



# Ihre Apotheke informiert!

Liebe Kundin, lieber Kunde, kommen Sie eigentlich gut mit Ihrem Insulinpen zurecht? Wir haben Ihnen auf diesem Handzettel die wichtigsten Tipps und Tricks zur richtigen Handhabung des Pens zusammengestellt – so können Sie sicher gehen, dass Sie tatsächlich die richtige Insulinmenge bekommen und Ihre Haut keine Schäden davon trägt. Bei Fragen sind wir gerne für Sie da!

Ihr Apothekenteam

## ■ Insulin richtig aufbewahren



Insulin ist eine empfindliche Substanz. Sie sollten daher Ihren Vorrat an Fertigpens bzw. Insulinpatronen im Kühlschrank im Gemüsefach lagern. Den Pen bzw. die Patrone, die Sie gerade benutzen, können Sie bei Raumtemperatur aufbewahren. Bitte achten Sie darauf, Insulin nicht einzufrieren oder zu großer Hitze auszusetzen. Vor dem Spritzen sollte das Insulin Raumtemperatur erreicht haben, damit keine Schmerzen auftreten. Einen neuen Pen bzw. eine neue Patrone sollten Sie daher schon ein bis zwei Stunden vor dem Spritzen aus dem Kühlschrank nehmen.

## ■ Gerollt, nicht geschüttelt



Misch- und Verzögerungsinsuline müssen vor der Anwendung noch vorbereitet werden. Dazu rollen Sie die Patrone oder den Fertigpen 10-mal sanft zwischen den Handflächen hin und her, danach kippen Sie den Behälter 10-mal von oben nach unten. So ist das Insulin ausreichend durchmischt. Bitte schütteln Sie die Patrone **nicht!**

## ■ Kontrolle ist besser

Besonders wenn Sie mehrere Insulinarten verwenden, sollten Sie vor jeder Injektion und vor jedem Patronenwechsel überprüfen, ob Sie den richtigen Pen bzw. die richtige Patrone in der Hand haben. Auch das Aussehen des Insulins sollten Sie kurz überprüfen: Normalinsulin (auch als Alt- oder Humaninsulin bezeichnet) sowie die neueren lang wirksamen Insuline müssen ganz klar sein. Misch- und Verzögerungsinsuline sind trüb, dürfen aber keine Partikel oder Kristalle aufweisen. Luftblasen im Pen verhindern die richtige Dosierung. Sie steigen nach oben, wenn Sie vorsichtig an die Patrone klopfen. Dann können sie bei aufgesetzter Nadel durch die Abgabe von ein bis zwei Einheiten Insulin in die Luft entfernt werden.

## ■ Für den Fall eines Falles



Falls der Pen defekt ist: Bei Fertigpens können Sie einfach einen neuen verwenden. Bei wiederbefüllbaren Pens sollten Sie als schnellen Ersatz Fertigspritzen mit der Kennzeichnung „U-100“ dabei haben, mit denen Sie das Insulin aus der Patrone aufziehen können. Wir können Ihnen die richtigen Spritzen schnell beschaffen, damit Sie für den Notfall ausgerüstet sind.

## ■ Pennadeln sind Einwegartikel

Grundsätzlich sollten Pennadeln nur einmal benutzt werden. Werden die Nadeln häufiger benutzt, können sie sich verbiegen, die Haut schädigen und möglicherweise Infektionen verursachen. Die Insulininjektion kann dann auch schmerzhaft sein. Deshalb gilt: Nach jeder Injektion

sollte die Pennadel entfernt werden. Zumindest sollte aber jeden Tag die Nadel gewechselt werden.

## ■ Nicht defekt, nur verstopft

Mehrfach verwendete Nadeln können aber noch mehr Probleme verursachen: Wird der Pen mit aufgesetzter Nadel gelagert, kann besonders bei schwankenden Temperaturen das Insulin auskristallisieren und die Nadel verstopfen. Das Insulin kann auch auslaufen, außerdem können sich Luftblasen bilden.

## ■ Nicht unendlich verwendbar

Fertigpens und Penpatronen dürfen nur so lange verwendet werden, wie das Verfalldatum angibt, nach Anbruch höchstens vier Wochen. Bei wiederbefüllbaren Pens können die mechanischen Teile verschleiben. Deshalb sollten Sie die Angaben in der Bedienungsanleitung zur Verwendbarkeitsdauer der Pens beachten.

## ■ Sichere Entsorgung



Pennadeln müssen so entsorgt werden, dass sich niemand daran stechen kann. Viele Hersteller bieten durchstichsichere Entsorgungsboxen an, teilweise sind sie sogar den Pennadeln beigefügt. Bitte fragen Sie uns danach! Entleerte Penpatronen und Fertigpens können Sie einfach in den Restmüll werfen.

Apothekenstempel