

Algemene zaken bij gebruik van de insulinepomp

Het verwisselen van de naald/katheter

- Haal een ampul insuline één dag voor gebruik uit de koelkast zodat deze op kamertemperatuur is.
Nadat je een ampul hebt aangebroken is deze nog een maand houdbaar.
- Was jouw handen voor het verwisselen van de naald. Desinfecteren van de huid is niet nodig.
- Gebruik voor de huid een neutrale pH zeep en bodylotion.
- Het inbrengen van de naald gaat het beste in een zittende houding.
- De hele buik kan worden gebruikt. Prik niet te dicht onder de ribbenboog en niet vlakbij de navel.
Tevens kun je de naald plaatsen op jouw bovenbeen, onderrug en bil.
- Voor het prikken met het "quick" systeem dien je de huid strak te spannen, en rechtop te prikken.
Verwijder de oude naald pas als de nieuwe naald is ingebracht.
- Altijd één a twee uur na het inbrengen van de naald en aansluiten van de katheter de bloedglucose controleren, daarom het advies om na het avondeten jouw naald niet meer te vervangen, zodat je nog een controlemoment hebt voor de nacht. Na het inbrengen van een nieuw naaldje dien je een bolus vanEH te geven om de canule te vullen.

Hoe te handelen bij een (onverwachte) lage glucose

Ga het volgende na:

- Heb je te weinig koolhydraten gegeten? Of mogelijk een te grote maaltijdbolus gegeven?
- Heb je teveel activiteiten ondernomen of aan sport gedaan?
- Heb je een emotionele situatie meegemaakt?
- Heb je een wisselende insulineresorptie (bijvoorbeeld warm bad/zonnen) gehad?

Wat kun je doen:

- Meet jouw bloedglucose.
- Los de hypo op zoals je gewend bent, met dextro's of limonade.
- Om dextro snel op te kunnen nemen wacht je 10 minuten met het eten van extra koolhydraten.
Vraag bolusadvies voor deze extra koolhydraten.
- Overweeg of je de pomp tijdelijk stop zet of afkoppelt.

Hoe te handelen bij een (onverwachte) hoge glucose

Ga het volgende na:

- Heb je te weinig koolhydraten ingegeven? Of mogelijk vergeten een bolus te geven?
- Heb je te weinig lichaamsbeweging ondernomen?
- Kan jouw menstruatiecyclus of pilgebruik een reden zijn?
- Heb je een emotionele situatie meegemaakt?
- Heb je (nieuwe) medicijnen ingenomen die van invloed kunnen zijn op jouw bloedglucoses?
- Voel je je ziek of heb je koorts?
- Is de insteekopening rood of ontstoken? Zit het naaldje langer dan 2-3 dagen op dezelfde plaats?
- Is jouw pomp te lang afgekoppeld geweest?

Heb je problemen met de insulinepomp:

- Staat de pomp in de stopstand?
- Is de katheter los of zit er lucht in?

- Is de ampul leeg of beschadigd?
- Is de naald eruit? Of is de pleister nat door insulinelekkage?
- Controleer de basaalstand.

Wat kun je doen:

In principe kun je insuline bijgeven zoals de pomp je adviseert op basis van ingestelde koolhydraat/insuline ratio, insulinegevoeligheid en de ingestelde streefwaarde.

De berekening van bovenstaande gaat als volgt:

- Koolhydraat/insuline ratio (de verhouding tussen de grammen koolhydraten die je gaat eten en de hoeveelheid insuline die je daarvoor geeft).
500: totale dagdosis (dus bolus + basaal) = koolhydraat/insuline ratio.
- Insulinegevoeligheid/correctiefactor (dit is hoeveel mmol/l de glucose zakt met 1 eenheid insuline).
100: totale dagdosis (dus bolus + basaal) = insulinegevoeligheid. Dit kan veranderen.

Wanneer bijbolussen nauwelijks resultaat geeft, geef dan het advies van de pomp met de insulinepen. Reageert de bloedglucose nu wel, dan de naald en eventueel infuusslang vervangen. Je spuit elke 2 uur bij tot jouw bloedglucose daalt.

Is de bloedglucose < 13.0 mmol/l, dan stoppen met het extra toedienen van insuline.

Het is raadzaam om veel water te drinken bij hoge bloedglucoses.

Let op: Braken gepaard gaande met hoge bloedglucoses = direct het ziekenhuis bellen!

Perioden zonder pomp

Wanneer je de pomp wil afkoppelen, kan dit met lispro/aspart/glulisine tot een periode van 1 uur, zonder maatregelen te nemen.

Is de pomp korter dan 3 uur afgekoppeld geweest, dan dien je bij het aankoppelen van de pomp, de basale eenheden zonodig in te halen bij een bloedglucosewaarde van > 10.0 mmol/l.

Bij meer dan 3 uur zonder de pomp, dan voor het afkoppelen insuline geven.

Tel bij elkaar op:

- Basaalstand de komende uren dat de pomp afgekoppeld wordt.
- Correctie hoge bloedglucose volgens schema.

Ongeveer 10 gram koolhydraten eten om een directe hypo te voorkomen;

Hanteer voor een maaltijd/tussendoortje jouw eigen bolusschema.

Na 4 uur bovenstaande herhalen en opnieuw een berekening maken hoe je de periode zonder pomp moet overbruggen.

Sporten

- De uitgangswaarde voor het sporten is tussen de 7.0 en 10.0 mmol/l.
- Bij hoge bloedglucosewaarden, >15.0 mmol/l, dien je eerst de bloedsuiker te normaliseren voordat je gaat sporten.
- Het advies is om bij sporten (korter dan 2 uur) de pomp af te koppelen.
- Bij langer dan 2 uur sporten is het advies om de pomp aan te laten en de tijdelijke basale afgifte te gebruiken. De basaalstand wordt voor een bepaalde tijd lager gezet.
- Bij sporten voor een maaltijd: de basale afgifte op 50% en gedurende een periode van 1-2 uur daarna.
- Bij sporten binnen 2 uur na de maaltijd: bolus halveren.

Let op: Na lichamelijke activiteit kan de bloedglucose in de daarop volgende uren verder dalen.

Wees voorzichtig met bijregelen na het sporten.

Opmerking: Bovenstaande richtlijnen kunnen variëren per persoon. Zet de pomp tijdens het afkoppelen niet in de stopstand, maar laat de pomp in de runstand staan. Zo is er de minste kans

dat er lucht in de katheter ontstaat.

Bijzondere omstandigheden

Douchen/bad:

- De pomp afkoppelen.
- Eventueel een dopje op de infuusnaald plaatsen.

Sauna:

- De pomp afkoppelen.
- Eventueel een dopje op de infuusnaald plaatsen.
- Niet langer dan 1-3 uur zonder de pomp (afhankelijk van soort insuline).
- Voor het aansluiten, de bloedglucose meten en zonodig bijregelen met behulp van de boluscalculator.
- Zie “perioden zonder pomp”.

Strandvakantie:

Naar keuze:

- De pomp afkoppelen.
- Zie “perioden zonder pomp”.
- De pomp aanhouden; bij thuiskomst de pomp afspoelen en afdrogen.
- Bij zonnen de pomp niet aan direct zonlicht blootstellen.
- Zon/warmte doet de insuline sneller opnemen.

Zwemmen:

- De pomp afkoppelen.
- Eventueel een dopje op de infuusnaald plaatsen.
- Zie “perioden zonder pomp”.

Vliegen:

- Wanneer je wordt gefouilleerd, meldt dan eerst dat je een insulinepomp draagt!
- Vergeet niet om de tijd van het vakantieland in te programmeren bij aankomst vakantieland.

Elektromagnetische velden:

- Wanneer je een MRI-scan moet ondergaan, dien je de pomp af te koppelen.
- Kom niet te dicht bij radarinstallaties of bepaalde ruimtes in elektriciteitscentrales.
- De controlepoortjes in winkels of op vliegvelden geven geen problemen.

Zomer- en wintertijd:

Net als alle klokken en wekkers, moet je ook de tijd van jouw pomp opnieuw instellen.

Het drinken van alcohol

Alcohol werkt bloedglucoseverlagend, maar vaak pas na enkele uren.

Wanneer je alcoholische dranken nuttigt die koolhydraten bevatten voer je de koolhydraten in en vraag je bolusadvies. Daarnaast verlaag je de basaalstand tijdelijk. Elke eenheid alcohol die je gebruikt verlaag je de basaalstand 1 uur naar 60-70%. Dus als je 2 eenheden alcohol nuttigt dan zet je de basaalstand 2 uur op 60-70%

Als je alcohol gebruikt waarin geen koolhydraten zitten, dan hoeft je geen koolhydraten in te voeren, maar moet je wel jouw basaalstand tijdelijk verlagen.

Controleer in ieder geval regelmatig jouw bloedglucose.

Bij technische problemen

Bij technische problemen kun je 24 uur per dag contact opnemen met de leverancier van jouw insulinepomp.

Bereikbaarheid van de diabetesverpleegkundige

De diabetesverpleegkundige bevindt zich op de diabetespoli (1e etage), route 64. Bij vragen of problemen kun je contact opnemen met de diabetespoli, wij houden telefonisch spreekuur op de volgende tijden:

Maandag t/m vrijdag telefoonnummer 040 - 286 40 20
8.30 - 12.00 uur

Buiten het telefonisch spreekuur zijn wij, voor dringende vragen of problemen, bereikbaar:

Maandag t/m vrijdag telefoonnummer 040 - 286 40 40
12.00 - 16.30 uur (De portier verbindt je dan door met ons)

Buiten kantoortijd (na 16.30 uur) en in de weekenden kun je bij spoed contact opnemen met de spoedeisende hulp (SEH).

Spoedeisende hulp telefoonnummer 040 - 286 48 34

Wij zijn ook te bereiken via:

Faxnummer: 040 - 286 40 49

E- mail: diabetes@st-anna.nl

Voor meer informatie kun je de website van het Anna Ziekenhuis bezoeken; www.annaziekenhuis.nl

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/dia006-praktische-informatie-voor-insulinepompgebruikers/
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



DIA006
03-01-2021