



St. Anna Ziekenhuis



Informatie voor de omnipodgebruiker

Anna. Liefde voor leven.

Inhoudsopgave

Algemene zaken bij gebruik van de omnipod	blz 3
Hoe te handelen bij een (onverwachte) lage glucose	blz 4
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 9

Deze folder bevat praktische informatie voor de omnipod-gebruiker.

Met het woord 'pod' in deze folder bedoelen we het apparaatje (insulinereservoir, canule en pomp ineen) wat op uw huid vast zit. Met 'PDM' (personal Diabetes Manager), bedoelen we de afstandsbediening waar u de glucoses mee meet en uw bolusadvies krijgt. De PDM stuurt de pod draadloos aan.

Algemene zaken bij gebruik van de omnipod

Het verwisselen van de naald/catheter

- Haal een ampul insuline 1 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/catheter. Desinfecteren van de huid is niet nodig.
- Gebruik voor de huid een neutrale pH zeep en bodylotion.
- Als u de pod op uw buik plaatst gaat dit het beste in een zittende houding.
- De hele buik kan worden gebruikt. Plaats de pod niet te dicht onder de ribbenboog en niet vlakbij de navel. Tevens kunt u de pod plaatsen op uw bovenbeen, onderrug, bil en op uw bovenarm.
- Leg uw hand over de pod en pak een huidplooi, waarna u de canule inschiet. Ga na het plaatsen met de vinger langs de pleister om de pod goed aan te laten sluiten aan de huid.
- Altijd 1 à 2 uur na het inbrengen van de pod uw bloedglucose controleren. Daarom het advies om na het avondeten uw pod niet meer te vervangen, zodat u nog een controlemoment heeft voor de nacht.
- Zorg dat u binnen 60 minuten na het vullen van de pod, de nieuwe pod activeert.

Hoe te handelen bij een (onverwachte) lage bloedglucose

Ga het volgende na:

- Heeft u te weinig koolhydraten gegeten, of heeft u mogelijk een te grote maaltijdbolus gegeven?
- Heeft u te veel 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 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 PDM tijdelijk onderbreekt.

Hoe te handelen bij (onverwachte) hoge bloedglucose

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?
 - Heeft u te lang geen insuline gehad?

Ga na of er sprake is van pod of PDM problemen:

- Staat de PDM in de onderbreekstand?
- Geeft de pod/PDM een alarm?
- Zit de naald/canule nog goed?
- Controleer uw 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.

Wanneer bijbolussen nauwelijks resultaat geeft, geef dan het advies van de PDM met de insulinepen. Reageert de bloedglucose nu wel, dan de pod vervangen. U spuit elke 2 uur bij tot de 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 u de Omnipod wilt onderbreken, kan dit met *Humalog/Novorapid/Apidra/Fiasp* tot een periode van 1 uur, zonder maatregelen te nemen.

Is de Omnipod korter dan 3 uur onderbroken geweest, dan dient u bij het herstarten van de Omnipod, de basale eenheden zonodig te herhalen bij een bloedglucosewaarde van > 10.0 mmol/l.

Bij meer dan 3 uur zonder insulinetoediening, dan voor het onderbreken van de Omnipod insuline geven.

Tel bij elkaar op:

- Basaalstand de komende uren dat de Omnipod onderbroken 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 3 uur bovenstaande herhalen en opnieuw een berekening maken hoe u de periode zonder insuline moet overbruggen.

Sporten

- De uitgangswaarde vóór 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 te onderbreken.
- Bij langer dan 2 uur sporten is het advies om de tijdelijke basale afgifte te gebruiken. De basaalstand wordt voor een bepaalde tijd lager gezet.
- Bij sporten vóór een maaltijd: de basale afgifte op 50% zetten

-
- gedurende het sporten tot 1-2 uur na het sporten.
- Bij sporten binnen 2 uur na de maaltijd: bolus halveren.
 - De pomp kan maximaal 1 uur stopgezet worden.

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.

Bijzondere omstandigheden

Douchen/bad:

U kunt de pod tijdens het douchen of bad gewoon laten zitten, maximaal 60 minuten. Controleer regelmatig de pleister.

Sauna:

- Advies: de pod niet gebruiken in de sauna in verband met de (werkings)temperatuur van de insuline: mag niet hoger dan 40° C.
- U kunt niet langer dan 1 uur zonder insuline. (zie periode zonder pomp)
- Voor het aansluiten de bloedglucose meten, en zo nodig bijregelen met behulp van de boluscalculator.

Strandvakantie/zwemmen:

- U kunt de pod laten zitten. Deze is waterdicht (60 minuten) tot 7,5 meter. Controleer regelmatig de pleister.
- Bij zonnen de pod niet aan direct zonlicht blootstellen i.v.m. de (werkings)temperatuur van de insuline: mag niet hoger dan 40° C.
- Zon/warmte zorgt voor snellere opname van de insuline, dus meer kans op een hypo.

Vliegen:

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

Electromagnetische velden:

- Wanneer u een MRI-scan moet ondergaan, moet u de pod verwijderen.
- 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 ook de tijd van uw PDM (personal diabetes manager) opnieuw ingesteld worden.

Het drinken van alcohol

Alcohol werkt bloedglucoseverlagend, maar vaak pas na enkele uren.

Als 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:
Insulet servicelijn, telefoonnummer 0800-0229512.

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 kantoor tijd (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

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

**DIAB015
06-18**