



Korrekte Anwendung von Insulin-Pens

Ablauf:

- o Insulinpatrone wechseln: Pen-Kappe abnehmen, Patronenhalter abschrauben, leere Patrone entnehmen
- o Wenn nötig Gewindestange zurückdrehen
- o Neue Patrone in Patronenhalter einsetzen und verschrauben
- o Nadel aufsetzen
- o Pen vor Gebrauch leicht schwenken = aus dem Handgelenk, nicht schütteln
- o Patrone auf Luftblasen prüfen, gegebenenfalls entlüften
- o Benötigte Insulindosis einstellen
- o Wenn nötig Hautfalte bilden: mit 3 Fingern an Oberschenkel, Bauch oder Gesäß bei einer Nadellänge von 4-6 Millimeter meist nicht nötig
- o Je nach Nadellänge senkrecht (bei 8-10 Millimeter Länge) oder im 45° Winkel einstechen
- o Insulindosis durch Knopfdruck injizieren, Knopf bis zum Anschlag drücken
- o 5-10 Sekunden warten, Pen herausziehen
- o Kontrollieren ob Dosis vollständig injiziert wurde
- o Schutzkappe der Nadel aufsetzen und Nadel abschrauben
- o Pen-Schutzkappe aufsetzen

Allgemein:

- Vor dem Wechseln der Patronen und/oder Spritzen immer Hände waschen
- Pen nicht mit aufgesetzter Nadel lagern
- Sollte der Daumendruck nicht ausreichen, kann man einen größeren Nadeldurchmesser zur Injektion probieren
- Entlüften: Pen mit Nadel senkrecht nach oben halten, keine Dosis einstellen und nach oben hin weg spritzen
- Einstichstelle immer variieren
- Lagerung des Pens mit angebrochener Patrone bis zu 4 Wochen außerhalb des Kühlschranks
- Verwendbarkeit eines Pens, je nach Modell: 2-3 Jahre
- Tipp: vor dem Wechseln einer Patrone diese ein paar Stunden früher aus dem Kühlschrank nehmen = Vermeidung von Schmerzen durch zu kalte Injektionslösung

