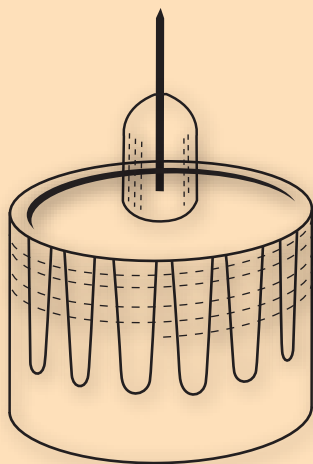


Praktische tips bij het injecteren





Inhoud

Introductie.....	3
Waar wordt insuline geïnjecteerd?.....	4
Keuze van de injectieplaats.....	5
Correct gebruik van de BD Micro-Fine™ + pennaalden.....	6
De huidplooi.....	7
Praktische tips.....	8
Eénmalig gebruik van pennaalden.....	11
Lipodystrofie.....	13
Weggooiën van het materiaal na gebruik.....	14
Maak kennis met de BD Micro-Fine™ + pennaalden.....	15

Introductie

Om een goede bloedglucosewaarde te bereiken, is de injectietechniek minstens even belangrijk als de insuline die wordt geïnjecteerd.

In deze brochure vindt u informatie betreffende de verschillende naaldlengtes en de daarbij horende injectietechniek.

Verder vindt u ook duidelijke richtlijnen voor het injecteren van insuline en een aantal praktische tips.

Met dank aan de verpleegkundigen die ons met hun professionele raad bijgestaan hebben in de opmaak van deze brochure.

Waar wordt insuline geïnjecteerd?

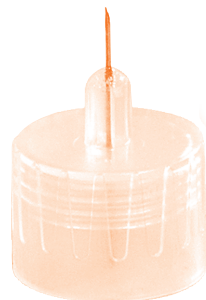
Insuline wordt in het **onderhuids vetweefsel** geïnjecteerd en dit om een betrouwbare opname van insuline te garanderen. Deze vetweefsellaag bevindt zich tussen de huid en de spieren.

Het maakt weinig uit of er diep of oppervlakkig in het onderhuids vetweefsel geïnjecteerd wordt. De opnamesnelheid van insuline blijft hier sowieso gelijk.



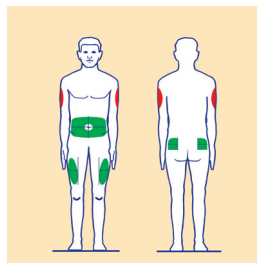
Injecties in de **spier** moeten worden vermeden omdat:

- de opname van insuline afhankelijk wordt van de beweging van de spier
- dit schommelingen kan veroorzaken in de glucosewaarden
- ze pijnlijk zijn
- ze blauwe plekken kunnen veroorzaken



Keuze van de injectieplaats

De injectieplaatsen zijn medebepalend voor de opnamesnelheid van insuline.



De plaatsen die geadviseerd worden zijn:

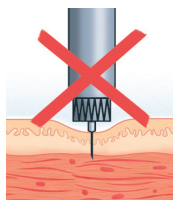
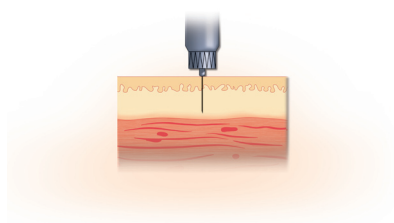
	Opname-snelheid	Opmerkingen
Buik	Snel	■ Bijna de volledige regio kan gebruikt worden. ■ Er wordt aangeraden om 2 vingers weg te blijven van de navel.
Dijbenen	Langzaam	■ Bij voorkeur boven/buitenkant van het dijbeen gebruiken. ■ Blijf één hand weg van de lies en één hand weg van de knie.
Billen	Langzaam	■ De opname van insuline gebeurt hier nog trager dan in de dijen, waardoor deze plaats ideaal is voor de injectie van de laatavond dosis. ■ Bij voorkeur in het bovenste buitenste kwadrant injecteren.
Armen	Gemiddeld	■ De armen zijn niet de meest aangeraden plaats. • te kleine bruikbare oppervlakte, daarom moeilijk te roteren • moeilijk om een huidplooi te nemen ■ Bij voorkeur een 5mm naald gebruiken en aan de zijkant van de bovenarm injecteren.

Contacteer uw arts of verpleegkundige voor een advies op maat.

Correct gebruik van de BD Micro-Fine™ + pennaalden

Afhankelijk van de naaldlengte die wordt gebruikt, wordt een bepaalde injectietechniek geadviseerd.

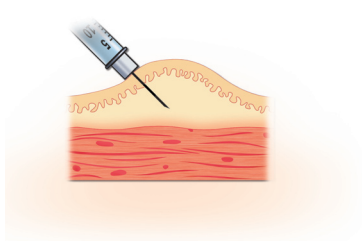
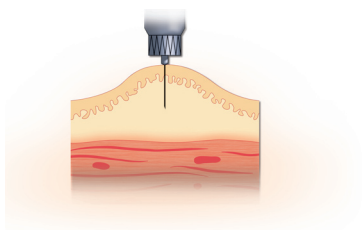
Bij het gebruik van een BD Micro-Fine™ + 5mm pennaald wordt een loodrechte injectie zonder huidplooi geadviseerd.



Druk niet door

Indien een BD Micro-Fine™ + 8mm of 12,7mm gebruikt wordt, adviseert BD een injectie met huidplooi.

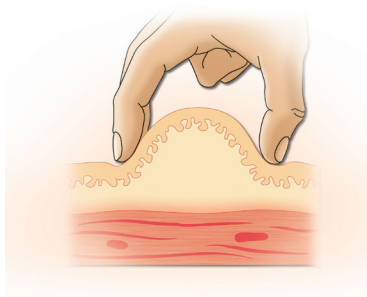
Deze injectie kan loodrecht gegeven worden of onder een hoek van 45°.



Voor een advies op maat, contacteer uw verpleegkundige of arts.

De huidplooi

Een correcte huidplooi wordt genomen tussen duim en wijsvinger en/of middenvinger.



Behoud de huidplooi tot de naald uit de huid verwijderd is, anders blijft het risico bestaan dat de spier geraakt wordt.

Neem de huidplooi **NIET** met de hele hand. Het risico bestaat namelijk dat de spier mee omhoog getrokken wordt, waardoor de injectie toch nog in de spier terecht komt in plaats van in het onderhuids vetweefsel.



Vermijd te hard knijpen bij het nemen van de huidplooi, aangezien dat kan leiden tot terugvloeien van insuline.

Praktische TIPS

- Gebruik een correcte injectietechniek*
 - 5mm naald: GEEN huidplooi
 - 8mm en 12,7mm naalden: MET huidplooi
- Injecteer de insuline langzaam.
- Wissel regelmatig van spuitplaats, maar respecteer wel het principe om TIJD en PLAATS niet door elkaar te halen. Iedere injectiezone heeft zijn eigen opnamesnelheid. Het is daarom belangrijk dat insuline die op een bepaald tijdstip geïnjecteerd wordt, altijd ingespoten wordt in dezelfde injectiezone. (vb. 's ochtends altijd in de buik, 's avonds altijd in de dijbenen)

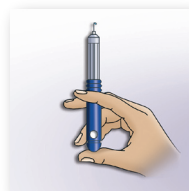
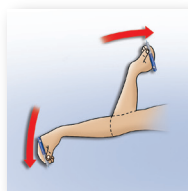
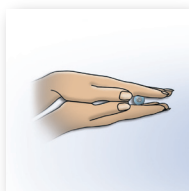
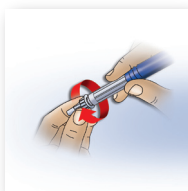


- Rotatiekaarten zijn een handig middel om een duidelijk rotatieschema te volgen.

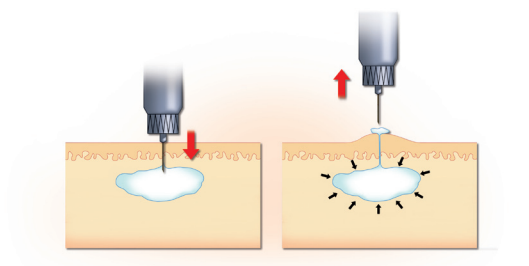
* Voor een advies op maat, contacteer uw verpleegkundige of arts.

Praktische TIPS

- Neem vóór ELKE injectie een nieuwe naald.
- Meng troebele insuline tot de vloeistof gelijkmatig en wit is.*
- Spuit altijd 2 eenheden weg voor elke injectie. Dit laat u toe om te controleren of de combinatie van pen, patroon en pennaald correct werkt.
- Verwijder de gebruikte naald onmiddellijk na de injectie.



- Indien de vereiste dosis groter is dan 40 eenheden, wordt aangeraden om deze dosis te verdelen over 2 injecties, te injecteren op verschillende plaatsen binnen éénzelfde zone.
- Wacht minstens 10 seconden na de injectie alvorens de naald uit de huid te verwijderen. Indien niet lang genoeg gewacht wordt, bestaat het risico op terugvloeï van insuline, waardoor een incorrecte dosis insuline geïnjecteerd wordt.



* Volg de richtlijnen van de insulinefabrikant.

Praktische TIPS

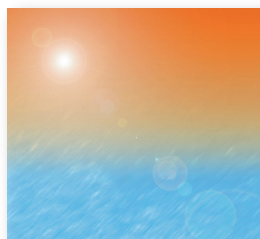
- Spieroefeningen kunnen de opnamesnelheid van insuline beïnvloeden. Houd hiermee rekening bij de keuze van de injectieplaats.
- Er wordt geadviseerd om **NIET** door de kleding te injecteren omdat:
 - dit niet hygiënisch is
 - het moeilijk is om een correcte huidplooi te nemen
 - men niet kan controleren of er een bloeding is of dat er insuline lekt



- Bewaren van insuline:
 - De ongeopende verpakking wordt bewaard in de groentenlade van de koelkast.
 - Haal het nieuwe patroon met insuline minstens één uur voor de inspuiting uit de koelkast.
 - Een geopend patroon kan maximaal één maand bewaard worden op kamertemperatuur.
 - De insuline niet blootstellen aan extreme temperaturen.



Onder 0°C wordt
insuline vernietigd



Boven 40°C verliest
insuline zijn werking

Eénmalig gebruik van pennaalden

- Pennaalden zijn steriel materiaal en mogen bijgevolg maar 1 KEER gebruikt worden. Op elke verpakkingen staat de officiële instructie van de Europese standaard EN 980 die hierop wijst.

- **Hergebruik is dus op eigen risico.**



Wat gebeurt er als de pennaald hergebruikt wordt?

- De punt wordt bot of krom. Dit kan kleine letsels veroorzaken bij de injectie. Deze letsels staan in relatie tot een verhoogd risico op vorming van lipodystrofie.
- Het glijmiddel verdwijnt, waardoor de injectie minder comfortabel wordt.
- De naald kan buigen of afbreken en in het lichaam achterblijven.

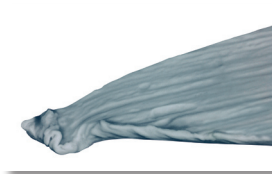
Hieronder ziet u vergrootte foto's van hergebruikte pennaalden.*



Nieuwe pennaald
370x vergroot



Hergebruikte pennaald
370x vergroot



Hergebruikte pennaald
2000x vergroot

*Foto's uit de Dieter Look en Kenneth Strauss studie: "Nadeln mehrfach verwenden?" Diabetes journal 1998,10:S31-34



Eénmalig gebruik van pennaalden

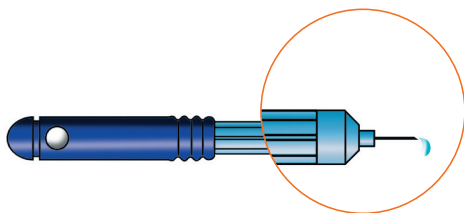
Hergebruik van pennaalden kan schommelingen veroorzaken in de glucosewaarden.

Als een pennaald op de pen blijft zitten tussen de injecties, laat dit een doorgang open voor insuline of lucht.



Afhankelijk van de temperatuurschommelingen kan het volgende gebeuren:

- In een **WARMERE** omgeving kan insuline uitzetten en uit het patroon lekken. Hierdoor kan de samenstelling van de resterende insuline wijzigen en bij een volgende injectie een verkeerde concentratie van insuline geïnjecteerd worden.
- Indien men in een **KOUDE** omgeving komt, gaat insuline krimpen en kan er via de naald een luchtbel in het patroon komen. Dit verlengt de tijd die nodig is om een volledige dosis te injecteren. Als er geen rekening gehouden wordt met deze langere wachttijd, bestaat het risico dat **NIET** de volledige dosis insuline geïnjecteerd wordt. Hierdoor kunnen schommelingen in de glucosewaarden veroorzaakt worden.



Luchtbel 200µl



Lipodystrofie

Lipodystrofie of kortweg “lipo” is een zwelling van het vetweefsel op die plaatsen waar insuline ingespoten wordt. Lipo's komen frequent voor bij mensen die insuline injecteren, onafhankelijk van de leeftijdscategorie. Ze kunnen verschillend zijn van grootte en vorm en worden sneller gevoeld dan dat ze visueel worden waargenomen.

Het onvoldoende of niet roteren binnen de injectiezone of hergebruik van pennaalden kan dit fenomeen verergeren. Door hergebruik van de naald kan de naaldpunt beschadigd raken, wat bij het injecteren letsel veroorzaakt aan de huid. Er zijn aanwijzingen dat deze letselvorming bijdraagt tot de ontwikkeling van lipo's.

Het is daarom belangrijk om regelmatig de spuitplaatsen te controleren want lipo's kunnen de oorzaak zijn van een ontregelde diabetes. De geïnjecteerde insuline wordt in de lipo opgeslagen en onregelmatig afgegeven aan het lichaam.

Het gevolg : onverklaarbaar lage en/of hoge bloedglucosewaarden.



Een lipo in de buik van een 12-jarige jongen



Een lipo in een buik van een 48 jarige man

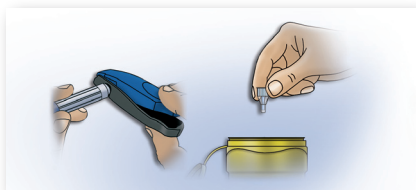
Weggooiën van het materiaal na gebruik

De veiligheid van onze omgeving is belangrijk voor ons allen. Iedereen kan hieraan meehelpen door er o.a. voor te zorgen dat gebruikte naaldjes op een veilige manier weggegooid worden.

Hiervoor kan u gebruik maken van de BD Safe-Clip™ om de naald af te knippen.*



Verwijder de rest door met het doorzichtige buitenkapje de naald er af te draaien. Gooi het geheel in een naaldencontainer.



Wanneer de container vol is, volg dan de plaatselijke afvalrichtlijnen inzake wegwerpen van naaldencontainers.

** De BD Safe-Clip™ is enkel bestemd voor individueel gebruik .*

BD Micro-Fine™+ pennaalden passen op ALLE insulinepennen

Maakt u graag kennis met de BD Micro-Fine™+ pennaalden?
Vraag nu een GRATIS PROEFZAKJE:



□ BD Micro-Fine™+ 5mm pennaalden

Product 320794

ZI 15029026

CNK 2210-102



□ BD Micro-Fine™+ 8mm pennaalden

Product 320792

ZI 15029034

CNK 2210-094



□ BD Micro-Fine™+ 12,7mm pennaalden

Product 320790

ZI 15029042

CNK 2210-110

België

Tel: 053/720 300

Fax: 053/720 301

Nederland

Tel: 020/582 94 22

Fax: 020/582 94 23

E-mail: diabetes_healthcare_bnl@europe.bd.com

Andere beschikbare brochures:

Leven met diabetes
Zwangerschap en diabetes
Hypoglycemie / Hyperglycemie
10 vragen over lipodystrofie
Mijn diabetes ontregeld door een lipo
Keuze van de injectieplaats
Voeten, preventieve verzorging
Denk twee keer na voor u tweemaal gebruikt

Bezoek ook onze websites
www.bddiabetes.nl - www.bddiabetes.be



BD Medical - Diabetes Care
Erembodegem - Dorp 86
B - 9320 Erembodegem
België