



Aunque los fabricantes recomiendan guardar la insulina en el refrigerador, inyectarse insulina fría a veces puede causar más dolor. Para evitarlo, las farmacéuticas sugieren guardar a temperatura ambiente el frasco de insulina que está usando. La insulina que se guarda a temperatura ambiente dura aproximadamente un mes.

Pero recuerde que si compra más de un frasco a la vez para ahorrar dinero, debe guardar los frascos adicionales en el refrigerador. Luego saque un frasco a la vez para que esté listo para su próxima inyección.

Si usa insulina regular, asegúrese de que no tenga partículas ni un color inusual, al emplear la de tipo isofánica (NPH) o Lente, esté atento a cristales en la insulina dentro del frasco, partículas pequeñas o aglomeraciones en la insulina. Si encuentra cualquiera de estos detalles, no la use. Devuelva el frasco sin abrir a la farmacia para que se lo cambien o le reembolsen.

Nunca guarde la insulina cerca de fuentes de mucho calor, luz directa del Sol o en caso contrario en el congelador. Recuerde siempre leer la fecha de caducidad antes de usarla y no use la hormona ya vencida.

Uso repetido de jeringas

Volver a usar jeringas puede ayudarlo a ahorrar, le evita comprar una gran cantidad de jeringas y reduce la generación de basura. Sin embargo, antes de comenzar a usarlas repetidamente, hable con su médico. Pueden ayudarlo a decidir si es una opción segura para usted.

Si está enfermo o tiene llagas abiertas en las manos o poca resistencia a infecciones, no se debe arriesgar con el uso repetido de jeringas. Los fabricantes de jeringas no garantizan su esterilidad al emplearse repetidamente.

Desecho de jeringas

Es hora de desechar la jeringa de insulina cuando la aguja pierde el filo, se dobla o entra en contacto con cualquier cosa que no sea la piel limpia.

Si puede hacerlo de manera segura, corte la aguja de la jeringa para que nadie más pueda usarla. Lo mejor es comprar un dispositivo que corta, atrapa y encierra la aguja. No corte la aguja con tijeras; si la aguja sale volando, puede causarle daño a alguien o perderse.

Si no destruye la aguja, vuelva a ponerle tapa. Coloque la aguja o toda la jeringa en una botella resistente de plástico opaco (no transparente) y con tapa de enroscar o en una caja de metal o plástico que cierre bien. No use un recipiente que la aguja pueda perforar ni recicle su recipiente de jeringas.

Fuente: <http://www.diabetes.org/>