

Aandachtspunten bij het inspuiten van insuline.

- Troebele (= traagwerkende of mix) insuline steeds goed mengen door de pen een 10 tal keer op en neer te draaien.
- Voor iedere inspuiting steeds purgeren (= lucht verwijderen), dit door 2 E in te stellen en weg te spuiten.
- Dosis instellen: opletten dat je de voorgeschreven dosis correct instelt.
- Steeds de dosis controleren voor je inspuit.
- Niet steeds op dezelfde plaats inspuiten, dus voldoende roteren zoals aangeleerd.
- Goede brede huidplooi maken en naald loodrecht in de plooi brengen.
- Rustig inspuiten en drukknop ingedrukt houden en tot 10 tellen.
- Indien na het inspuiten bloed verschijnt, rustig met een watje licht op de injectieplaats drukken.
- Gebruikte naalden in naaldcontainer gooien. (***Eenmalig gebruik injectie-naalden***)

Hoe insuline bewaren?

- Het is raadzaam de insuline tenminste één uur voor het inspuiten uit de koelkast te nemen. Inspuiten van koude insuline veroorzaakt pijn.
- Reserve insuline penfills moeten bewaard worden in de koelkast (bv in de groentenbak van de koelkast).
- Insuline gaat stuk bij bevriezen. Dus nooit insuline bewaren in het vak vlak naast het vriesvak van de koelkast. Ook bij reizen met het vliegtuig insuline nooit in de bagageruimte plaatsen (hier kunnen namelijk lage vriestemperaturen optreden). De insuline bewaren in de handbagage.
- Hoge temperaturen moeten ook vermeden worden daar de werking zal verminderen en de insuline dus sneller vervalst dan de vermelde einddatum op de verpakking.
- Penfills die in gebruik zijn kunnen maximaal één maand op kamertemperatuur bewaard worden (binnen de houdbaarheidsdatum).
- Nooit de insulinepen bewaren in de koelkast!