

Τεχνική χορήγησης
ινσουλίνης με πένα & συνήθη λάθη
στην καθημερινή πρακτική



Επιμέλεια:
Αναστάσιος Καϊσίδης
Μαλαματένια Κουμάκη

Επισκέπτες Υγείας
Διαβητολογικό Κέντρο
Βενιζελείου Γ. Ν. Ηρακλείου



Την πένα ινσουλίνης που χρησιμοποιώ,
τη διατηρώ σε θερμοκρασία δωματίου.

Τη βάζω σε δροσερό και σκιερό
μέρος.

Η ινσουλίνη διατηρεί την
δραστηκότητά της, ανάλογα με την
ινσουλίνη, από 4-8 εβδομάδες, εφόσον
φυλάσσεται σε θερμοκρασία δωματίου
(παρακαλώ συμβουλευθείτε το Φύλλο
Οδηγιών Χρήσης)



Τις πένες που δεν έχω
χρησιμοποιήσει ακόμη, τις
αποθηκεύω στην πόρτα του ψυγείου
χαμηλά.

2



Βγάζω από το ψυγείο μια νέα πένα που
σκοπεύω να χρησιμοποιήσω για πρώτη
φορά, 2 ώρες πριν την ώρα της ένεσης.

Η συντήρηση σε ακραίες θερμοκρασίες
προκαλεί φθορά και εξασθενεί
τη δράση της ινσουλίνης.

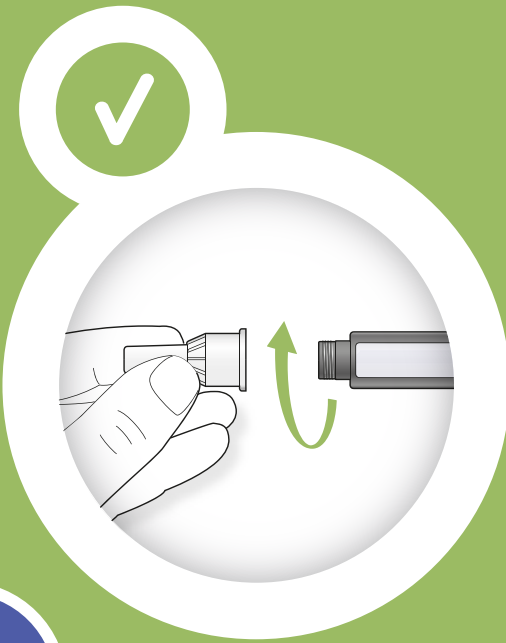


3



Η ψύξη στα ράφια του ψυγείου
είναι δυνατότερη.

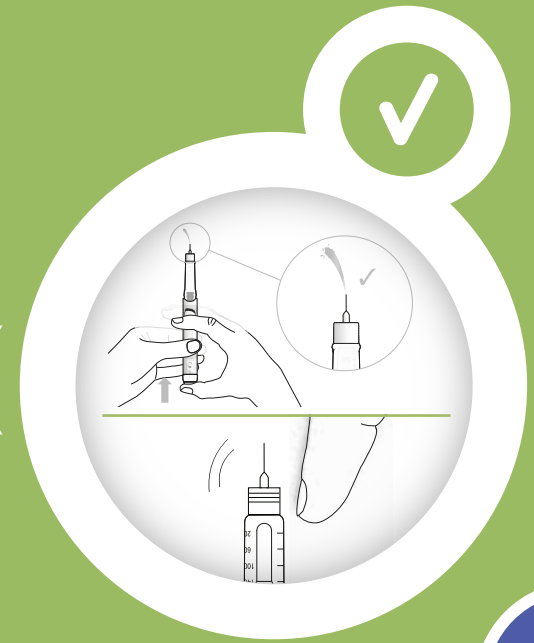




Αφαιρώ την ταινία που καλύπτει τη βελόνα και τη βιδώνω ευθεία στην πένα.

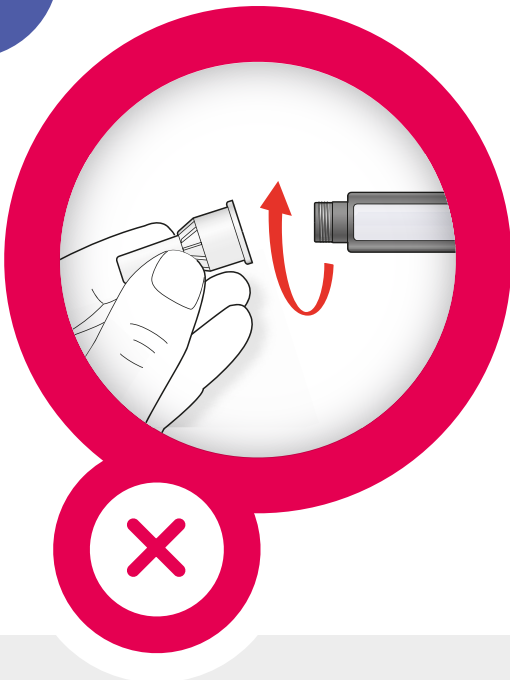
Όταν χρησιμοποιώ μία καινούργια πένα για πρώτη φορά, απορρίπτω προς τα πάνω 6 μονάδες, για να φύγει ο αέρας που πιθανόν υπάρχει στην πένα.

Κάθε φορά που χρησιμοποιώ μια νέα βελόνα, εκτελώ τη δοκιμή ασφαλείας μετρώντας 2 μονάδες και πιέζοντας το έμβολο στον αέρα, ώστε να βγει ινσουλίνη από την άκρη της βελόνας. Αφού εμφανισθεί ινσουλίνη στην άκρη της βελόνας, ρυθμίζουμε τη δόση και κάνουμε κανονικά την ένεση.



4

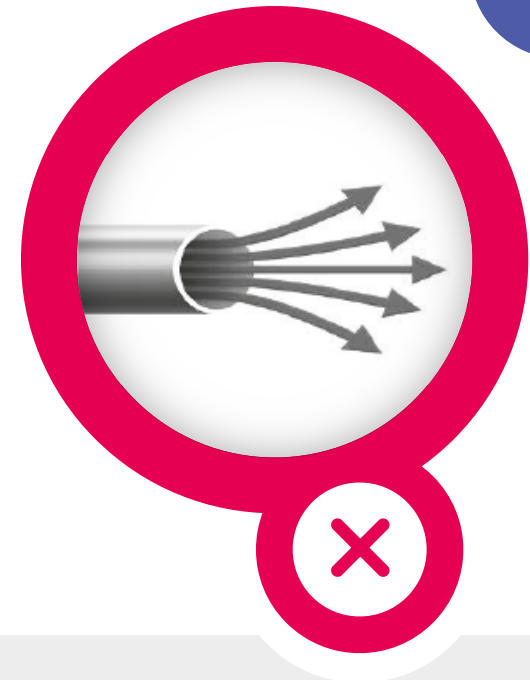
5

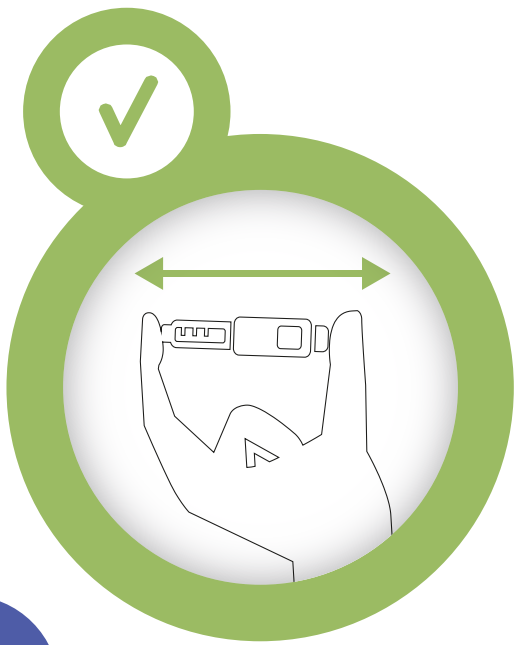


Αν δεν βιδώσω τη βελόνα ευθεία πάνω στην πένα, ενδέχεται να στραβώσει και να μη γίνει σωστά η χορήγηση της ινσουλίνης.

Αν δεν γίνει η δοκιμή ασφαλείας και δεν αφαιρεθούν οι φυσαλίδες αέρα που υπάρχουν στην πένα, ενδεχομένως να μη χορηγηθεί σωστά η επιλεγμένη δόση ινσουλίνης.

Επίσης, δεν μπορούμε να καταλάβουμε αν η βελόνα δουλεύει σωστά.





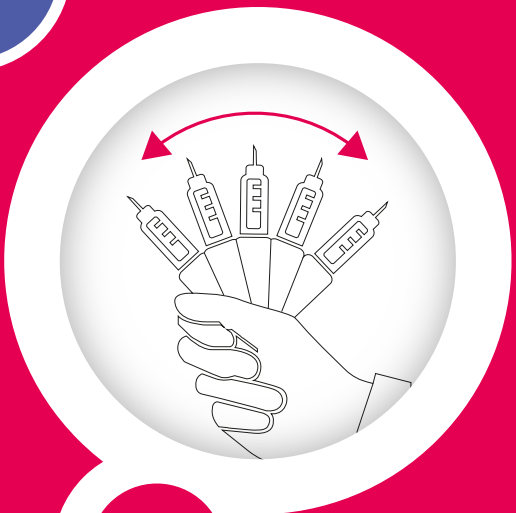
Αν χρησιμοποιώ μίγμα ινσουλίνης, πριν την ένεση, ανακινώ την πένα δεξιά-αριστερά με σταθερή ταχύτητα προς κάθε φορά.

Απολυμαίνω την περιοχή της ένεσης με οινόπνευμα.



6

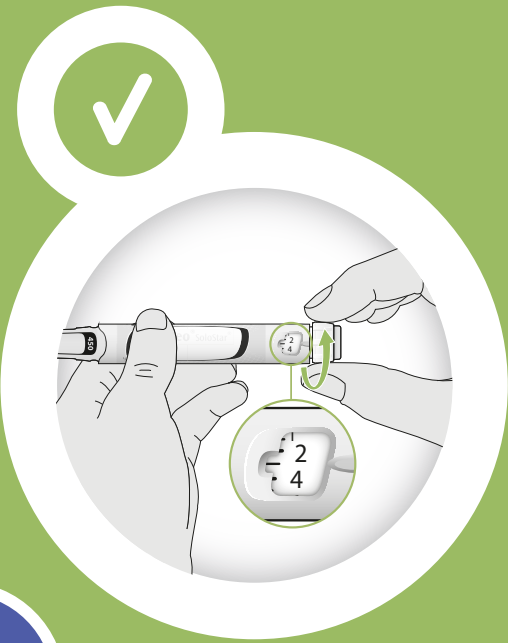
7



Αν η πένα δεν ανακινείται με τον σωστό τρόπο μπορεί να οδηγήσει σε χορήγηση διαφορετικής δόσης ινσουλίνης κάθε φορά.

Η χρήση μεγάλης ποσότητας οινόπνευματος σκληραίνει το δέρμα και η βελόνα μπαίνει πιο δύσκολα στο δέρμα.





Στρίβω τον επιλογή δόσης, ώστε να φανεί στο παραθυράκι το νούμερο των μονάδων που θα κάνω.

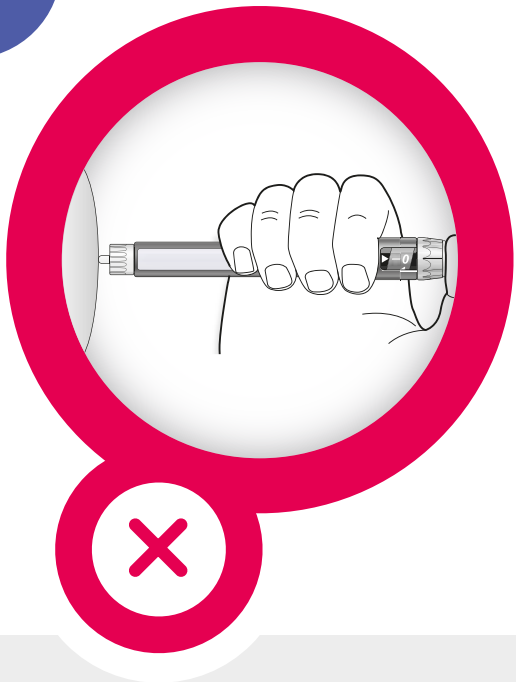
ΠΡΟΣΟΧΗ

Αφαιρώ πάντα και τα 2 καπάκια της βελόνας.

Οι βελόνες ινσουλίνης είναι αυστηρά μίας χρήσεως.



8

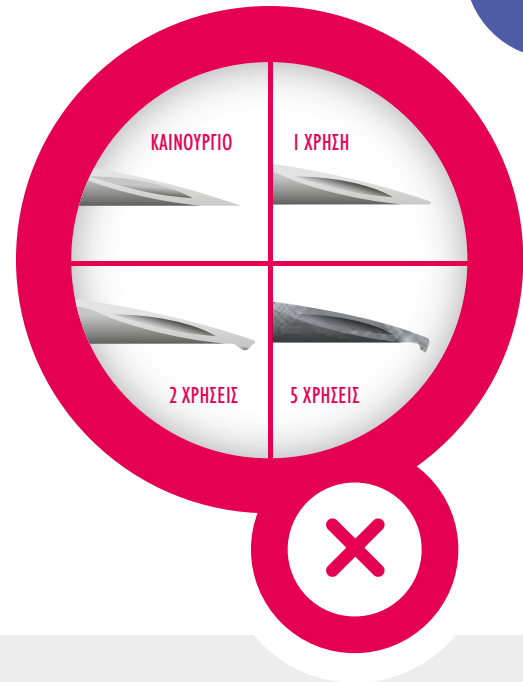


ΠΡΟΣΟΧΗ

Η δόση φαίνεται μέσα στο παραθυράκι.

Αν δεν βγουν και τα δύο καπάκια δεν χορηγείται καθόλου ινσουλίνη!!!!

Αν χρησιμοποιώ πολλές φορές το ίδιο βελονάκι, η μύτη λυγίζει και παίρνει τη μορφή άγκιστρου. Επίσης μπορεί να βουλώσει λόγω κρυσταλοποίησης της ινσουλίνης.



9





Ανασηκώνω το δέρμα χαλαρά
Δεν πιέζω την πτυχή που
δημιουργείται.

Η ινσουλίνη χρειάζεται
να χορηγείται στον υποδόριο
ιστό και όχι ενδομυϊκά.

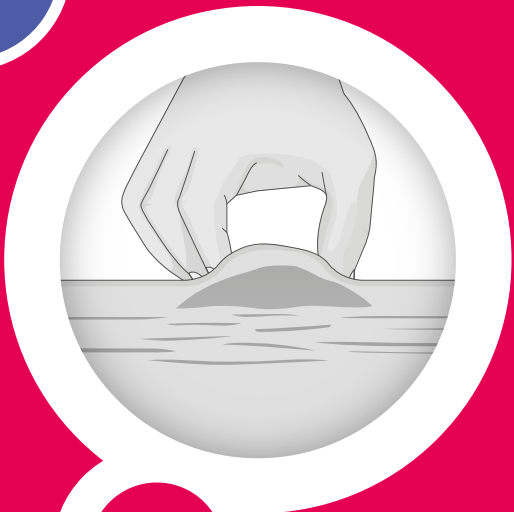
Κρατάω την πένα σταθερή μέσα
στη γροθιά μου και βάζω τη βελόνα
κάθεται στο σώμα.

Έτσι, η έγχυση του φαρμάκου
θα γίνει στο σωστό σημείο,
δηλαδή τον υποδόριο ιστό.



10

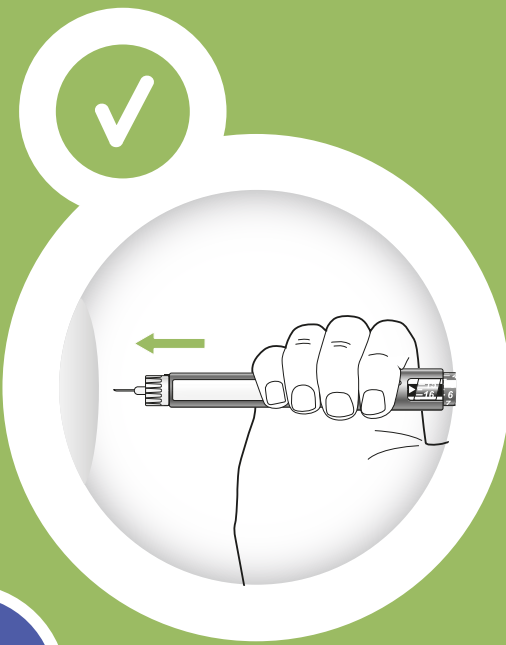
11



Αν πιέσω πολύ το δέρμα μπορεί
να ανασηκωθεί και ο μυς και η ένεση
να γίνει ενδομυϊκά.

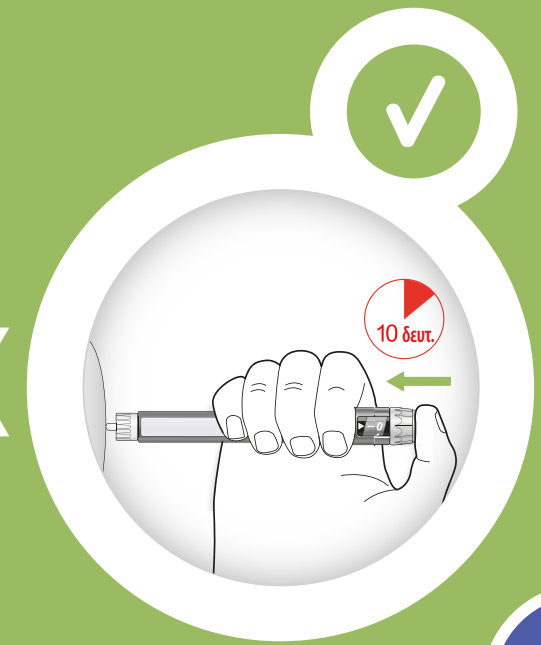
Αν η βελόνα μπει διαγώνια στο σώμα,
μπορεί η ινσουλίνη να χορηγηθεί
ενδοδερμικά και έτσι δεν θα δράσει
όπως πρέπει.





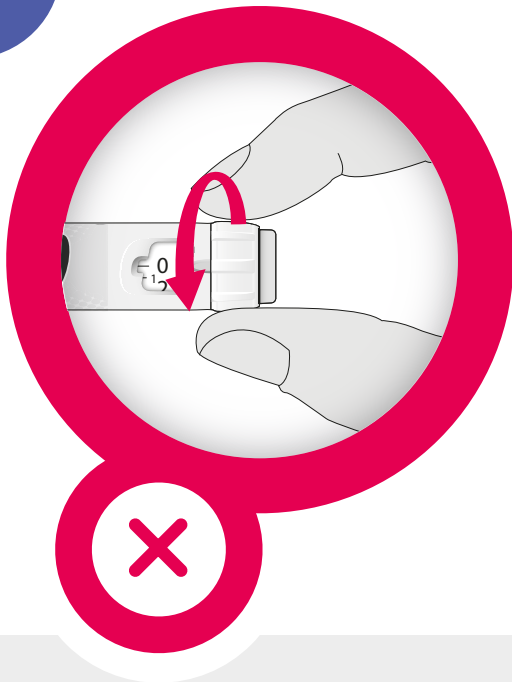
Πιέζω το έμβολο προς τα μέσα μέχρι να γυρίσει το νούμερο στο παραθυράκι στο μηδέν. Έτσι θα έχει μπει στο σώμα όλη η δόση της ινσουλίνης.

Αφού μπει όλο το φάρμακο στο σώμα, όταν δηλαδή η ένδειξη στο παράθυρο δόσης επιστρέψει στο μηδέν, αρχίζω να μετράω μέχρι το 10 και μετά αφαιρώ την πένα από το σημείο της ένεσης.



12

13



Αν αντί να πιέσω το έμβολο προς τα μέσα, το περιστρέψω προς τα αριστερά δεν χορηγώ ΚΑΘΟΛΟΥ ινσουλίνη!

Αν αφαιρέσω την πένα από το σημείο της ένεσης αμέσως μόλις η ένδειξη στο παράθυρο δόσης επιστρέψει στο μηδέν, τότε μέρος της δόσης θα χυθεί στον αέρα, άρα θα έχω κάνει μικρότερη δόση.



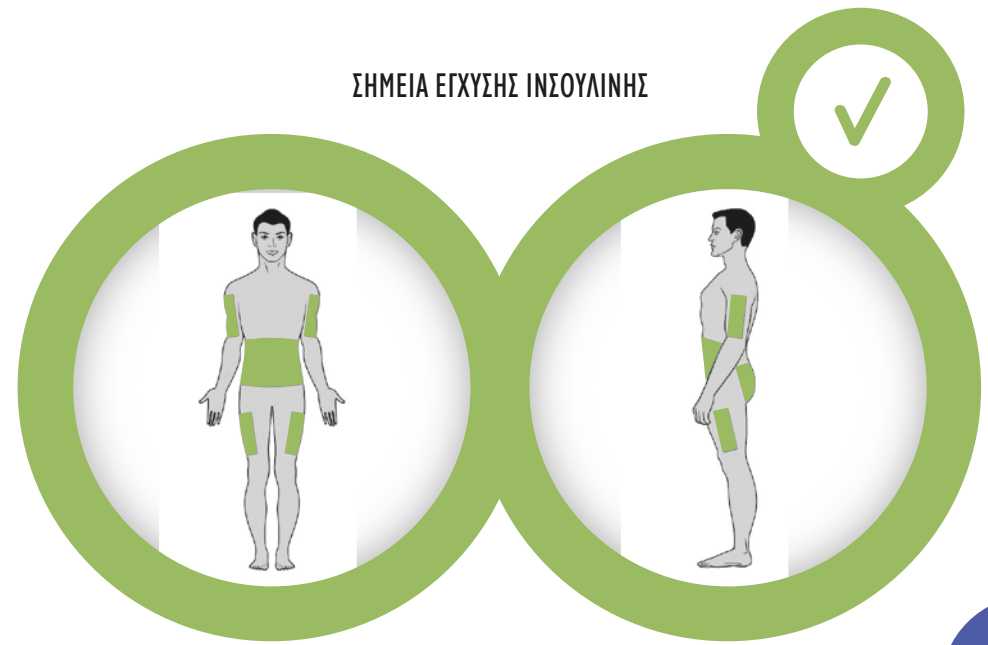


Βάζω το μεγάλο καπάκι.

Ξεβιδώνω τη βελόνα και την πετάω σε ασφαλές δοχείο.

Στη συνέχεια κλείνω την πένα με το καπάκι της και τη φυλάω.

ΣΗΜΕΙΑ ΕΓΧΥΣΗΣ ΙΝΣΟΥΛΙΝΗΣ



14

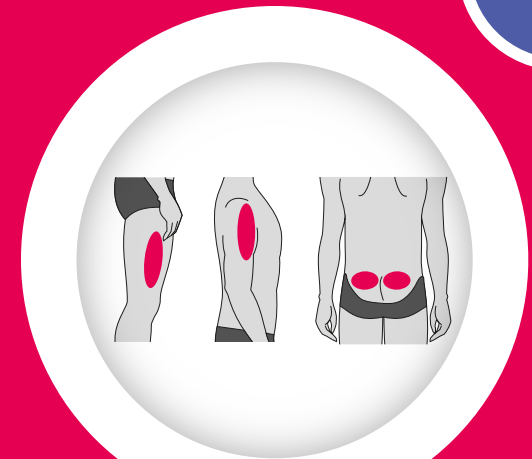
15

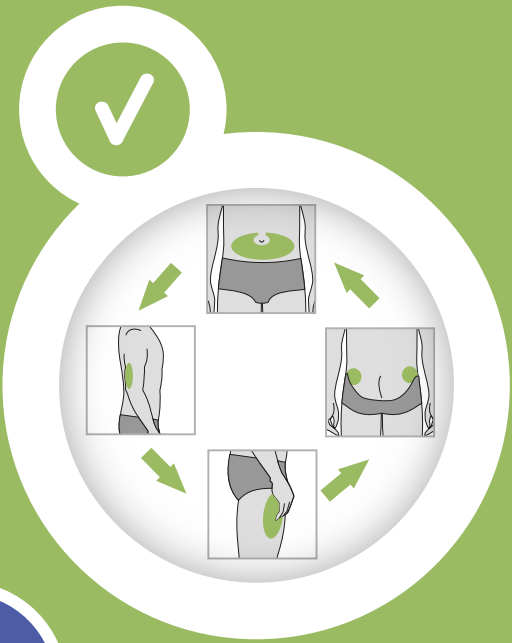


Δεν πετάω τις βελόνες στα κοινά οικιακά σκουπίδια.

Υπάρχει κίνδυνος κάποιος να τρυπηθεί και να τραυματισθεί ή να μολυνθεί.

Κίνδυνος ενδομυϊκής ένεσης.
Μη προβλέψιμη απορρόφηση της ινσουλίνης.





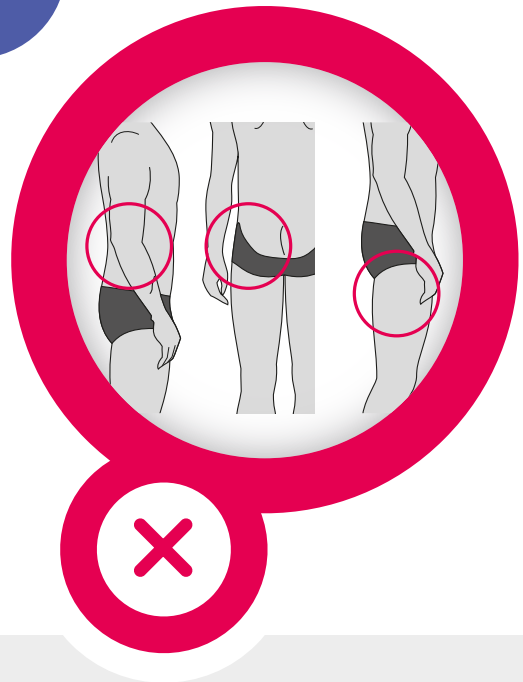
Η ένεση πρέπει να γίνεται κάθε φορά σε διαφορετικό σημείο.



ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΙΝΣΟΥΛΙΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

16

17



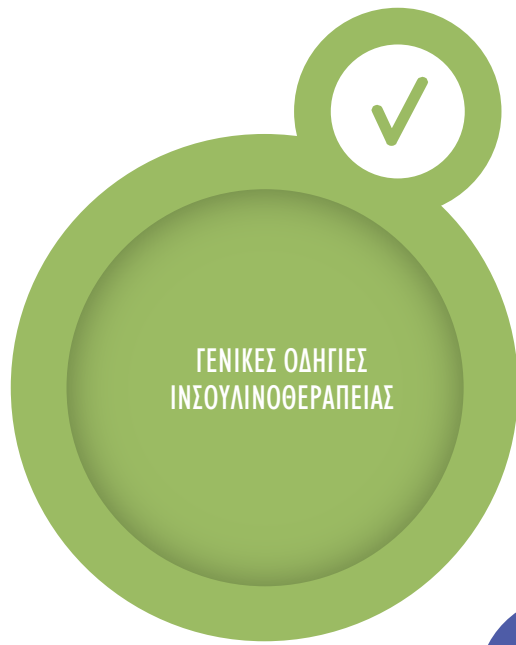
Αν η ένεση γίνεται διαρκώς στο ίδιο σημείο, μπορεί να δημιουργηθούν λιπώματα (σκληρίες) και να υπάρχει απρόβλεπτη απορρόφηση της ινσουλίνης.





- Η ινσουλίνη είναι φάρμακο και έτσι πρέπει να αντιμετωπίζεται
- **ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΑΙΧΝΙΔΙ**
Φυλάσσεται μακριά από παιδιά
- Ελέγχω την ημερομηνία λήξης, ειδικά όταν χρησιμοποιώ νέα πένα
- Ελέγχω την πένα πριν τη χορήγηση για φθορές, σπασίματα ή φυσαλίδες αέρα
- Κάνω την ινσουλίνη σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού μου και όχι των συγγενών και φίλων

- Κάνω το είδος της ινσουλίνης που ο γιατρός μου συνταγογράφησε
- Κάνω την ένεση την ώρα που μου συνέστησε ο γιατρός και όχι όποτε με βολεύει
- Ενημερώνω τον γιατρό μου για κάθε αλλαγή στον τρόπο ζωής μου π.χ. έναρξη γυμναστηρίου, αλλαγή ωραρίου εργασίας
- Για οτιδήποτε έκτακτο με ανησυχεί όπως ασθένεια, κάποιο δυσάρεστο γεγονός κλπ, ενημερώνω άμεσα το γιατρό μου
- Συζητώ με τη θεραπευτική ομάδα οτιδήποτε με απασχολεί

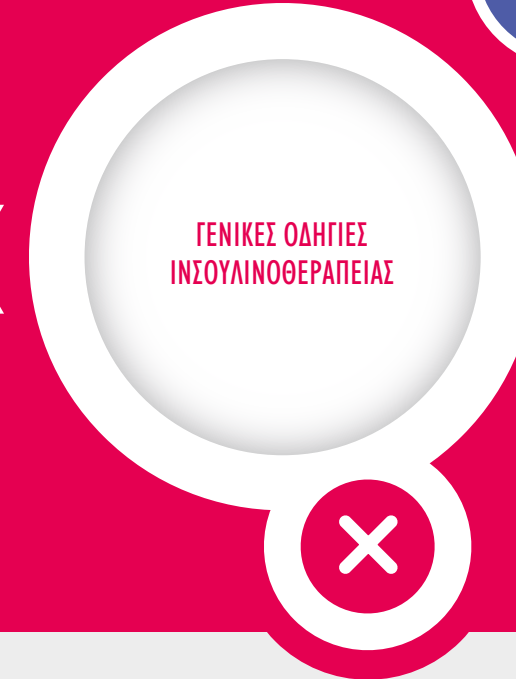


ΠΡΟΣΟΧΗ

ΔΕΝ μπερδεύω ποτέ την βραδείας δράσης ινσουλίνη με την ταχείας δράσης ή το μίγμα ινσουλίνης. Κάθε ινσουλίνη έχει συγκεκριμένο χρόνο δράσης.

Κάθε οργανισμός είναι διαφορετικός γι' αυτό και κάθε θεραπεία μπορεί να έχει διαφορετικά αποτελέσματα στον καθένα:

- **ΔΕΝ** συγκρίνω ποτέ τα αποτελέσματα της θεραπείας μου, με τη θεραπεία τρίτων
- **ΔΕΝ** σταματώ τη θεραπεία με ινσουλίνη ή με άλλα φάρμακα από μόνος μου χωρίς τις οδηγίες του γιατρού
- **ΔΕΝ** αποκρύπτω από τη θεραπευτική ομάδα καταστάσεις και γεγονότα που αφορούν τα σάκκαρά μου, υπό το φόβο κυρίως της επίπληξης



ΟΔΗΓΙΕΣ
ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ

Κατά τη μεταφορά της ινσουλίνης πρέπει να προσέχω τις οδηγίες συντήρησης:

- Η πένα που χρησιμοποιώ πρέπει να είναι σε ασφαλές σημείο και το υπόλοιπο κουτί μέσα σε ισοθερμική συσκευασία (διατίθεται από τις εταιρείες ή το εμπόριο) μέχρι να φτάσω στον προορισμό μου και βάλω το κουτί ξανά στο ψυγείο

- Για να πάρω μαζί μου σε χειραποσκευή στο αεροπλάνο τις βελόνες και την πένα ινσουλίνης μου χρειάζομαι βεβαίωση γιατρού
- Σε κάθε ταξίδι, ιδιαίτερα εκτός Ελλάδος, παίρνω μαζί μου όσες πένες θα μου χρειαστούν και μία επιπλέον για ασφάλεια

ΟΔΗΓΙΕΣ
ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ

20

21

ΟΔΗΓΙΕΣ
ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ

Δεν αφήνω την βελόνα ποτέ πάνω στην πένα μετά την χορήγηση της ινσουλίνης, ιδιαίτερα δε αν ταξιδεύω με αεροπλάνο. Είναι πιθανό λόγω διαφοράς πίεσης στην καμπίνα να χυθεί έξω ποσότητα ινσουλίνης.





ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ

- Μαθαίνω να αναγνωρίζω τα συμπτώματα της υπογλυκαιμίας. Αντιμετωπίζω σωστά την υπογλυκαιμία με τον “κανόνα των 15”
- Αν έχω κοντά μου τον μετρητή σακχάρου επιβεβαιώνω πρώτα ότι έχω υπογλυκαιμία, δηλαδή σάκχαρο χαμηλότερο από 70 mg%
- Αν δεν έχω μετρητή κοντά μου αντιμετωπίζω την κατάσταση σαν υπογλυκαιμία

A >

Παίρνω αμέσως 15γρ. γρήγορου υδατάνθρακα π.χ 2-3 φακελάκια ζάχαρη ή 1 κουταλιά της σούπας μέλι (ή ζάχαρη) ή ½ ποτήρι χυμό ή 3-4 δισκία γλυκόζης ή ½ κουτάκι κανονικό αναψυκτικό (όχι τύπου light)

B >

Περιμένω 15 λεπτά και μετρώ ξανά το σάκχαρο. Αν και πάλι είναι κάτω από 70 mg% παίρνω πάλι 15γρ. γρήγορου υδατάνθρακα και επαναλαμβάνω τη μέτρηση μετά από 15 λεπτά

Ενημερώνω πάντα το γιατρό μου για τις υπογλυκαιμίες μου. Έχω μαζί μου πάντα (στο χωράφι, στην οικοδομή, στο αυτοκίνητο, στην αγορά, στο δικαστήριο και όπου αλλού πάω) ένα χυμό ή ταμπλέτες γλυκόζης ή καραμέλες με ζάχαρη. Αν πρόκειται να οδηγήσω, μετρώ το σάκχαρο μου πριν ξεκινήσω και αν είναι χαμηλό τρώω λίγο φαγητό με υδατάνθρακες.





SANOFI DIABETES &
CARDIOVASCULAR



Λ. Συγγρού 348, Κτήριο Α', 17674, Καλλιθέα
Τηλ.: 210 90 01 600, Fax: 210 92 49 088
www.sanofi.gr