

## Choisir son site d'injection

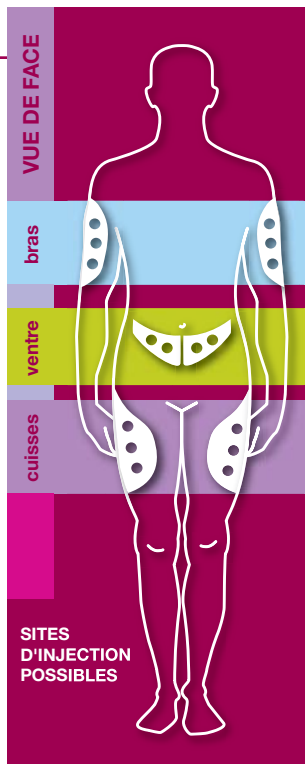
### Les sites d'injection sous-cutanée sont de préférence :

l'abdomen et les cuisses,  
éventuellement l'arrière du bras  
ou les fesses, car ce sont sur  
ces parties du corps que le tissu  
sous-cutané est le plus épais.

### Il est important de changer de zone à chaque nouvelle injection

(à au moins 3 cm de la dernière  
zone d'injection).

**Ne pas faire d'injection à un  
endroit où la peau est rouge,  
contusionnée ou indurée.**



## Elimination de la seringue

Jetez la seringue dans un container spécifique,  
puis jetez le container via une filière d'élimination.

**Plusieurs filières d'élimination existent**  
comme des bornes de collectes dans certaines  
déchetteries ou certains établissements de santé.  
Votre préfecture ou les associations de patients  
peuvent vous renseigner <sup>(1)</sup>.

**Les seringues usagées font partie des DASRI**  
(Déchets d'Activité de Soins à Risques Infectieux).  
**L'obligation d'éliminer ces déchets incombe  
au producteur du déchet**, dans le cas d'une  
seringue sous-cutanée au patient ou à l'infirmière qui réalise l'injection.

Pour toutes informations complémentaires

**N° Azur 0 810 116 116**

uniquement en France - Prix d'un appel local

[www.abbott.fr](http://www.abbott.fr)



RHU121 - 06/2006



## L'AUTO-INJECTION sous-cutanée un geste simple...

**L'injection sous-cutanée  
à l'aide d'une seringue  
pré-remplie est un geste  
simple à réaliser.**

Vous pouvez l'effectuer vous-même,  
sans aide, ou demander à un proche,  
après avoir reçu une formation adaptée  
de votre médecin ou de votre infirmière.

**En réalisant vous même votre  
injection sous-cutanée, vous  
adaptez le moment de votre injection  
à votre vie quotidienne.**



(1) Déchets infectieux : élimination des DASRI et assimilés. INRS ED91B, juin 2004.

# Le tissu sous-cutané site de l'injection

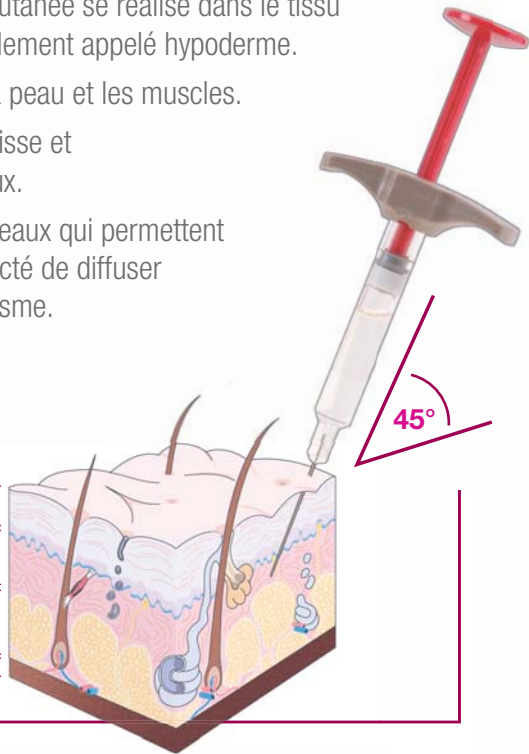
L'injection sous-cutanée se réalise dans le tissu sous-cutané, également appelé hypoderme.

Il se situe entre la peau et les muscles.

Il est riche en graisse et en petits vaisseaux.

Ce sont ces vaisseaux qui permettent au traitement injecté de diffuser dans tout l'organisme.

Epiderme  
Derme  
Hypoderme ou  
tissu sous cutané  
Muscle



# Préparer son injection

1



Vérifiez la date de péremption de la seringue.

Il ne faut pas utiliser de seringue dont la date de péremption est dépassée.

**Posez le matériel sur une surface propre.**

2



**Lavez-vous les mains soigneusement**

3



**Désinfectez la peau** du site que vous avez choisi pour l'injection à l'aide d'une compresse alcoolisée.

Laissez sécher la zone.

# Réaliser son injection

4



**Ne pas secouer la seringue**

Enlevez le capuchon qui protège l'aiguille (en prenant soin de ne pas la toucher ou de la mettre en contact avec une surface non désinfectée).

5



Pincez la peau pour former un pli.

**Piquez au niveau du pli en plaçant l'aiguille à 45° par rapport à la surface de la peau** (toute l'aiguille doit être enfoncée sous la peau d'un mouvement rapide).

Relâchez la peau

**Injectez lentement le contenu de la seringue.**

6



Après avoir retiré l'aiguille de la peau, compressez le site d'injection pendant 10 secondes avec un tampon de coton.

Si vous constatez un léger saignement, couvrez avec un pansement adhésif. Ne massez pas le site d'injection. Ne tentez pas de remettre le capuchon de l'aiguille.

Mode d'emploi résumé. Pour une information plus détaillée, veuillez consulter la notice du médicament.