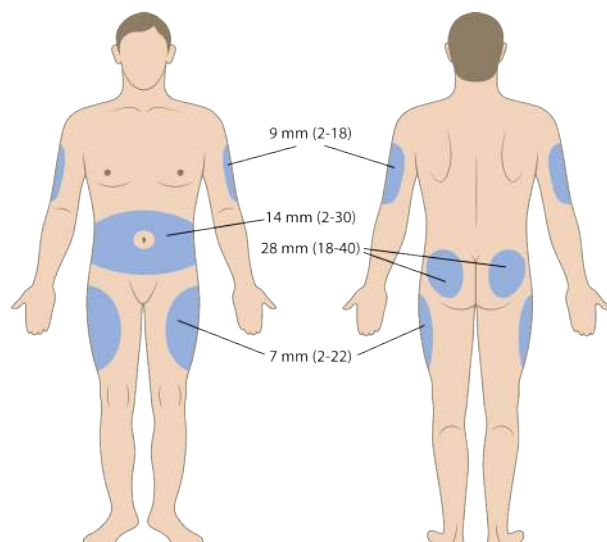


## MATÉRIEL REQUIS

- 1 tampon d'alcool (ou une compresse imbibée d'alcool isopropylique à 70 %)
- Compresse sèche
- Contenant de récupération des aiguilles (bac jaune)
- Seringue déjà préparée ou stylo injecteur

## CHOIX DU SITE ET PRÉPARATION DE LA PEAU

1. Choisir un site où la peau est saine (absence d'ecchymose, de bosse, de cicatrice, etc.).
2. Faire la rotation des sites (abdomen, bras, cuisse) et revenir au même endroit environ une fois tous les mois. Tenter de ne pas injecter 2 fois exactement au même endroit.
3. Choisir le meilleur site selon les directives du médicament qui vous est prescrit.
4. Choisir le site pour l'injection :
  - a. **Abdomen** : laisser un espace de 5 cm autour du nombril.
  - b. **Bras** : dans la zone du tiers moyen.
  - c. **Cuisse** : dans la zone du tiers moyen.
  - d. **Dos** : zone au-dessus des fesses.



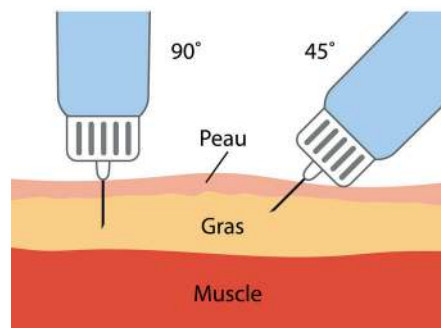
Une fois le site choisi, nettoyer une zone de 5 cm avec le tampon d'alcool avec un mouvement linéaire de va-et-vient.

### IMPORTANT

Laisser sécher complètement. Ne pas souffler ni essuyer ni ventiler avec la main.

## TECHNIQUE D'INJECTION

1. Pincer doucement un repli de peau entre le pouce et l'index de la main non dominante et prendre la mesure du pli cutané.
2. Retirer le capuchon de l'aiguille et tenir la seringue comme un crayon dans la main dominante avec le biseau vers le haut.
3. Insérer rapidement et fermement l'aiguille dans les tissus à angle de 90° ou 45° selon la longueur de l'aiguille et l'épaisseur du tissu sous-cutané.
4. Relâcher la peau.
5. Injecter doucement le médicament jusqu'à ce qu'il n'y en ai plus.
6. Retirer l'aiguille, ne pas masser et appliquer une compresse sèche sur la peau.
7. Ne pas remettre le bouchon sur l'aiguille.
8. Disposer la seringue dans un contenant approprié (bac jaune : disponible au CLSC et en pharmacie).
9. Utiliser du matériel neuf à chaque fois.



## ANGLES D'INSERTION

| Angle | Explications  | Cocher l'angle choisi    |
|-------|---|--------------------------|
| 45°   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pli cutané de moins de 2,5 cm</li> <li>• Aiguille de 5/8 pouce (16 mm)</li> </ul>  | <input type="checkbox"/> |
| 90°   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pli cutané de plus ou moins 5 cm</li> <li>• Tendre la peau si le pli cutané mesure plus de 5 cm.</li> <li>• Aiguille de 1/2 pouce (12 mm)</li> </ul> | <input type="checkbox"/> |

La rotation des sites est recommandée afin de :

- Prévenir la perte du tissu adipeux ou l'accumulation de tissu adipeux;
- Minimiser les dommages aux tissus;
- Favoriser l'absorption du médicament;
- Réduire l'inconfort.

