

## APPRENTISSAGE DE L'AUTO-INJECTION<sup>2</sup>



Sortez HUMIRA<sup>®</sup> du réfrigérateur.  
Laissez HUMIRA<sup>®</sup> à température ambiante pendant **15 à 30 minutes** avant l'injection.

- 1**
- ❗ **Ne pas** enlever le capuchon gris ou le capuchon prune jusqu'à ce que HUMIRA<sup>®</sup> soit à température ambiante.
  - ❗ **Ne pas** réchauffer HUMIRA<sup>®</sup> par un autre moyen.  
Par exemple, **ne pas** le réchauffer au micro-ondes ou dans l'eau chaude.

1



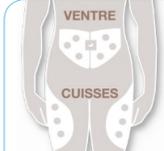
Vérifiez la date de péremption (EXP).  
❗ **Ne pas** utiliser le stylo prérempli si la date de péremption (EXP) est dépassée.

Posez le matériel sur une surface plane et propre :

- 1 stylo prérempli à usage unique.
- 1 tampon d'alcool.

Lavez et séchez vos mains.

2



Choisissez un site d'injection :

- sur le devant de vos cuisses
- ou votre ventre (abdomen) à au moins 5 cm de votre nombril
- à au moins 3 cm de votre dernier site d'injection.

Nettoyez le site d'injection avec le tampon d'alcool en faisant un mouvement circulaire.

- 3**
- ❗ **Ne pas** injecter à travers les vêtements.
  - ❗ **Ne pas** injecter dans une peau douloureuse, meurtrie, rouge, dure, griffée, avec des vergetures, ou au niveau de plaques de psoriasis.

3



Tenez le stylo prérempli avec le capuchon 1 gris dirigé vers le haut.  
Vérifiez la fenêtre de contrôle.

❗ Il est normal de voir une ou plusieurs bulles dans la fenêtre.

- ❗ Assurez-vous que la solution est limpide et incolore.
- ❗ **Ne pas** utiliser le stylo prérempli si le liquide est trouble ou avec des particules.
- ❗ **Ne pas** utiliser le stylo prérempli s'il est tombé ou a été écrasé.

4



Tirez d'un seul coup le capuchon 1 gris.  
Jetez le capuchon. **Ne pas** recapuchonner.

❗ Vérifiez que la petite protection noire de l'aiguille de la seringue a été enlevée avec le capuchon.

❗ Il est normal de voir quelques gouttes sortir de l'aiguille.

Tirez d'un seul coup le capuchon 2 prune.  
Jetez le capuchon. **Ne pas** recapuchonner.

Le stylo prérempli est maintenant prêt à être utilisé.

**5** Dirigez le stylo prérempli de telle sorte que la flèche blanche pointe vers le site d'injection.



Pincez la peau du site d'injection avec l'autre main afin de faire un pli et le tenir fermement jusqu'à ce que l'injection soit terminée.

Dirigez la flèche blanche vers le site d'injection (cuisse ou abdomen).

Placez le manchon blanc de l'aiguille à angle droit (**angle de 90°**) par rapport au site d'injection.

Tenez le stylo prérempli de telle sorte que vous puissiez voir la fenêtre de contrôle.

**6** **Ne pas** appuyer sur le bouton déclencheur prune avant d'être prêt(e) à réaliser l'injection.

## APPRENTISSAGE DE L'AUTO-INJECTION<sup>2</sup>



**7** Appuyez fermement le stylo prérempli contre le site d'injection avant de commencer l'injection.

Maintenez le stylo prérempli appuyé pour éviter qu'il ne se retire de la peau pendant l'injection.

Appuyez sur le bouton déclencheur prune et comptez doucement pendant **10** secondes.

❗ Un grand « clic » vous signalera le début de l'injection.

❗ **Maintenez fermement** le stylo prérempli contre le site d'injection jusqu'à ce que l'injection soit terminée.

L'injection est terminée lorsque l'indicateur jaune arrête de bouger.



Quand l'injection est terminée, retirez doucement le stylo prérempli de la peau. Le manchon blanc de l'aiguille recouvrira l'extrémité de l'aiguille.

La présence d'une petite quantité de liquide au niveau du site d'injection est normale.

S'il y a plus que quelques gouttes de liquide au niveau du site d'injection, contactez votre médecin, infirmier/ère ou pharmacien.  
Après avoir terminé l'injection, placez un coton ou une compresse sur la peau au niveau du site d'injection

❗ **Ne pas** frotter.

❗ Un léger saignement au site d'injection est normal.



Jetez le stylo prérempli utilisé dans un collecteur de déchets comme indiqué par votre médecin, infirmier/ère ou pharmacien.

❗ **Ne pas** recycler ou jeter le stylo prérempli dans les ordures ménagères.

❗ Gardez **toujours** le stylo prérempli et le collecteur de déchets hors de la vue et de la portée des enfants.

Les capuchons, tampon d'alcool, boule de coton ou compresse, blister, et l'emballage peuvent être jetés avec vos ordures ménagères.

9

## INFOS PRATIQUES



Flashez ce code ou consultez [www.abbvie.fr](http://www.abbvie.fr) pour accéder à la vidéo d'apprentissage de l'auto-injection.



**HUMIRA<sup>®</sup>**  
40 mg

Repères visuels pour vous guider

Fenêtre de contrôle du temps d'injection

**HUMIRA<sup>®</sup>**  
adalimumab

## MODALITÉS D'UTILISATION

## MODALITÉS D'UTILISATION

## COLLECTE ET ÉLIMINATION DU MATÉRIEL D'INJECTION USAGÉ<sup>1</sup>

## INFOS PRATIQUES

## RÉFÉRENCES

## GUIDE DE L'AUTO-INJECTION

Les instructions suivantes expliquent comment injecter HUMIRA® en injection sous-cutanée, avec le stylo prérempli à usage unique.

**Veillez lire attentivement l'intégralité de ce guide ainsi que la notice du médicament, avant l'injection.**

**Votre médecin, votre infirmière ou votre pharmacien** vous indiquera comment effectuer vous-même l'injection.



**Ne faites pas l'auto-injection si vous n'êtes pas sûr d'avoir compris la méthode de préparation et d'injection d'HUMIRA®.**

**Après un entraînement approprié**, vous pourrez faire l'injection vous-même ou la faire faire par une autre personne, par exemple : un membre de votre famille ou un(e) ami(e).



**Ne pas utiliser le stylo prérempli et appeler votre médecin ou votre pharmacien si :**

- la solution est trouble, jaunie, ou contient des flocons ou des particules
- la date d'expiration (EXP) est dépassée
- le liquide a été congelé ou a séjourné au soleil
- le stylo prérempli est tombé ou a été écrasé.



**Chaque stylo prérempli est utilisé pour une seule injection.**

**N'enlever les capuchons que juste avant l'injection.**

**Gardez HUMIRA® hors de la vue et de la portée des enfants.**

**Où et comment obtenir ces collecteurs de stylos ?**

Les collecteurs de déchets de stylos vous sont fournis gratuitement par votre pharmacien sur présentation de votre ordonnance. Ce sont des boîtes jaunes et vertes qui doivent porter la marque NF, le pictogramme déchet médical et le numéro vert : **0805 69 35 36**. Les stylos usagés font partie des DASRI (Déchets d'Activités de Soins à Risques Infectieux).

**Comment utiliser et où ranger le collecteur de stylos ?**

Le collecteur peut être rempli de stylos jusqu'au trait supérieur qui apparaît sur la boîte. Pour son rangement, choisissez un endroit pratique pour vous et hors de la portée des enfants.



**Que dois-je faire une fois que le collecteur est plein ?**

Fermez-le hermétiquement (fermeture définitive) et déposez-le dans un des points de collecte prévu à cet effet. La filière de collecte et d'élimination des DASRI comprend des bornes de collecte dans certaines déchetteries ou certains établissements de santé, des officines, des laboratoires de biologie médicale et des pharmacies à usage intérieur.

**Comment trouver le point de collecte le plus proche de chez moi ?**

Pour connaître les points de collecte les plus proches, renseignez-vous auprès de votre pharmacien/médecin, ou de votre mairie, sur le site internet : <https://www.dastri.fr/nous-collectons/> ou au numéro vert : **0805 69 35 36**.

Pour une information plus détaillée, vous pouvez consulter la notice du médicament ou appeler le service d'information médicale et scientifique :

**N° Vert 0800 001 289**  
APPEL GRATUIT

- 1 • DASTRI - Disponible à l'adresse <https://www.dastri.fr/> (consulté le 10/11/2021).
- 2 • Notice HUMIRA® 40 mg, solution injectable en stylo prérempli.

**HUMIRA®**  
40 mg

Solution injectable en stylo prérempli



SOLUTION INJECTABLE PAR VOIE SOUS-CUTANÉE

À USAGE UNIQUE

**RÉALISEZ VOUS-MÊME VOTRE INJECTION à l'aide de ce guide**

abbvie

**HUMIRA®**  
adalimumab