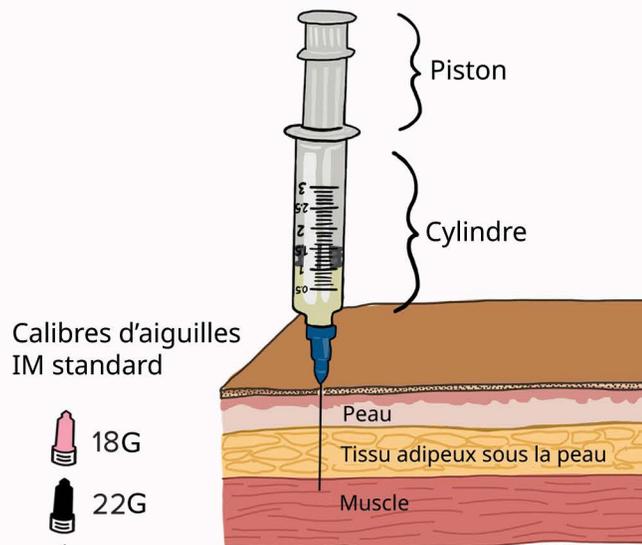
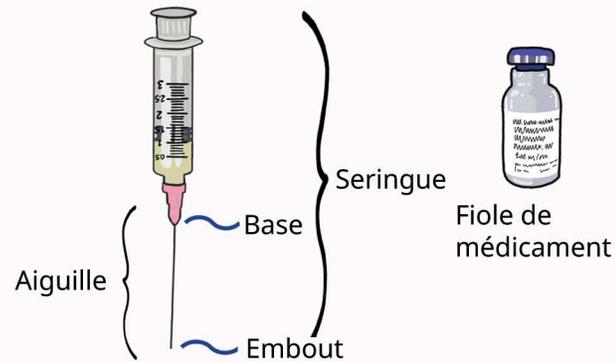


Pour des injections intramusculaires (IM) plus sûres



Qu'est-ce qu'une injection intramusculaire (IM)?

C'est un processus qui utilise une aiguille stérile pour administrer un médicament dans un muscle.



Calibres d'aiguilles IM standard



Longueur d'aiguille : 1 ou 1,5 pouce (2,5 ou 3,8 cm)

1) Prévenir les infections

Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon, du désinfectant ou des tampons d'alcool

Utilisez toujours de l'équipement neuf et stérile

Liste du matériel :

- Surface propre
- Aiguille 18G pour prélever le médicament
- Aiguille 22G ou 23G de 1 ou 1,5 pouce (2,5 ou 3,8 cm) pour l'autoinjection
- 2 tampons d'alcool
- Seringue (1 à 3 ml)
- Coton-tige ou mouchoir
- Pansement
- Contenant pour objets pointus
- Médicament (dose prescrite)

Votre prestataire de santé pourra vous aider à choisir le matériel qui vous convient (p. ex., taille de cylindre, calibre et longueur d'aiguille)

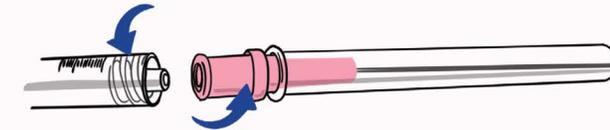
2) Préparer la seringue

Préparez le médicament

- Désinfectez le dessus de la fiole avec un tampon d'alcool

Vissez l'aiguille sur le cylindre

- Ouvrez l'emballage de l'aiguille 18G et du cylindre
- Fixez l'aiguille sur le cylindre en la vissant
- **Conseil :** Assurez-vous que les deux parties à visser ne touchent aucune surface



Aspirez de l'air dans la seringue

- Tirez le piston vers l'arrière pour aspirer de l'air dans la seringue
- Aspirez une quantité d'air correspondant à votre dose

Injectez l'air dans la fiole

- Décapuchonnez l'aiguille
- Insérez l'aiguille dans la membrane de caoutchouc du bouchon
- Injectez l'air dans la fiole
- Laissez l'aiguille dans la fiole



juin 2025

Contribution financière :

3) Prélever le médicament

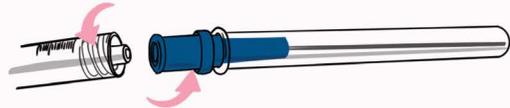
Prélevez le médicament

- Tenez l'aiguille et la fiole à l'envers
- Assurez-vous que l'embout de l'aiguille est immergé
- Tirez sur le piston pour prélever le médicament



Éliminez les bulles d'air

- L'aiguille pointée vers le haut, tapotez la seringue pour faire remonter les bulles
- Pressez délicatement le piston pour les évacuer
- Vérifiez que la dose est correcte
- Retirez l'aiguille de la fiole
- Recapuchonnez l'aiguille
- Conseil : S'il reste de petites bulles d'air, rassurez-vous : elles ne sont pas dangereuses



Changez d'aiguille

- Pour éviter de gaspiller du liquide, aspirez une grosse bulle d'air dans la seringue
- Retirez l'aiguille 18G et mettez-la dans le contenant pour objets pointus
- Fixez l'aiguille choisie (22G ou 23G)
- Évacuez l'air de la seringue et vérifiez à nouveau la dose

4) Choisir un site d'injection

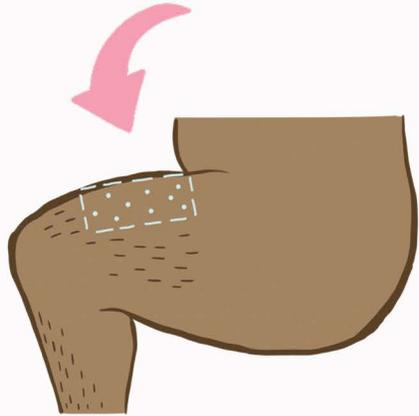
Le muscle vaste externe est le muscle situé sur le dessus de la cuisse, du côté extérieur

Pour ce faire :

- Placez une main au-dessus du genou
- Placez l'autre main sous l'aîne
- L'injection s'effectue sur la face externe de la cuisse, n'importe où entre les deux mains

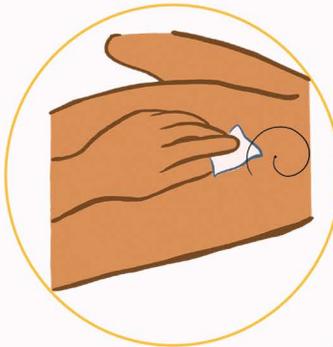


- Changez de site à chaque injection
- Le site doit être exempt d'enflure, de zones dures, d'irritation ou d'ecchymoses
- Si possible, évitez d'injecter dans du tissu cicatriciel



5) Effectuer l'injection

Les mains propres, désinfectez la région d'injection avec un tampon d'alcool



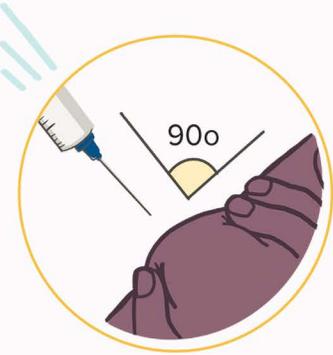
Effectuez un mouvement de spirale en partant du centre

Laissez sécher de 30 à 60 secondes

Pincez légèrement la peau autour du site choisi



Inspirez profondément et détendez le muscle



Tenez l'aiguille à un angle de 90 degrés

Insérez l'aiguille en un mouvement fluide et rapide



6) Terminer l'injection

Relâchez la peau

Poussez doucement le piston pour injecter le médicament – il est normal de ressentir une piqûre ou une pression légère



Maintenez l'aiguille en place pendant 10 secondes

Retirez l'aiguille d'un mouvement fluide

Jetez l'aiguille dans un contenant pour objets pointus



Utilisez un coton-tige pour appliquer une pression légère jusqu'à l'arrêt du saignement

Mettez un pansement



Pour trouver ou ramener du matériel d'injection en Colombie-Britannique :

towardtheheart.com/site-finder