



*St. Anna Ziekenhuis*



## **Informatie voor de insulinepompgebruiker**

**Anna.** Liefde voor leven.

---

## Inhoudsopgave

Algemene zaken bij gebruik van de insulinepomp	blz 3
Hoe te handelen bij een (onverwachte) lage glucose	blz 3
Hoe te handelen bij een (onverwachte) hoge glucose	blz 4
Perioden zonder pomp	blz 6
Sporten	blz 7
Bijzondere omstandigheden	blz 7
Contact technische problemen	blz 9
Contact diabetespoli	blz 10

---

## **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 u een ampul heeft aangebroken is deze nog een maand houdbaar.
- Was uw 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 kunt u de naald plaatsen op uw bovenbeen, onderrug en bil.
- Voor het prikken met het “quick” systeem dient u 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 uw naald niet meer te vervangen, zodat u nog een controlemoment heeft voor de nacht. Na het inbrengen van een nieuw naaldje dient u een bolus van .....EH te geven om de canule te vullen.

### **Hoe te handelen bij een (onverwachte) lage glucose**

#### **Ga het volgende na:**

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

---

zonnen) gehad?

**Wat kunt u doen :**

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

**Hoe te handelen bij een (onverwachte) hoge glucose**

**Ga het volgende na:**

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

---

### Heeft u 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 kunt u doen?

In principe kunt u insuline bijgeven zoals de pomp u 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 u gaat eten en de hoeveelheid insuline die u 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. U spuit elke 2 uur bij tot uw bloedglucose daalt.

Is de bloedglucose < 3.0 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 u de pomp wil afkoppelen, kan dit met *Humalog/Novorapid/Apidra/Fiasp* tot een periode van 1 uur, zonder maatregelen te nemen.

Is de pomp korter dan 3 uur afgekoppeld geweest, dan dient u bij het aankoppelen van de pomp, de basale eenheden zodanig 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 uw eigen bolusschema.

Na 4 uur bovenstaande herhalen en opnieuw een berekening maken hoe u 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, dient u eerst de bloedsuiker te normaliseren voordat u 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 u wordt gefouilleerd, meldt dan eerst dat u een insulinepomp draagt!
- Vergeet niet om de tijd van het vakantieland in te programmeren bij aankomst vakantieland

**Elektromagnetische velden:**

- Wanneer u een MRI-scan moet ondergaan, dient u 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 u ook de tijd van uw pomp opnieuw instellen.

**Het drinken van alcohol**

Alcohol werkt bloedglucoseverlagend, maar vaak pas na enkele uren. Wanneer u alcoholische dranken nuttigt die koolhydraten bevatten voert u de koolhydraten in en vraagt u bolusadvies. Daarnaast verlaagt u de basaalstand tijdelijk. Elke eenheid alcohol die u gebruikt verlaagt u de basaalstand 1 uur naar 60-70%. Dus als u 2 eenheden alcohol nuttigt dan zet u de basaalstand 2 uur op 60-70%

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

Controleer in ieder geval regelmatig uw bloedglucose.

**Bij technische problemen**

Bij technische problemen kunt u 24 uur per dag contact opnemen met de leverancier van uw insulinepomp. Heeft u een pomp van:

**Medtronic** dan is het telefoonnummer: **0800-905805**

**Roche** dan is het telefoonnummer: **0800-0220585**

**Kaleido** dan is het telefoonnummer: **088-9955858**

---

## **Bereikbaarheid van de diabetesverpleegkundige**

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

**Maandag t/m vrijdag**                      **telefoonnummer 040 - 286 4020**  
**8.30 - 12.00 uur**

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

**Maandag t/m vrijdag**                      **telefoonnummer 040 - 2864040**  
**12.00 - 16.30 uur**                      **(De portier verbindt u dan door met ons)**

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

**Spoedeisende hulp**                      **telefoonnummer 040 - 2864834**

Wij zijn ook te bereiken via:

Faxnummer:                      040 - 286 4049

E-mail:                              diabetes@st-anna.nl

Voor meer informatie kunt u de website van het St. Anna Ziekenhuis bezoeken; [www.st-anna.nl](http://www.st-anna.nl)

---

## **Notities**

Heeft u na het lezen van deze folder vragen? Wij raden u aan ze hier op te schrijven. Zo weet u zeker dat u ze niet vergeet.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**St. Anna Ziekenhuis**

**Locatie Geldrop**

Bogardeind 2  
5664 EH Geldrop

**Locatie Eindhoven**

Antoon Coolenlaan 1-03  
5644 RX Eindhoven

T 040 - 286 4040

**COLOFON**

Opmerkingen, suggesties of  
aanvullingen op de folder  
kunt u kenbaar maken bij  
patiëntenvoorlichting:  
patiëntenvoorlichting@st-anna.nl

[www.st-anna.nl](http://www.st-anna.nl)

**DIAB006  
06-18**