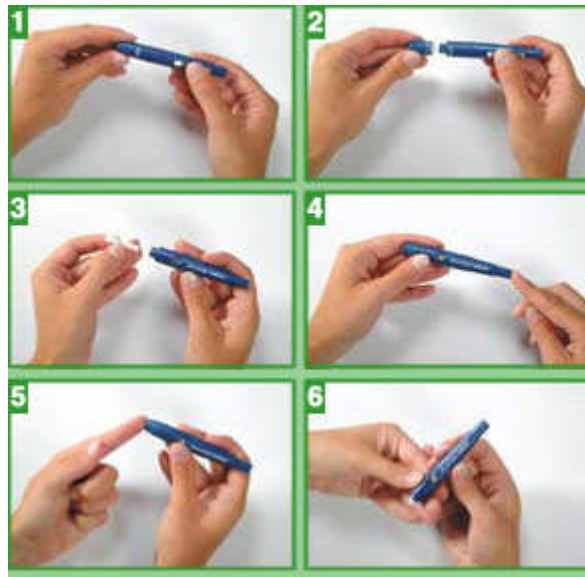


# Diabetes en vingerprik



## Vingerprik



Het afnemen van een bloedmonster is één van de belangrijkste stappen in het verkrijgen van een nauwkeurig resultaat bij een bloedglucosetest.

Hieronder volgen enkele tips voor het afnemen van een bloedmonster in de vinger. Voor het afnemen van een bloedmonster uit de arm, zie de TIP Testen op de arm (AST).

### ♦ Was uw handen

Was uw handen vooraf met warm water en zeep.

De warmte zorgt voor een goede bloeddorstrooming waardoor u gemakkelijker een mooie druppel krijgt. Zweet en/of suikerhoudende stoffen worden op deze manier verwijderd. Droog uw handen goed af. Vermijd overmatig hard stuwten; dat kan de testresultaten beïnvloeden.

### ♦ Wissel de prikplaatsen

Herhaaldelijk prikken op dezelfde plaats kan uw vinger irriteren en eelt veroorzaken.

### ♦ Vermijd pijnzones

Prik aan de zijkant van uw vinger, nooit op de top ervan. Aan de zijkant van uw vinger bevinden zich minder zenuwuiteinden, waardoor het prikken minder pijnlijk wordt. Gebruik nooit tweemaal hetzelfde lancet (naald); een lancet raakt zeer snel bot waardoor het meer moeite heeft om de huid binnen te dringen. En dat is pijnlijker.

### ♦ Ontsmettingsmiddelen

Indien u alcohol of andere ontsmettingsmiddelen gebruikt om uw vingers te ontsmetten, laat die dan goed opdrogen voor u in uw vinger prikt. Overigens is het gebruik van ontsmettingsmiddelen niet noodzakelijk. Handen wassen met warm water en zeep is voldoende.

♦ **Voorkom onderhuidse bloeding**

Nadat bloed op de teststrip is aangebracht, zal onderhuids de bloeding nog even voortduren. Dit kan zorgen voor een minuscule blauwe plek en dus voor irritatie. Om dit te voorkomen kunt u onmiddellijk na het prikken met een doekje precies op de prikplaats duwen. Doe dit totdat de prikplaats geen bloed meer afgeeft op het doekje. Let er op dat u geen druk uitoefent rondom de prikplaats om stuwing en dus extra bloeding te voorkomen.

♦ **Geringe prikdiepte**

Hoe dieper u prikt, des te meer weefselbeschadiging u veroorzaakt. Stel de prikpen in op een zo ondiep mogelijke stand.

Let op: vergeet niet de diepte-instelling van uw prikpen te wijzigen als u ook op uw arm test en daarvoor de prikpen op een diepere instelling heeft staan.

**Gebruik nooit een lancet dat reeds door iemand anders is gebruikt!**

Vragen over Tips of over LifeScan producten: bel ons gratis nummer 0800-15325



[www.lifescan.be](http://www.lifescan.be)