

Transcripción

Cuando usted padece diabetes gestacional, usar insulina puede convertirse en parte de su plan de manejo. Puede estar nerviosa al inyectarse insulina al principio. Reúnase con su equipo de cuidado de la diabetes para revisar los pasos correctos para inyectarse insulina con una jeringa.

Con una dosis sencilla o una dosis mezclada, los pasos para inyectar son los mismos.

La insulina debe inyectarse en tejido adiposo. Las zonas de inyección recomendadas son: el abdomen o panza, la parte de atrás de los brazos, la parte alta o los lados del muslo y las nalgas o trasero.

Con algunas insulinas, el sitio donde usted se inyecte en su cuerpo puede hacer una diferencia en la rapidez con que la insulina trabaje o hace su aparición. Trabaje con su equipo del cuidado de la Diabetes para encontrar la zona de inyección que es mejor para usted.

Trate de usar la misma zona, a la misma hora, cada día, pero debe cambiar el sitio preciso de inyección cada vez que se inyecte. Esto ayuda a mantener la piel y tejidos subyacentes sanos. Al inyectar en el abdomen, asegúrese de hacerlo a 5 centímetros de distancia de cualquier cicatriz o del ombligo.

Cuando se haya elegido el sitio de inyección, limpie la piel con alcohol y esperar unos segundos hasta que se seque.

Inyectar a un ángulo de 90 grados. Oprima el émbolo de la jeringa en forma firme y uniforme. Cuando se usan jeringas más cortas, es posible que se tenga que dejar la aguja dentro de la piel durante unos pocos segundos para una mejor absorción. Luego se saca la aguja verticalmente.

Después de tomar la inyección, deseche la aguja de la jeringa en un contenedor de objetos punzantes, que se puede conseguir con su proveedor de productos para la Diabetes. Si usted no tiene un contenedor de objetos punzantes, una botella de plástico reforzado con una tapa de cierre hermético etiquetada claramente que contiene residuos médicos también funcionará.

En algunas áreas, se le pide a usted no poner dichos recipientes llenos en la basura normal para su recolección. Su equipo del cuidado de la Diabetes le puede decir si su comunidad tiene un lugar específico para llevar a su contenedor de objetos punzantes cuando está lleno.

Inyectarse insulina puede parecer complicado al principio. Pero una vez que usted tiene práctica, se convertirá en una parte normal de su rutina de embarazo. Con cada inyección, usted está haciendo algo positivo para su bebé.