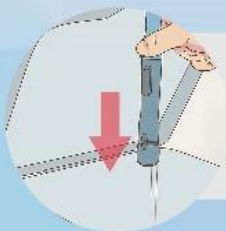


## CARA MEMBUANG JARUM DAN PEN

Pasang tutup jarum kemudian lepaskan jarum dengan cara memutarnya berlawanan arah jarum jam. Buang jarum yang sudah dipakai pada wadah terpisah dari sampah lain.



Buang insulin pen yang sudah kedaluwarsa atau yang sudah habis dan tidak bisa diisi ulang.



## EFEK SAMPING: HIPOGLIKEMIA



Hipoglikemia adalah gangguan kesehatan yang terjadi ketika kadar gula dalam darah berada di bawah kadar normal.

## GEJALA HIPOGLIKEMIA



Pusing dan nyeri kepala.



Keringat dingin.



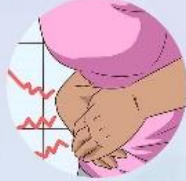
Lemas atau bahkan tidak sadarkan diri.



Merasa lapar.



Mual.



Perut tidak nyaman.

## CARA EFEKTIF UNTUK MENGATASI HIPOGLIKEMIA



Minumlah segelas air yang telah dilarutkan dengan 2-3 sendok makan gula pasir untuk mengembalikan kadar gula darah menjadi normal.

## CARA PENGGUNAAN

## INSULIN PEN



Insulin suntik adalah jenis obat yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan pasokan insulin yang dibutuhkan oleh penderita diabetes. Insulin merupakan hormon yang bertugas membantu mengolah gula yang telah diserap tubuh agar menjadi energi. Insulin juga berperan dalam menyimpan cadangan energi yang nantinya bisa digunakan jika suatu saat dibutuhkan oleh tubuh.

## HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN

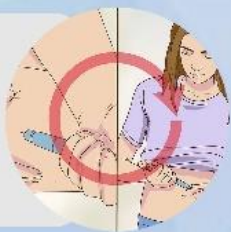


### LOKASI PENYUNTIKAN

Bagian tubuh yang dapat disuntikkan insulin di antaranya adalah di lengan atas bagian luar, perut di sekitar pusar, bokong, dan paha bagian luar.

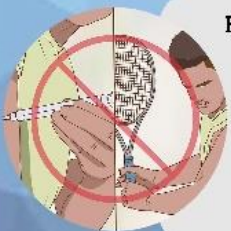
### MEROTASI TITIK PENYUNTIKAN

Jangan menyuntikkan insulin di titik yang sama berulang kali, luka yang diakibatkan penyuntikkan insulin dapat mengurangi penyerapan insulin pada saat menyuntikkannya di titik yang sama kedua kalinya.



### HINDARI BAGIAN YANG BERMASALAH

Jangan menyuntikkan insulin pada bagian tubuh yang terluka, memar, bengkak, atau sakit. hindari pula menyuntikkan insulin pada bagian tubuh yang sangat aktif digunakan, misalnya pada lengan atas sebelum bermain tenis.



### SIMPAN INSULIN DI DALAM KULKAS

Simpan insulin yang belum digunakan di dalam kulkas bagian pintu (2°-8°C). Insulin yang sudah digunakan cukup disimpan pada suhu ruangan dan terhindar dari paparan panas langsung.

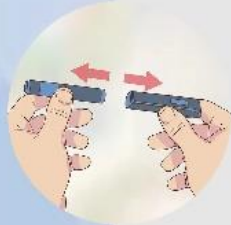


## LANGKAH-LANGKAH MENGGUNAKAN INSULIN PEN

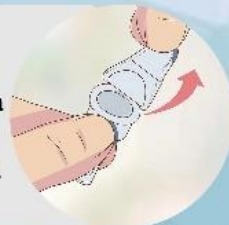
1 Cuci tangan menggunakan sabun dan usapkan permukaan kulit yang akan disuntikkan insulin dengan alcohol swab.



2 Buka penutup insulin pen. Ketika insulin baru dikeluarkan dari kulkas, gulung-gulung terlebih dahulu dengan menggunakan telapak tangan agar suhu insulin sesuai dengan suhu tubuh.



3 Buka penutup kertas pada kemasan jarum insulin. Terdapat beberapa jenis jarum dengan ukuran berbeda, pastikan ukuran yang dipakai sesuai dengan kebutuhan.



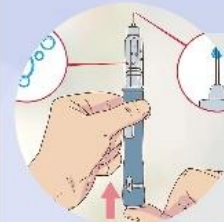
4 Bersihkan bagian ujung pen yang akan dipasang jarum dengan menggunakan alcohol swab.



5 Pasang jarum dengan cara memutarkannya searah jarum jam, kemudian buka penutup jarumnya namun jangan membuang tutup tersebut.



6 Putar kenop pengatur dosis hingga menunjukkan angka 2 unit, kemudian tekan untuk membuang gelembung dan memastikan alat berfungsi dengan baik.



7 Pastikan dosis sudah menunjukkan 0 unit. Putar kembali kenop sesuai dengan dosis yang telah diresepkan oleh dokter.



8 Pegang pen dengan menggunakan tangan yang dominan digunakan dan posisikan ibu jari pada tombol untuk mengeluarkan insulin.



9 Suntikkan dengan posisi jarum tegak lurus terhadap permukaan kulit. Tunggu sekitar 5-10 detik sebelum mencabut suntikan untuk memastikan semua cairan sudah terserap.

