

SÅ HÄR ANVÄNDER DU NOVORAPID®-MÅLTIDSINSULIN

5x3 ml esitäytettyä kynää • förfyllda
injektionspennor

NovoRapid® FlexPen®

100 yksikköä/ml • 100 enheter/ml
Injektioneste, liuos esitäytetyssä kynässä •
Injektionsvätska, lösning i förfylld
injektionspenna

Aspartinsuliini • Insulin aspart

Ihon alle tai laskimoon •
Subkutan eller intravenös användning
Suunniteltu käytettäväksi enintään
8 mm pituisten kertakäyttöisten
NovoFine®- tai NovoTwist®-neulojen
kanssa
Neulat eivät sisälly pakkaukseen
Utformad för att användas med
NovoFine® eller NovoTwist®
injektionsnålar för engångsbruk med
en längd upp till 8 mm
Injektionsnålar medföljer inte



PATIENT- ANVISNING



Novo Rapid®
(aspartinsuliini)

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Vad är NovoRapid®-måltidsinsulin?.....	1-2
2. Dosering av måltidsinsulin.....	3-5
3. Före injektionen.....	6
4. Att injicera NovoRapid®-insulinet med FlexPen®-insulinpennan.....	7-8
5. Efter injektionen.....	9
6. Din blodsockermål.....	10
7. Hypoglykemi.....	11

LÄS ALLTID BIPACKSEDELN INNAN DU
ANVÄNDER NOVORAPID®-INSULIN.

BÄSTA ANVÄNDARE AV NOVORAPID®-INSULIN

Läkaren har ordinerat dig NovoRapid®-insulin för behandling av diabetes. Innan behandlingen påbörjas skall du omsorgsfullt läsa bipacksedeln.

I den här guiden finns information om NovoRapid®-insulinet. Vi berättar för dig bl.a. hur man injicerar insulin samt vad man bör ta i beaktande i insulinbehandlingen. I anvisningen finns också information om hypoglykemi, dvs. för lågt blodsocker.

Diabetesbehandlingsens mål bestäms alltid individuellt tillsammans med patienten. Du kan skriva upp dina behandlingsmål på en sida i slutet på handboken tillsammans med läkaren. Syftet med vården är att förebygga komplikationssjukdomar vid diabetes och garantera att patienten är symtomfri och har en bra livskvalitet.

Novo Nordisk erbjuder också följande tjänster som stöd för vården:

novoInfo

- Vår avgiftsfria experttjänst svarar på frågor om produkterna.
- Öppet vardagar kl. 9 -14, tel. 0800 122 566 / novoinfo@novonordisk.fi

Mobil kolhydrathandbok

- Stöder den insulinbehandlade diabetikerns dietbehandling.
- Digital, avgiftsfri kolhydrathandbok:
 - för Nokia-, Android- och iPhone-mobiltelefoner (i applikationsbutiken med sökorden novo och hiilari)
 - För dator och tablett (www.novonordisk.fi)

Med vänlig hälsning
Novo Nordisk Farma Oy

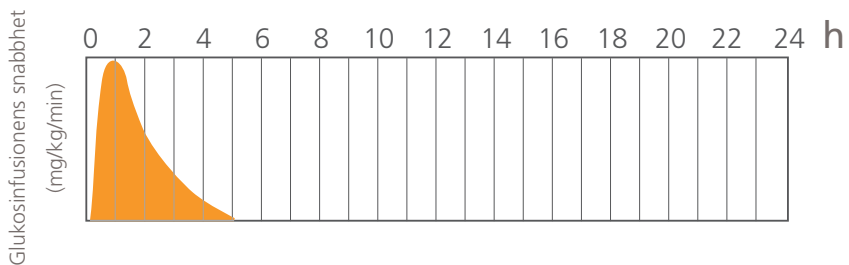
1. VAD ÄR NOVORAPID®-INSULIN?

NovoRapid® är ett snabbverkande måltidsinsulin, vars verkan börjar 10 - 20 minuter efter injektionen. NovoRapid®-insulinets effekt är störst 1 - 3 timmar efter injektionen och effekten varar i 3 - 5 timmar.

Insulin-preparat	Börjar verka	Effekten är störst	Verkningstid
NovoRapid®	10 - 20 min	1 - 3 h	3 - 5 h

HUR VERKAR NOVORAPID®-INSULINET?

NovoRapid®-insulinet hjälper till att balansera blodsockret. Det snabbverkande insulinet i preparatet bromsar höjningen av blodsockret som beror på upptagningen av kolhydrater. NovoRapid®-insulinet tas i samband med måltider.



NÄR OCH HUR OFTA INJICERAS NOVORAPID®-INSULIN?

NovoRapid®-insulinet injiceras just före måltiden, i allmänhet 3 - 4 gånger per dygn, men vid behov kan man injicera omedelbart efter måltiden. I samband med kolhydrathaltiga mellanmål kan också behövas en dos snabbverkande insulin. Doseringen kan behöva justeras ifall du rör dig mera än normalt, din diet ändras eller du insjuknar.

VAR INJICERAS NOVORAPID®-INSULINET?

Insulinet injiceras under huden i magområdet, i låret, i överarmen eller skin-kan. Kom ihåg att regelbundet variera injiceringsstället på injektionsområdet. NovoFine®nålarna är engångsnålar, så ta en ny nål före injektionen och avlägs-na nålen efter injektionen. Mellan injektionerna förvaras doseringsredskapet alltid utan NovoFine®-nålen.

HUR OFTA SKALL MAN MÄTA BLODSOCKRET?

Du kan själv påverka din blodsockernivå genom att mäta blodsockret regel-bundet. Värdet efter måltiden skall mätas ca 2 timmar efter måltiden. På basis av mätningresultaten kan man hitta en passande insulindos för dig.

HUR KÄNNER JAG IGEN NOVORAPID®-INSULINET?

NovoRapid®-insulinet känner du igen på namnet på etiketten och den orangea identifieringsfärgen. På den förfyllda FlexPen®-insulinpennans tryckknapp finns dessutom två tvärstreck, med hjälp av vilka man kan hitta knappen genom att känna på strecken. NovoRapid®-lösningen är klar och färglös.

NovoRapid® finns tillgänglig i förfyllda FlexPen®-pennor och Penfill®-cylinderampuller. Penfill®-cylinderampullen används i Novo Nordisks återan-vändbara doseringsredskap.



2. DOSERING AV MÅLTIDSINSULIN

Måltidsinsulinets uppgift är att jämna ut blodsockrets höjning efter måltiderna.

Vid typ 1-diabetes är måltidsinsulinet en nödvändig del av substitutionsbehandling med insulin, varför man i regel alltid skall injicera måltidsinsulin i samband med måltider som innehåller kolhydrater.

Vid typ 2-diabetes har man vanligtvis egen insulinproduktion kvar och måltidsinsulinet används ofta först i det skedet när blodsockret efter måltider inte hålls på målnivåer med andra behandlingar. Vid typ 2-diabetes tillsätts måltidsinsulinet vanligtvis i första hand till den måltid som höjer blodsockernivån mest.

Doseringen av måltidsinsulin är individuell och beror främst på den intagna måltidens kolhydratmängd. Insulinets verkan, dvs. insulinkänsligheten, är individuell och inverkar på mängden av behövt måltidsinsulin.

Din läkare har ordinerat dig NovoRapid®-måltidsinsulin och bedömt

- 1) preliminärt den behövliga mängden av måltidsinsulin,
- 2) om du skall dosera måltidsinsulin för alla eller bara en del av de dagliga måltiderna och
- 3) om du skall dosera måltidsinsulin efter måltidens kolhydratmängd eller använda en fast dos.

Det är viktigt att du särskilt i början av behandlingen mäter ditt blodsocker före måltiderna och ca 2 timmar efter måltiderna. Bara på det här sättet kan man bedöma hur måltidsinsulinet verkar hos dig och hitta lämpliga doser. Din skötare vägleder dig i uppföljningen och hjälper dig att hitta den rätta dosen och uppnå målen.

Grundregeln i bedömningen av måltidsinsulindosen (en vuxen med typ 1-diabetes och normal insulinkänslighet).

1 enhet måltidsinsulin **sänker** blodsockret med 2 mmol/l

10 g kolhydrater (t.ex. 2 dl juice) **höjer** blodsockret med 2 mmol/l

FÖR 10 g kolhydrater behövs alltså 1 enhet måltidsinsulin

OBSERVERA: Insulinkänsligheten är mycket individuell. Personer med typ 2-diabetes behöver ofta mera måltidsinsulin per kolhydratmängd än personer med typ 1-diabetes.

NÄR ÄNDRAR MAN INSULINDOSER?

Ändra NovoRapid®-dosen

- om måltidens kolhydratmängd ändras
- om du rör dig mera eller mindre än vanligt efter måltiden
- om ditt blodsocker är exceptionellt högt eller lågt före måltiden

VAD SKALL MAN GÖRA OM BLODSOCKRET SJUNKER FÖR MYCKET EFTER MÅLTIDEN?

Bedöm om det låga blodsockret berodde på

- en mindre måltid än normalt
- ökad motion
- en för stor dos av NovoRapid®

VAD SKALL MAN GÖRA OM BLODSOCKRET ÄR FÖR HÖGT EFTER MÅLTIDEN?

Bedöm om det för höga blodsockret berodde på

- en exceptionellt stor måltid
- exceptionellt lite motion
- en för liten dos av NovoRapid®
- en misslyckad/glömd insulininjektion

Vid behov repetera mätningarna under vissa dagar och gör insulinjusteringarna på basis av mätningsresultaten.

BEHÖVS MELLANMÅL?

Oftast minskar NovoRapid® behovet av mellanmål, när variationerna i blodsockerhalterna minskar.

VAD SKALL MAN BEAKTA VID MOTION?

När du rör dig använder din kropp sockret snabbare och ditt blodsocker kan sjunka. För att undvika hypoglykemi bör man kontrollera blodsockret före motion. Före motion är det i allmänhet bra att äta mera än vanligt, ibland också under motionen och efter den.

Exceptionellt ansträngande motion i förhållande till den egna prestationsförmågan kan också höja blodsockerhalterna på grund av stresshormoner (som har en motsatt verkan till insulin). På detta kan man förbereda sig genom att minska (snabbt absorberade) kolhydrater vid måltiden och eventuellt genom att höja insulindosen lite.

Ditt insulinbehov kan också vara mindre än normalt, men du kan inte motionera utan att ta insulin. Genom att följa blodsockret hittar du de insulindoser som är lämpliga för dig vid motion när du använder NovoRapid®-insulin.

MERJA DAUD
FINLAND
Merja har typ 1-diabetes



VAD SKALL MAN TA I BEAKTANDE UNDER SJUKDAGARNA

Vid feber och infektioner ökar insulinbehovet. Anvisningar om doseringen av insulin under sjukdagarna får du från din egen vårdplats.

3. FÖRE INJEKTIONEN

Kontrollera insulinet

Kontrollera på FlexPen®-pennans eller Penfill®-cylinderampullens etikett att du har rätt insulin. Kontrollera att FlexPen®-insulinpennan eller Penfill®-cylinderampullen inte är skadad. Använd inte pennan eller ampullen, om du upptäcker skador på dem. NovoRapid®-insulinet skall vara klart och färglöst och det är genast färdigt att användas.

Måste jag avlägsna luftbubblorna före NovoRapid®-injektionen?

Ja - prova alltid med en dos på ett par enheter före injicering för att få bort eventuella luftbubblor från nålen och ampullen. Samtidigt säkerställer du att nålen inte är täppt.

4. ATT INJICERA NOVORAPID®-INSULINET MED FLEXPEN®-INSULINPENNAN



Montering av nålen

Ta en ny NovoFine®-nål och skruva den fast i FlexPen®-insulinpennan.

Avlägsna nålens yttre och inre skydd.

Tappa inte bort nålens stora, yttre skydd.



Förberedning av FlexPen®-insulinpennan

- Välj 2 enheter.

- Håll FlexPen®-insulinpennan så att nålen pekar uppåt och knacka lätt på ampullen ett par gånger med fingret.

- Tryck knappen ända ner.

På spetsen av nålen syns en droppe insulin.



Pålitliga injektioner av insulin

Efter injektionen borde nålen vara under huden minst 6 sekunder. Håll tryckknappen nedtryckt tills du har dragit ut nålen. Så här säkerställer du att du får hela dosen.

Dosskalan går tillbaka till noll under injektionen. Så här kan man alltid försäkra sig om att injektionen har lyckats.



Pålitliga injektioner av insulin

Efter injektionen borde nålen vara under huden minst 6 sekunder. Håll tryckknappen nedtryckt tills du har dragit ut nålen. Så här säkerställer du att du får hela dosen.



Dosskalan går tillbaka till noll under injektionen. Så här kan man alltid försäkra sig om att injektionen har lyckats.



Borttagning av nålen

Ta av nålen efter varje injektion. Sätt nålens yttre skydd på plats och skruva loss nålen. Bortskaffa nålen omsorgsfullt. När insulinampullen är tom, kan den förbrukade FlexPen®-insulinpennan kastas bort.

5. EFTER INJEKTIONEN

BYT ALLTID NÅL EFTER INJEKTIONEN!

Använd en ny nål för varje injektion. Ta av nålen efter varje injektion och förvara FlexPen®-insulinpennan utan nål. Om du inte avlägsnar nålen, kan vätskan sippra ut genom nålen vilket kan leda till inexact dosering. Den förbrukade nålen måste avlägsnas och bortskaffas efter injektionen. Bortskaffa den förbrukade FlexPen®-insulinpennan omsorgsfullt utan nål. Dela inte din FlexPen®-insulinpenna med någon.



Kan jag använda vilken nål som helst för NovoRapid®-injektionen?

Novo Nordisks injektionsredskap har testats med NovoFine®-nålar. Genom att använda NovoFine®-nålar säkerställer du att dina injektionsredskap och nålar är kompatibla med varandra.

NOVORAPID®-INSULINETS FÖRVARING OCH HÅLLBARHET

- NovoRapid®, som inte är i bruk, måste förvaras i +2 - +8° C i kylskåpet. NovoRapid®-preparatet får inte placeras för nära köldresistorn, eftersom produkten inte får frysa.
- NovoRapid® som är i bruk håller sig i högst fyra veckor i högst +30 °C, efter vilket det måste bortskaffas. Förvara inte pennan i kylskåpet.
- Skydda NovoRapid® FlexPen®-insulinpennan mot solljus genom att alltid hålla pennhuvud på plats, när pennan inte används.
- NovoRapid®-insulinet får inte användas, om lösningen inte är klar och färglös.

6. Dina blodsockermål

Namn: _____

Läkare: _____

Diabetesskötare: _____

Blodsocker på morgonen mmol/l

Blodsocker före måltid mmol/l

Blodsocker 2 timmar efter måltid mmol/l

Blodsocker före sänggående mmol/l

NovoRapid®-startdos: _____

Reglering av dosen: _____

Anteckningar:

Hypoglykemi

Med hypoglykemi avses för lågt blodsocker. Hypoglykemi orsakas av att insulin eller annan diabetesmedicin har för stor effekt. Blodsockret är för lågt, när det är under 4,0 mmol/l (millimol per liter). Då talar man om lindrig hypoglykemi.

Hypoglykemin är svår, om glukosvärdet är under 3,1 mmol/l. Obehandlad svår hypoglykemi kan leda till nedsatt funktionsförmåga och medvetslöshet, så att man behöver en annan persons hjälp. Man skall emellertid inte vara rädd för hypoglykemi i onödan. Organismen strävar alltid efter att förhindra lågt blodsocker, varför blodsockret är benäget att korrigeras av sig självt (s.k. motreaktion).

Symtom på hypoglykemi



Vad skall man göra vid hypoglykemisymtom?

Vid symtom skall man alltid genast inta snabbt absorberande kolhydrater. Som första hjälpen är en dos motsvarande 20 gram socker lämplig. Det kan ta upp till 10 -15 minuter innan dosen absorberas och börjar verka, och det måste man orka vänta på.

Rekommenderade doser är till exempel!:

- 8 st. glukostabletter (Siripiri®, Dexal®)
- 2 dl juice
- 2 msk honung eller sirap
- 8 sockerbitar
- en medelstor banan
- två äpplen på 100 g

Om hypoglykemin har lett till medvetslöshet, ger man hjälp snabbast genom att ge glukagon som injektion. Om det inte finns tillgängligt, beställer man omedelbart en ambulans och berättar att det är fråga om en insulinchock. Till en medvetslös person får man inte ge något att äta eller dricka på grund av kvävningrisk. Medan man väntar på ambulansen kan man ändå försiktigt stryka honung eller sirap på den medvetslösa personens munslemhinnor, varifrån socker också pumpas in i blodcirkulationen.

1. Ilanne-Parikka P, Rönnemaa T, Saha M-T, Sane T, toim. Diabetes. 7 painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim; 2011.

ANTECKNINGAR

novoInfo

avgiftsfri rådgivningslinje

Novo Nordisk är ett globalt läkemedelsföretag som har över 90 års erfarenhet som föregångare i utvecklandet av diabetesvården. Novo Nordisk har också en ledande position inom andra områden såsom behandling av blodkoaguleringsstörningar och tillväxtstörningar samt hormonbehandling i klimakteriet. Novo Nordisk har över 38 000 anställda i 75 olika länder, och dess produkter marknadsförs i över 180 länder. Företagets huvudkontor finns i Danmark. I Finland sysselsätter Novo Nordisk Farma Oy cirka 65 personer.

Changing Diabetes® berättar om vår ambition och vårt engagemang i utvecklandet av vår affärsverksamhet samt om hur vi vill bli kända som företag. Detta innebär att alla våra beslut och all vår verksamhet syftar till att ändra livet till det bättre för alla människor som lever med diabetes. Vi strävar efter vårt mål genom att utveckla medicinbehandlingar som baserar sig på en djup förståelse om diabetikerns individuella behov, önskingar och synsätt. Vi gör vårt arbete med omsorg för miljön och tar ekonomiskt och socialt ansvar.

Novo Nordisk Farma Oy
Bertel Jungs plats 5, 02600 Esbo
tfn 020 762 5300,
www.novonordisk.fi

