

Patient Handout

TAKING INSULIN

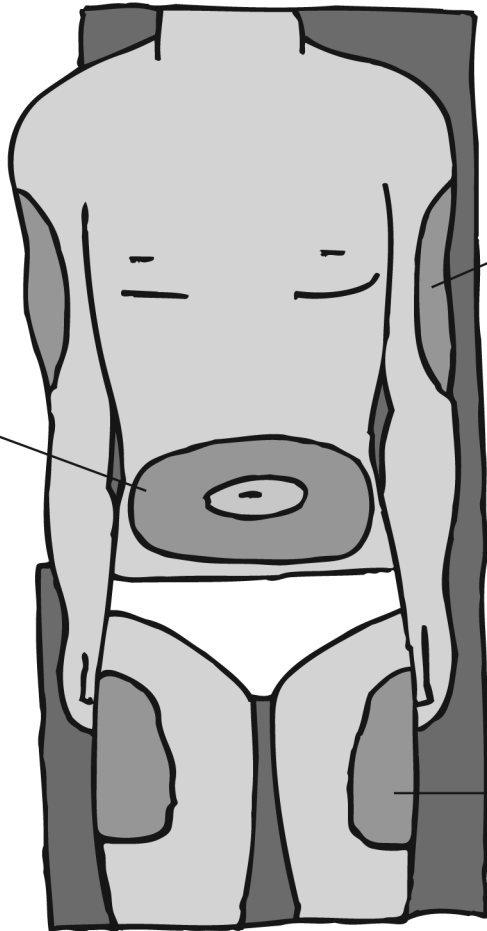
Insulin works best when you inject it into the fatty parts of the body just under the skin.

Common places to inject insulin are the:

stomach - but not within 2 inches of the belly button

Before you leave the doctor's office or clinic, be sure you know how to:

- prepare insulin
- inject insulin
- change where you inject
- store insulin, and
- keep a record of the insulin you use



back or sides of the upper arms

(The buttocks [backside/rear end] is also a good place to inject insulin.)

outer part of the upper legs (thighs)

INSULIN	BREAKFAST	LUNCH	DINNER	BEDTIME

Call your doctor's office or health clinic right away if you have any questions about taking your insulin.



Folleto para el paciente

CÓMO USAR LA INSULINA

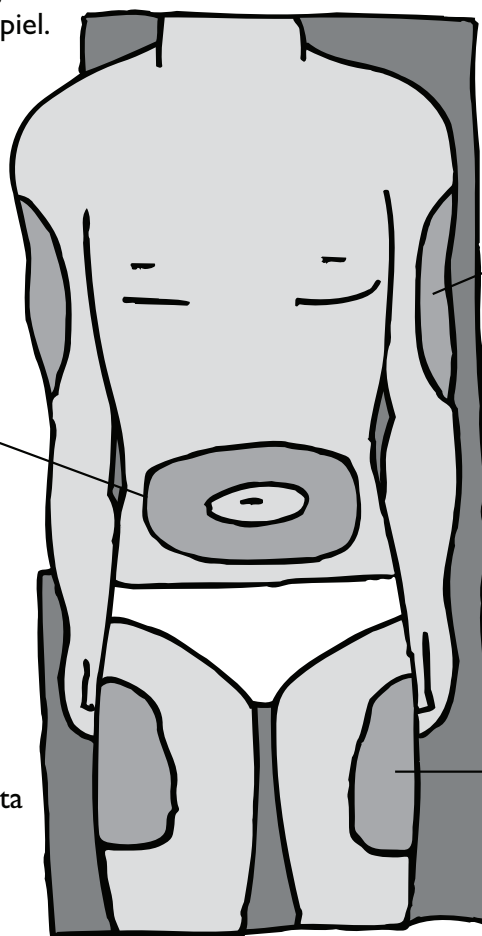
La insulina funciona mejor cuando usted la inyecta en las partes grasas del cuerpo, justo debajo de la piel.

Los lugares comunes para inyectar la insulina son:

el estómago, pero no a menos de 2 pulgadas del ombligo

Antes de irse de la oficina del médico o la clínica, asegúrese de saber cómo:

- preparar la insulina
- inyectarse la insulina
- cambiar el área donde la inyecta
- guardar la insulina, y
- llevar un registro de la insulina que usa



la parte de atrás o los lados de los brazos

(Las nalgas [el trasero] también son un buen lugar para inyectar la insulina.)

la parte de afuera de los muslos

INSULINA	DESAYUNO	ALMUERZO	CENA	AL ACOSTARSE

Llame de inmediato a la oficina de su médico o a la clínica de salud si tiene alguna pregunta o duda sobre cómo usar su insulina.

