

## Transcripción

Algunas mujeres con diabetes gestacional requieren insulina para alcanzar las metas de glucosa en la sangre. Puede ponerse nerviosa al principio, pero los asesores en el cuidado de la diabetes están dispuestos a brindar ayuda. Siga sus instrucciones, las cuales ayudarán a adquirir la seguridad que se necesita para manejar la diabetes. Recuerde que la insulina ayudará y no perjudicará la salud del bebé.

Las jeringas para insulina son más pequeñas, sus agujas más afiladas y más fáciles de usar que nunca antes. Esto ayuda a disminuir el dolor de la inyección. La mayoría de las mujeres dicen que las inyecciones son menos dolorosas que las lancetas.

Veamos una jeringa más de cerca.

El tonel contiene la insulina. El usuario de insulina oprime el émbolo para sacar la insulina, el émbolo también muestra la cantidad de insulina que hay en la jeringa. La aguja es estéril y no debería tocar nada antes de la inyección.

Repasemos paso a paso, la preparación para inyectar usando aguja y jeringa.

Para empezar, reúna todos los elementos sobre una superficie limpia. Estos incluyen la jeringa, motas de algodón impregnadas con alcohol, contenedor sharps y la insulina.

Algunas insulinas vienen pre-mezcladas en un solo frasco. Por ejemplo: 70-30 contiene 70% de insulina de acción más larga y 30% de insulina de acción más corta. Sin embargo, algunas veces se tiene que mezclar dos tipos de insulina en la misma jeringa, para conseguir un control óptimo de la glucosa en la sangre.

Para preparar una dosis de insulina mezclada, verificar el número de unidades de cada tipo de insulina que se debe usar, para asegurarse de tener la dosis correcta. Sumar el número de unidades de la insulina de acción más corta al número de unidades de la insulina de acción más larga que se necesita.

Anotar el número total, para poder reconfirmar, cuando se termine de mezclar, y asegurarse de tener la dosis total correcta. Cuando se tenga más práctica con este proceso, se podrá sumar los números mentalmente.

Lavar las manos cuidadosamente con agua tibia y jabón y secarlas con una toalla limpia. Limpie las tapas de ambos frascos de insulina con una mota de algodón impregnada con alcohol.

Tire del émbolo hasta el número de unidades de la insulina de acción más larga que se necesita. Inyecte ese aire en el frasco de la insulina de acción más larga. No empiece a sacar la insulina todavía. Saque la jeringa verticalmente.

Ahora tire del émbolo hasta el número de unidades de la insulina de acción más corta que se necesita. Inyecte el aire en el frasco de la insulina de acción más corta. Esta vez, deje la aguja

adentro e invierta el frasco para que la insulina cubra la aguja por completo. Luego, saque la cantidad correcta de insulina de acción más corta.

Asegurarse que no haya burbuja de aire. Si se observa alguna burbuja, se devuelve la insulina al frasco y se empieza de nuevo.

Ahora para la insulina de acción más prolongada. Si usted está utilizando una insulina que necesita ser mezclada, mézclela suavemente, pero completamente alrededor de 15 a 20 veces. No la sacuda, porque esto hará que el aire entre a la insulina.

Enterrar la aguja en el frasco de insulina de acción más larga e invertirlo, asegurándose que la aguja se cubra totalmente con insulina. Esto ayudará a evitar una burbuja de aire.

Con cuidado, tire del émbolo hasta el número total de unidades que se quiere inyectar. Se debe ser especialmente cuidadosa en este punto. Si se excede en la cantidad de insulina, o se ve una burbuja de aire en la jeringa, no se puede devolver la mezcla al frasco. Se debe desechar la jeringa y empezar de nuevo. Además, si la aguja de la jeringa está doblada, se debe desechar y empezar de nuevo.

Ahora está lista para inyectar.