

# Cara Menggunakan Jarum Suntik Insulin Sekali Pakai (Berbentuk Pena)



**1. Buka tutup pena**

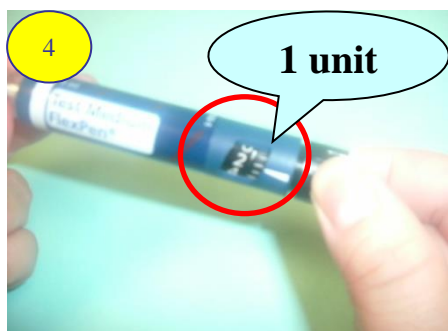


**2. Sterilkan lapisan karet**



**3. Pasang jarum suntik**

PS: Insulin campur (berwarna keruh) harus ditekan-tekan hingga tercampur rata terlebih dahulu sebelum memasang jarum suntik (gunakan telapak tangan untuk menekan bolak-balik 10 kali → aduk atas bawah 10 kali), (untuk yang jernih—tidak perlu diaduk terlebih dahulu)



**4. Set 1 unit**



**5. Jarum suntik mengarah ke atas**

Dorong keluar gas di dalam suntik



**6. Set dosis yang diperlukan (unit)**



**7. Genggam jarum suntik dengan mengepalkan tangan (seperti pada gambar 7), suntikkan insulin ke lapisan bawah kulit**



**8. Tunggu 15 detik**



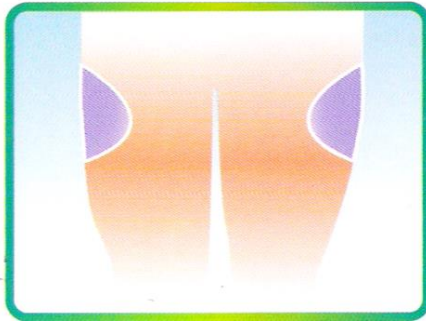
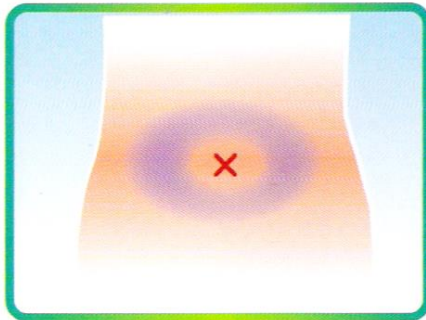
**9. Lepaskan jarum suntik (penutup luar dapat dipasang kembali)**

**Jarum suntik: Silahkan letakkan di dalam botol khusus, lalu buang jarum beserta botol sekaligus ke dalam tong khusus jarum di luar ruangan injeksi di lantai 1**

Pusat Penyuluhan Diabetes Rumah Sakit Tzu Chi Taipei  
Mendoakan Anda Lekas Sembuh (02)6628-9779 ext 2269

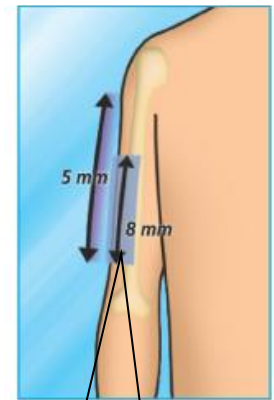
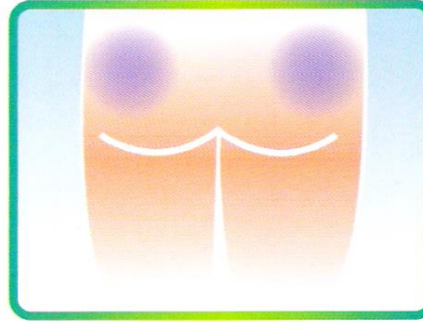
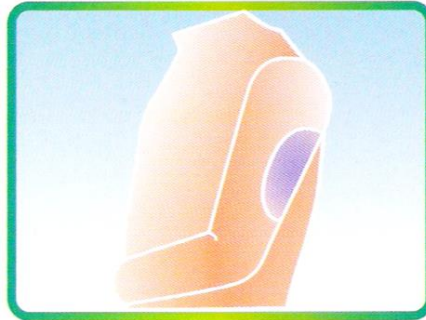
## 1. Perut:

- ✓ Dengan pusar sebagai pusatnya, jangan suntik di area satu kepalan pusar (lihat gambar di bawah).
- ✓ Semakin mengarah ke sisi luar tubuh, jaringan bawah kulit semakin tipis. Hindari menyuntik di area pinggang.



## 2. Lengan:

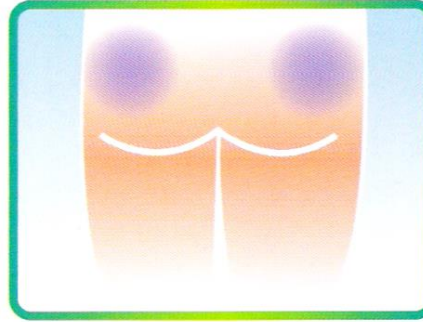
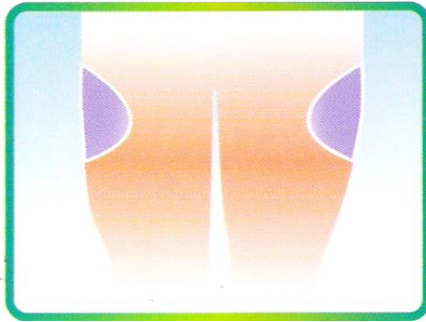
- ✓ Di bagian luar pertengahan lengan atas—area trisep.
- ✓ Jika jaringan bawah kulit lengan terlalu tipis (kurus), cubit perlahan kulit pasien.



Suntik di area ini

## 3. Paha:

- ✓ Jika jaringan bawah kulit paha terlalu tipis (kurus), cubit perlahan kulit pasien.
- ✓ Semakin ke bawah, kulit paha semakin tipis, bagian yang disuntik harus di bagian atas paha (kira-kira di ketinggian 1/3).
- ✓ Hanya boleh suntik sisi luar paha depan, karena banyak saraf dan pembuluh darah di sisi dalam paha.



## 4. Bokong:

- ✓ Jaringan kulit pada bokong lebih tebal, tidak bisa dicubit.
- ✓ Suntik di 1/4 bagian atas sisi luar.

- Jika pasien melakukannya sendiri, disarankan menyuntik 4 bagian, yaitu perut dan paha (kiri dan kanan).
- Jika anggota keluarga membantuk menyuntik, dapat disuntik di 8 bagian tubuh.
- Dapat bergiliran menyuntik bagian tubuh yang berbeda, disarankan dalam seminggu menyuntik bagian yang sama (jarak setiap suntikan selebar 1 jari), minggu selanjutnya baru ganti bagian lain. Hindari menyuntik bagian yang digunakan untuk berolahraga, misalnya: jangan suntik tangan jika paginya main tenis, jangan suntik paha setelah jogging.
- Setelah disuntik insulin campur berjangka pendek dan sedang, silahkan makan sesegera mungkin untuk menghindari gula darah rendah.

### ➤ Cara menyimpan insulin:

*Jika sudah dibuka – silahkan letakkan di suhu ruangan, dapat bertahan 4 minggu.*

*Jika belum dibuka – silahkan letakkan di mesin pendingin, dapat bertahan hingga tanggal kadaluarsa.*

➤ *Jarum-Cara membuang jarum bekas – Silahkan ambil botol khusus jarum di ruang injeksi di lantai 1, kemudian buang botol beserta jarum ke tong sampah khusus di luar ruang injeksi.*