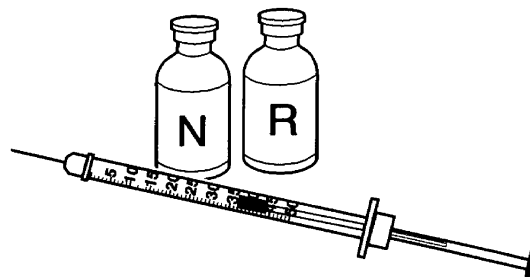


# Mixing Two Insulins

Since your doctor has ordered 2 kinds of insulin that can be mixed, you need to learn how to mix the two insulins together in one syringe. This way you can give yourself one injection or shot instead of two. Some insulin, like Lantus, cannot be mixed.

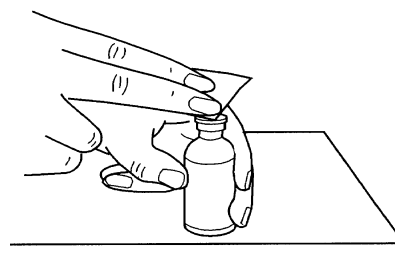
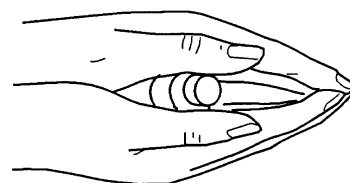
## Getting Ready

1. Gather the needed supplies.
  - Insulins: \_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_
  - Insulin syringe
  - Alcohol pad
2. Wash your hands with warm water and soap. Dry your hands.



## What to Do

1. Check the labels on the insulin bottles to make sure you have the correct insulin. Regular and Humalog (Lispro), Novolog (Aspart) insulin should be clear. NPH or Lente insulin should be cloudy.
2. Check the expiration date on **all** insulin bottles. **Do not** use expired insulin. Throw away any insulin left in the bottle 30 days after you first open the bottle.
3. Gently roll the bottle of **cloudy** insulin between your hands until it is mixed and there is no powder on the bottom of the bottle. **Do not** shake the insulin bottle because this can cause air bubbles.
4. Wipe off the tops of the insulin bottles with an alcohol pad then do not touch the top of the bottles.



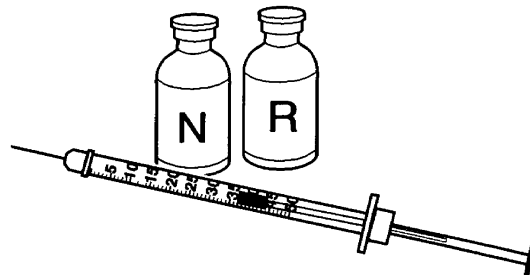
# Змішування інсуліну двох типів

Оскільки лікар прописав Вам інсулін двох типів, які можна змішувати, Вам потрібно навчитися їх змішувати в одному шприці. Таким чином, Вам зможете робити собі одну ін'єкцію або укол замість двох. Деякі типи інсуліну, такі як Lantus, змішувати не можна.

## Підготовка

1. Придбайте необхідні приналежності

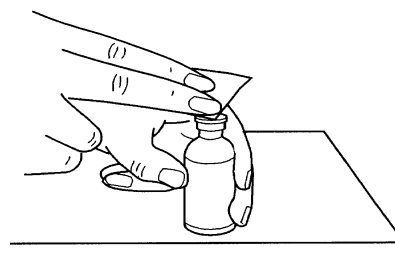
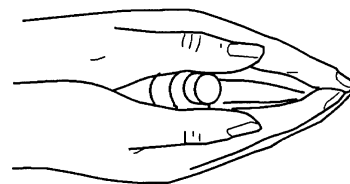
- Інсулін: \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_
- Шприц для введення інсуліну
- Спиртову прокладку



2. Вимийте руки теплою водою з милом.  
Висушіть руки.

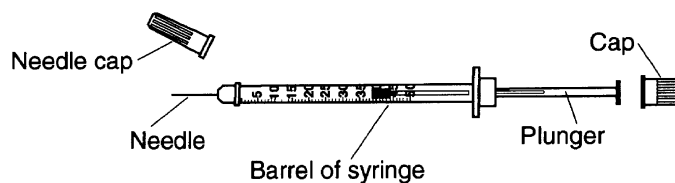
## Порядок дій

1. Перевірте етикетки на упаковках інсуліну для того, щоб переконатися в тому, що Ви використовуєте саме той інсулін, який потрібно. Звичайний інсулін і інсулін Humalog (Lispro), Novolog (Aspart) повинні бути прозорими. Інсулін NPH або Lente повинні бути мутними.
2. Перевірте термін придатності на **всіх** пляшечках інсуліну. **Не** використовуйте прострочений інсулін. Якщо інсулін зберігався в пляшечці більш за 30 днів після того, як Ви її вперше розкрили, викиньте його.
3. Акуратно покрутіть пляшечку з **мутним** інсуліном між долонями доти, поки він не перемішається і на дні пляшечки не залишиться осадку. **Не** струшуйте пляшечку з інсуліном, тому що це може спричинити появу бульбашок повітря.
4. Протріть верхні частини пляшечок з інсуліном спиртовою прокладкою й після цього не торкайтеся верхньої частини пляшечок.

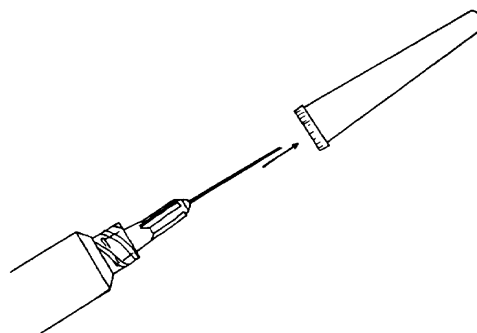


Mix two insulin. Ukrainian.

5. Take the syringe out of its package or remove the plastic cap.

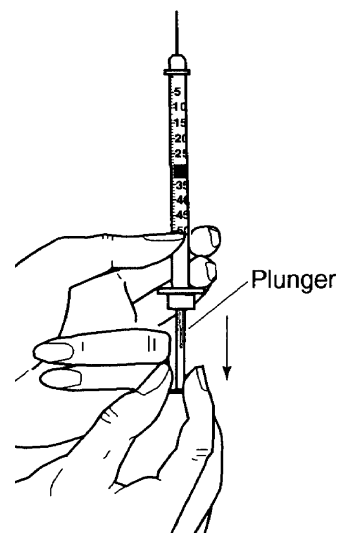


6. Take off the needle cap and place it on the table.

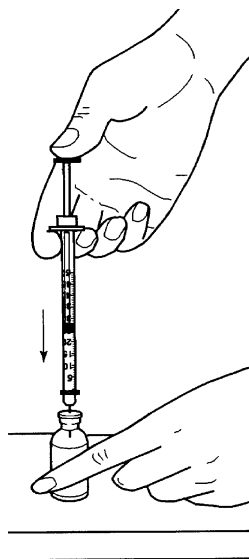


7. Pull the plunger of the syringe down to the number of units of **cloudy** insulin you need. The syringe will fill with air.

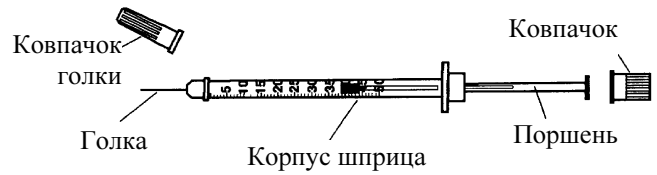
The syringe has small lines and numbers. The space between each line on the syringe is one unit. If you are using a 100-unit syringe, the space between each line is 2 units. Move the plunger so the dark end closest to the needle matches the number of units you need.



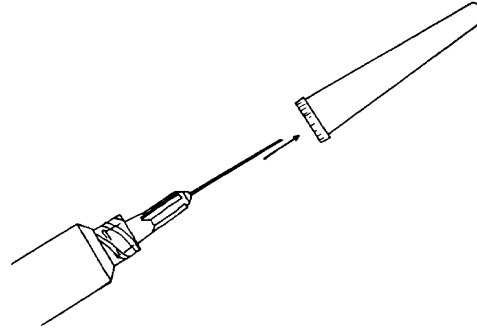
8. Carefully put the needle through the rubber stopper of the **cloudy** insulin bottle. Push the air into the bottle by pushing the plunger all the way down. Putting air in the bottle makes it easier to get the insulin out of the bottle.



5. Вийміть шприц із пакета або видаліть пластиковий ковпачок.

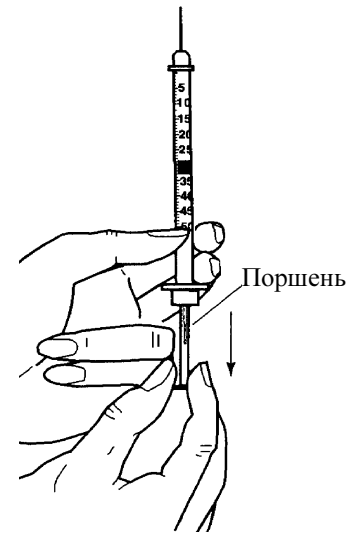


6. Зніміть ковпачок голки й покладіть його на стіл.

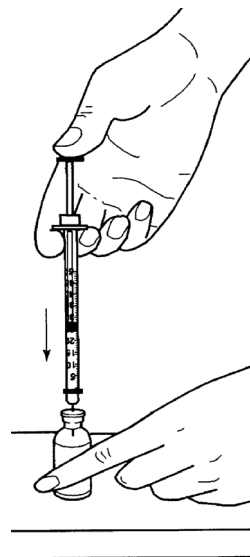


7. Потягніть поршень шприца вниз на необхідну кількість доз **мутного** інсуліну. Шприц заповниться повітрям.

На шприці нанесені лінії й числа. Відстань між лініями на шприці відповідає одній дозі. Якщо Ви використовуєте шприц на 100 доз, відстань між лініями відповідає 2-м дозам. Пересуньте поршень таким чином, щоб темний край, який знаходиться ближче до голки, відповідав необхідному числу доз.



8. Обережно введіть голку в гумову пробку пляшечки з **мутним** інсуліном. Введіть повітря у пляшечку з інсуліном, натискаючи на поршень вниз. Введення повітря у пляшечку полегшує витяг інсуліну із пляшечки.



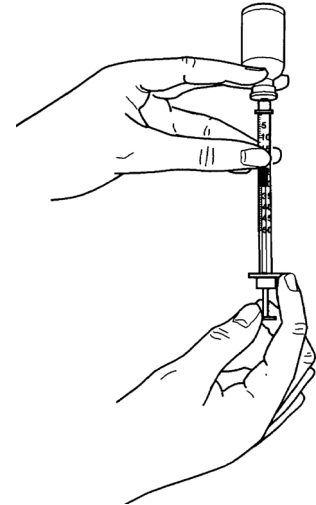
9. Take the needle out of the **cloudy** insulin bottle. The syringe will be empty. Set the **cloudy** insulin bottle aside.

10. Pull the plunger of the syringe down to the number of units of **clear** insulin needed to fill with air.

11. Carefully, put the needle into the rubber stopper of **clear** insulin bottle and push the air into the bottle.

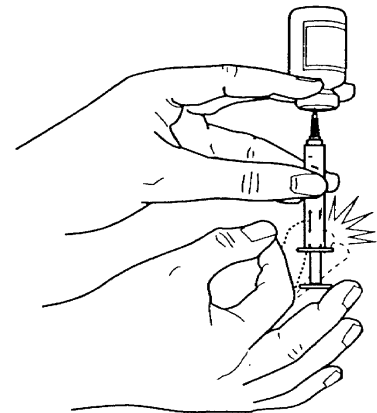
12. Turn the **clear** insulin bottle upside down with the syringe still in place. Support the needle in the bottle so it does not bend.

13. Pull the plunger down to the number of units of **clear** insulin you need.



14. Check for air bubbles in the syringe. Air bubbles will not hurt you, but will take the place of insulin. This could cause you to get less insulin than you need because there is no insulin in the air bubble. If you see air bubbles:

- Tap the syringe firmly with your fingertip to move the bubbles to the top of the syringe.
- Push the plunger up a few units until the air bubbles go back into the insulin bottle.
- Pull down on the plunger and fill the syringe with the correct amount of insulin.
- Check again for air bubbles.

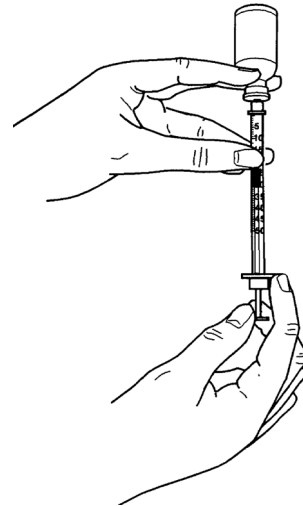


15. Take the needle out of the **clear** insulin bottle.

16. Put the needle into the rubber stopper of the **cloudy** insulin bottle. Be careful not to push any **clear** insulin into the **cloudy** insulin bottle.

9. Витягніть голку із пляшечки з **мутним** інсуліном. Шприц буде незаповненим. Відкладіть вбік пляшечку з **мутним** інсуліном.
10. Витягніть поршень шприца на необхідну кількість доз **прозорого** інсуліну для того, щоб шприц наповнився повітрям.

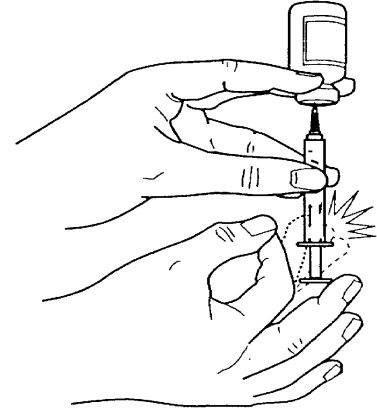
11. Обережно введіть голку в гумову пробку пляшечки із **прозорим** інсуліном і введіть повітря в пляшечку.



12. Переверніть пляшечку з **прозорим** інсуліном вверх дном, не виймаючи шприца. Підтримуйте голку в пляшці так, щоб вона не перегибалася.

13. Витягніть поршень на необхідну кількість доз **прозорого** інсуліну.

14. Перевірте, чи немає в шприці бульбашок повітря. Бульбашки повітря не заподіють Вам шкоди, але повітря витисне частину інсуліну. Це може спричинити те, що Ви отримаєте менше інсуліну, ніж потрібно, тому що в повітряній бульбашці немає інсуліну. Якщо Ви побачите бульбашки повітря:



- Сильно постукайте по шприцу кінчиком пальця для того, щоб бульбашки перемістилися у верхню частину шприца.
- Перемістіть поршень догори на кілька ділень, поки бульбашки повітря не повернуться в пляшечку з інсуліном.
- Витягніть поршень і заповніть шприц необхідною кількістю інсуліну.
- Перевірте ще раз, чи немає в шприці бульбашок повітря.

15. Витягніть голку із пляшечки з **прозорим** інсуліном.

16. Введіть голку в гумову пробку пляшечки з **мутним** інсуліном. Будьте обережні, щоб **прозорий** інсулін не потрапив у пляшечку з **мутним** інсуліном.

Mix two insulin. Ukrainian.

17. Add the number of units of **clear** and **cloudy** insulins together to give you the total number of units.

$$\begin{array}{r} \text{Units of Clear Insulin} \\ + \quad \underline{\hspace{2cm}} \\ \text{Units of Cloudy Insulin} \\ \hline \underline{\hspace{2cm}} \\ \text{Total Number of Units} \end{array}$$

18. Slowly pull the plunger back to the **total number of units** needed. This lets the **cloudy** insulin fill the syringe.

- If you get more units of **cloudy** insulin in the syringe than are needed, **do not** push any insulin back into the bottle. Remove the syringe and throw it into your needle disposal box. Get a new syringe and start over.

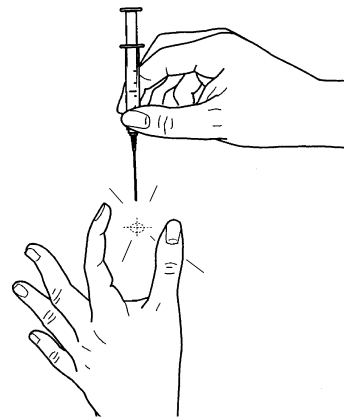
19. Take the needle out of the **cloudy** insulin bottle.

## Giving the Insulin

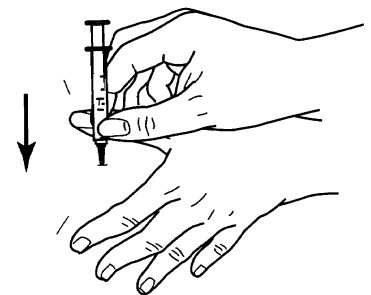
1. Clean the site with an alcohol pad. Let the alcohol dry. If you have just showered or bathed, you do not need to clean the site again.



2. Pinch and hold the skin of the site with one hand. Hold the syringe like a dart or pencil as shown in the picture.



3. Put the needle straight into the skin at a 90 degree angle. Use a quick motion. The quicker you put the needle in, the less it hurts. Push the needle all the way into the skin.



17. Додайте разом кількість доз **прозорого** й **мутного** інсуліну, щоб отримати сумарну кількість доз.

$$\begin{array}{r} \text{Доз прозорого} \\ \text{інсуліну} \\ + \quad \text{Доз мутного інсуліну} \\ \hline \text{Сумарна кількість доз} \end{array}$$

18. Повільно витягніть поршень до **сумарної кількості** необхідних доз. При цьому **мутний** інсулін потрапить у шприц.

- Якщо в шприц потрапило більше доз **мутного** інсуліну, ніж необхідно, **не** повертайте інсулін назад у пляшечку. Витягніть шприц і помістіть його в контейнер для використаних голок. Візьміть новий шприц і почніть все спочатку.

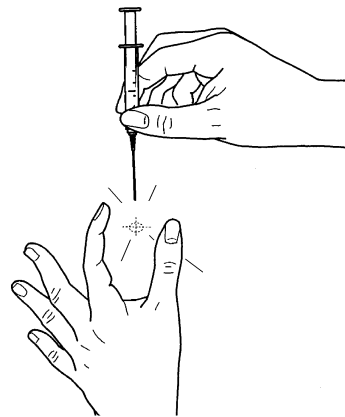
19. Витягніть голку із пляшечки з **мутним** інсуліном.

## Введення інсуліну

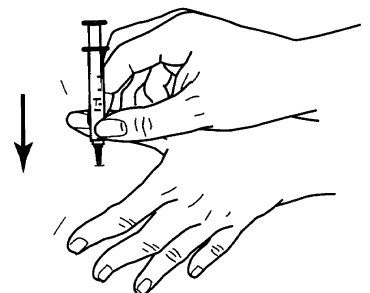
1. Очистіть шкіру змоченою спиртом серветкою. Почекайте, доки спирт висохне. Якщо Ви щойно прийняли ванну або душ, очищати місце уколу ще раз не потрібно.



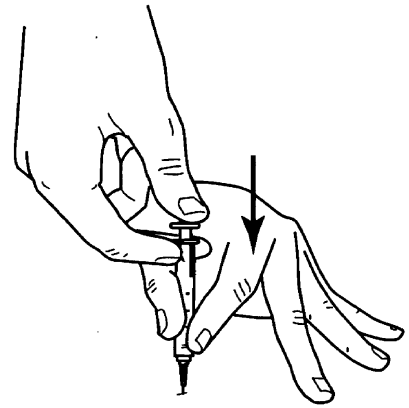
2. Візьміть однією рукою ділянку шкіри в місці уколу. Візьміть шприц немов дротяк або олівець, як показано на малюнку.



3. Введіть голку в шкіру під кутом 90 градусів. Зробіть це швидким рухом. Чим швидше Ви введете голку, тим менше буде боліти. Введіть голку в шкіру повністю.



4. Push the plunger all the way down until all the insulin is in. Wait 5 seconds.



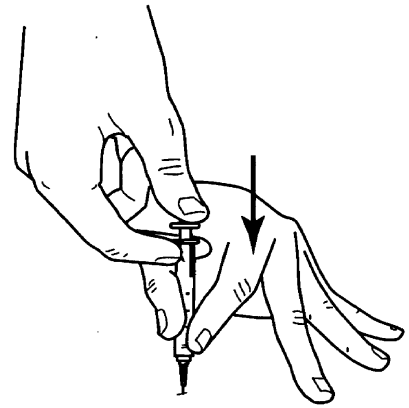
5. Let go of the pinch of skin.
6. Remove the needle.
7. Check the site for any redness, bleeding or bruising. Put a band-aid on the site if there is bleeding.

### **Clean up the supplies**

1. Put the used syringe and needle into a needle disposal box. You can use a heavy puncture-resistant plastic container with a lid. **Do not** recap the needle. Throw away all other supplies in the trash.
2. Be sure to store new and used syringes and needles out of the reach of children and pets.
3. Wash your hands again.

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

4. Натисніть на поршень до самого кінця, поки весь інсулін не буде введено. Почекайте 5 секунд.



5. Відпустіть ділянку шкіри.
6. Витягніть голку.
7. Перевірте, чи немає на місці уколу почервоніння, кровотечі або синців. Якщо місце уколу кровоточить, накладіть на нього пластир.

### **Вимийте всі приналежності**

1. Покладіть використаний шприц і голку в контейнер для використаних голок. Ви можете використати товстий міцний пластиковий контейнер із кришкою. **Не** використовуйте голку повторно. Викиньте всі використані приналежності у сміття.
2. Переконайтеся, що нові й використані шприци й голки зберігаються в місцях, недоступних для дітей і домашніх тварин.
3. Вимийте руки ще раз.

**Якщо у Вас виникають питання або сумніви, зверніться до Вашого лікаря або медичної сестри.**

Mix two insulin. Ukrainian.

9/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).