

## КАК ПРАВИЛЬНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ИНСУЛИНОВОЙ ШПРИЦ-РУЧКОЙ: ПРОСТАЯ ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Важное напоминание                                                                                                      | Шприц-ручка – инструмент для введения очень важного лекарства. Правильное использование поможет вашему ребёнку чувствовать себя хорошо и избежать проблем                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                               |
| Хранение инсулина                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Новый инсулин храните в холодильнике при температуре от +2 до +8 градусов (но не замораживайте!)</li><li>Используемый инсулин держите при комнатной температуре (до 25–30 градусов), подальше от солнца и батарей</li><li>Срок использования открытого инсулина — 4–6 недель. Отметьте на упаковке дату начала использования</li></ul> |                                                                                                                               |
| Подготовка к инъекции                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                               |
| ШАГ № 1                                                                                                                 | Вымойте руки с мылом                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                               |
| ШАГ № 2                                                                                                                 | Проверьте инсулин: он должен быть прозрачным (для некоторых видов — равномерно мутным после встряхивания)                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                               |
| ШАГ № 3                                                                                                                 | Согрейте инсулин: покатайте флакон между ладонями 1–2 минуты                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                               |
| Как сделать инъекцию?                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                               |
| 1. Подготовка ручки                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>Снимите колпачок</li><li>Протрите место укола спиртом</li><li>Наденьте новую иглу</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                               |
| 2. Удалите воздух                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Установите 2–3 единицы</li><li>Держите ручку иглой вверх</li><li>Нажмите на кнопку до упора на 5–10 секунд</li><li>На кончике иглы должна появиться капля</li></ul>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                               |
| 3. Наберите нужную дозу                                                                                                 | и проверьте её                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                               |
| 4. Выберите место укола                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>Живот (в 2 см от пупка)</li><li>Ягодицы</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>Передняя поверхность бёдер</li><li>Наружная поверхность плеч</li></ul>                  |
| 5. Сделайте инъекцию:                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>Соберите кожу в складку</li><li>Введите иглу под прямым углом</li><li>Нажмите на кнопку и держите 10–15 секунд</li><li>Извлеките иглу</li></ul>                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |
| 6. Завершение:                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"><li>Снимите иглу и выбросьте её в специальный контейнер</li><li>Закройте ручку колпачком</li><li>Запишите время укола и дозу</li></ul>                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                               |
| Чего нельзя делать?                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                               |
| <ul style="list-style-type: none"><li>Не используйте иглу дважды</li><li>Не колите в одно и то же место часто</li></ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"><li>Не вводите инсулин в шишки или покраснения</li><li>Не торопитесь при введении</li></ul> |
| Полезные советы                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                               |

**КАК ПРАВИЛЬНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ  
ИНСУЛИНОВОЙ ШПРИЦ-РУЧКОЙ:  
ПРОСТАЯ ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

- Меняйте места уколов, чтобы кожа оставалась здоровой
- Согревайте инсулин до комнатной температуры
- Расслабьте мышцы перед уколом
- Учите ребёнка самостоятельности с возрастом
- Держите запас инсулина и игл дома и в школе

**Помните:** Если у вас возникли вопросы или проблемы — не стесняйтесь обращаться к врачу.

**Будьте здоровы!**