

SÅ HÄR ANVÄNDER DU LEVEMIR®-BASINSULINET

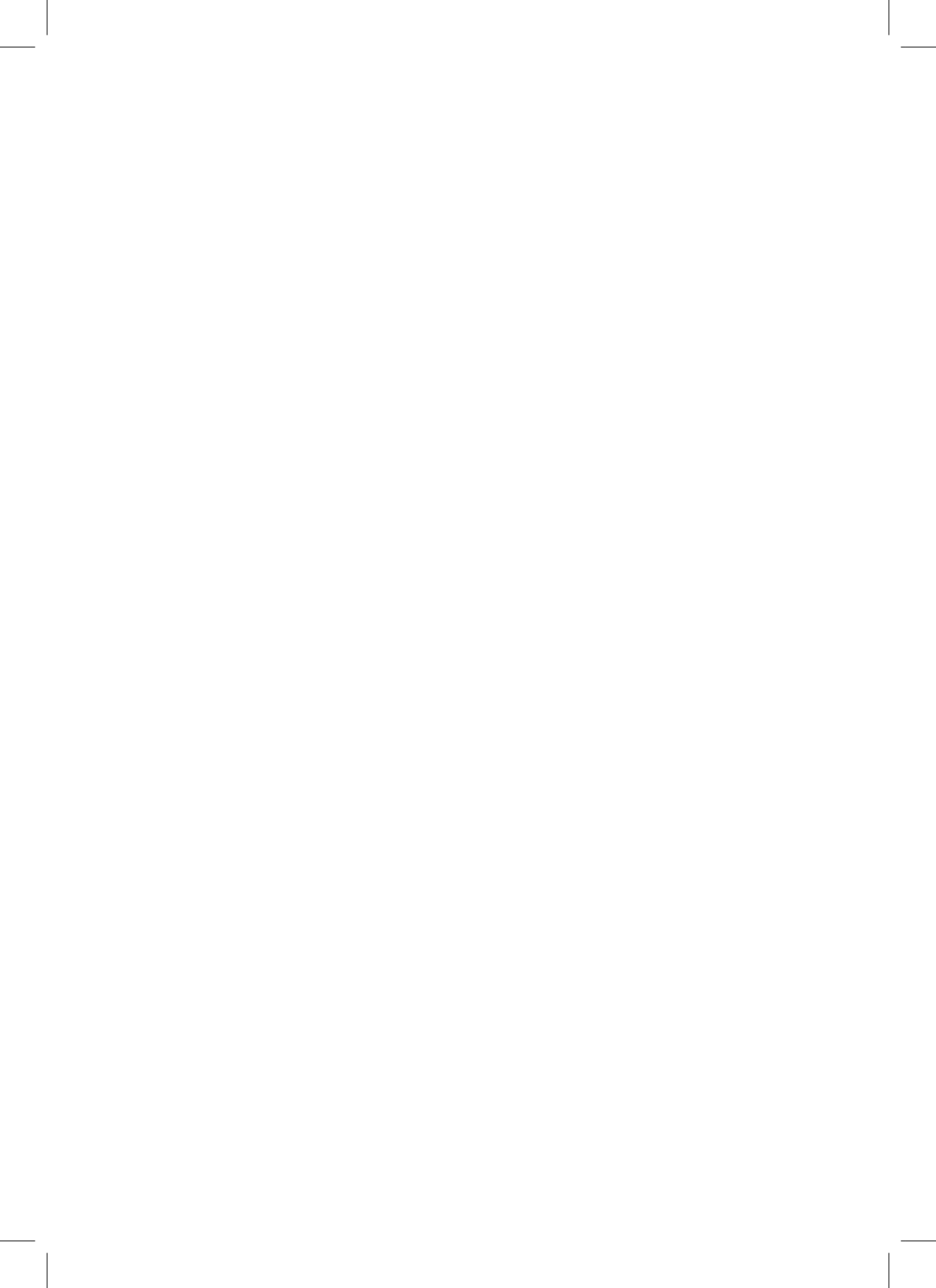
T 1



PATIENTANVIS-
NING TYP 1 -
DIABETES



Levemir®
(detemirinsuliini)



Bästa användare av Levemir®-insulin

Din läkare har ordinerat dig Levemir®-insulin för behandling av typ 1-diabetes. Innan behandlingen påbörjas finns det skäl att omsorgsfullt läsa bipacksedeln i förpackningen.

I den här anvisningen finns information om Levemir®-insulinet. Vi berättar för dig bl.a. hur man injicerar insulin och vi går igenom saker som du bör ta i beaktande i insulinbehandlingen. I anvisningen finns också information om hypoglykemi, dvs. för lågt blodsocker.

Diabetesvårdens mål bestäms alltid individuellt tillsammans med patienten. I slutet på handboken finns en sida där du kan skriva upp dina egna behandlingsmål tillsammans med din läkare.

Novo Nordisk vill vara med och stöda dig i en lyckad vård. Vi erbjuder dig vidstående tjänster i vardagen med diabetes.

novoInfo

- Frågor om våra produkter samt beställningar av material
- Öppet vardagar kl. 9-14, tel. 0800 122 566/novoinfo@novonordisk.fi

Mobil kolhydrathandbok

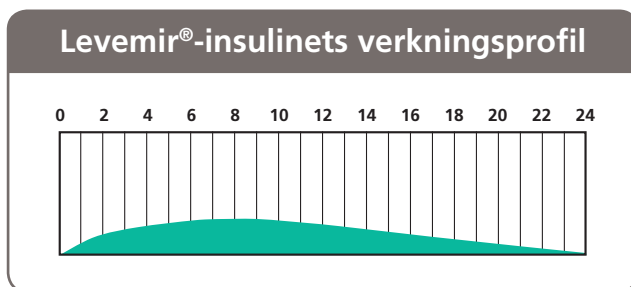
- Digital, avgiftsfri kolhydrathandbok:
 - för Nokia-, Android- och iPhone-mobiltelefoner (i applikationsbutiken med sökorden novo och hiilari)
 - för dator och pekplatta (www.novonordisk.fi)

Med vänlig hälsning
Novo Nordisk Farma Oy



Vad är Levemir® (detemirinsulin) och hur används det?

- Det verksamma ämnet är detemirinsulin, som är en långverkande insulinanalog.
- Basinsulin, som har en lång och jämn blodsockersänkande verkan.



Schematisk bild av insulinets verkningsprofil.

Basinsulinets effekt är alltid individuell och beroende av dosen.

När och hur ofta injiceras Levemir®-insulin

När Levemir®-insulin används som del av Insulinbehandling av en typ 1-diabetiker med basinsulin och måltidsinsulin, kan Levemir® doseras **en eller två gånger per dygn efter behov**. Levemir®-dosen bestäms alltid individuellt.

Om du har *daglig* Levemir®-injektion

Öka Levemir®-dosen tills den önskade nivån för fastebloodsockret har uppnåtts.

Om du har *två* dagliga Levemir®-injektioner

Öka Levemir®-kvällsdosen tills den önskade nivån för fastebloodsockret har uppnåtts.

Öka Levemir®-morgondosen tills den önskade blodsockernivån före middagen har uppnåtts.

Följ alltid de personliga anvisningar som läkaren eller sköterskan har gett.

Hur känner jag igen preparatet Levemir®?

Preparatet Levemir® känner du igen på namnet på etiketten och den gröna identifieringsfärgen. Levemir® är en klar färglös lösning, som inte behöver blandas före användningen.

I vilka förpackningar är Levemir® tillgänglig?

Levemir® finns tillgänglig i en förfylld FlexPen®-penna och en Penfill®-ampull. Penfill®-ampullerna passar till NovoPen®-insulinpennor (NovoPen® 5 och NovoPen Echo®).



FlexPen® är en förfylld insulinpenna. När FlexPen®-pennans ampull är tom, ta en ny FlexPen®-penna i bruk.



NovoPen® 5 är en flergångsinsulinpenna med minnesfunktion som används med Penfill®-ampullerna. Pennan anger den föregående injektionens dos och tidpunkt. Dosering med 1 enhets mellanrum.



NovoPen Echo® är en flergångsinsulinpenna med minnesfunktion som används med Penfill®-ampullerna. Pennan anger den föregående injektionens dos och tidpunkt. Dosering med 0,5 enhets mellanrum.

Före injektionen

Kontrollera på FlexPen®-pennans eller Penfill®-ampullens etikett att Du har rätt insulin.

- Kontrollera att FlexPen®-pennan eller Penfill®-ampullen inte är skadad.
- Använd inte pennan eller ampullen, om du upptäcker skador på dem.
- Levemir®-preparatet skall vara klart och färglöst vid användning.
- Levemir®-preparatet behöver inte blandas före injicering.

Måste jag avlägsna luftbubblorna från ampullen alltid före en Levemir®-injektion?

- **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.

Var injiceras Levemir®-insulinet?

- Man kan injicera Levemir®-insulin under huden på låret (framdelen av låret), på magområdet, bakdelen (bakdelens övre del), överarmen eller axelområdet.
- Använd många olika injektionsställen och rådfråga diabetessköterskan.
- Följ de anvisningar om insulindoser och injiceringsteknik som din läkare eller sköterska har gett.
- Injicera aldrig insulin i en muskel eller ådra.



När kan jag dra ut nålen?

Nålen borde vara under huden minst 6 - 10 sekunder. Håll tryckknappen nedtryckt. Så här säkerställer du att du får hela den valda insulindosen.

Efter injektionen

- Avlägsna den förbrukade nålen efter injektionen och bortskaffa den. Om nålen inte avlägsnas, kan temperaturväxlingar få vätskan att sippra via insulinpennans nål, varvid nålen kan täppas till och injektionen misslyckas.
- Förvara insulinpennan alltid utan nål. Genom nålen kan det komma in luft i insulinpennan.

Tips för att undvika injektionsreaktioner och säkerställa pennans korrekta funktion:

- **Använd en ny nål för varje injektion.**
- Använd många olika injektionsställen.

Injektionsstället är rött, kliar och är svullet – är det normalt?

Det kan förekomma reaktioner på injektionsstället. De försvinner vanligtvis ett par veckor efter att insulinbehandlingen har påbörjats. Om symptomen på injektionsstället inte försvinner, ta kontakt med den behandlande läkaren eller diabetessköterskan.

Levemir®-insulinets förvaring och hållbarhet

- **Oöppnat** Levemir®-insulin skall förvaras i kylskåpet (+2 - +8 °C), men preparatet får inte frysa. Förvara inte insulinet i närheten av kylskåpets bakvägg eller frysack för att undvika frysning.
- **Efter öppnandet** förvaras Levemir®-insulinet i rumstemperatur (under +30 °C). Preparatet kan förvaras på detta sätt i 6 veckor.
- Skydda Levemir® mot solljus och hetta.
- Kontrollera utgångsdatumet på förpackningen och etiketten. Preparatet skall inte användas efter utsatt datum.

Att injicera Levemir®-insulinet med FlexPen®-pennan



1. Montering av nålen

Ta en ny NovoFine®-nål och skruva den ordentligt fast i FlexPen®-insulinpennan. Ta bort både det yttre och inre skyddet för nålen. Tappa inte bort nålens stora, yttre skydd.



2. Förberedning av FlexPen®-insulinpennan

- Välj 2 enheter.
- Håll FlexPen®-pennan så att nålen pekar uppåt och knacka lätt på ampullen ett par gånger med fingret.
- Tryck knappen ända ner. På spetsen av nålen borde nu synas en droppe insulin.



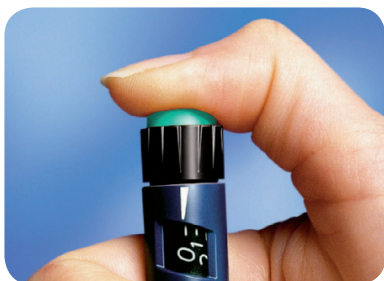
3. Val av dos

Dosen kan väljas och regleras med en enhets mellanrum (1 - 60 enheter). Det är lätt att öka eller minska den valda dosen.



4. Pålitliga injektioner av insulin

Efter injektionen borde nålen vara under huden minst 6 - 10 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.



5. 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®-pennan kastas bort. FlexPen®-pennan bortskaffas som energiavfall eller med blandat avfall.

Anvisningarna på detta uppslag gäller användning av FlexPen®-insulinpenna. Ifall du använder en NovoPen® 5 - eller NovoPen Echo®-insulinpenna, läs igenom bruksanvisningarna för ifrågavarande penna.

Att beakta i insulinbehandlingen

Insjuknande

Insjuknandet ökar behovet av insulin. Under sjukdomsdagar skall basinsulinet doseras normalt, även om sjukdomen skulle förhindra vanligt ätande. Under sjukdomsdagarna skall blodsockret mätas oftare än vanligt och insulinbehandlingen modifieras beroende på resultaten. Feber, diarré och speciellt kräkningar kan snabbt orsaka uttorkning, varför man skall inta tillräckligt med vätska.

Diet

För diabetiker rekommenderas likadan mångsidig och hälsosam kost som för resten av befolkningen: små mängder hårda och måttliga mängder mjuka fetter, rikligt med fiber, små mängder salt och högst måttliga mängder socker. Ytterligare information finns till exempel i Kostrekommendationer för diabetiker som utarbetats av Diabetesförbundet

Motion

Regelbunden motion i olika former är bra för alla människor, men speciellt för diabetiker. Motionens effekt på blodsockret varierar från diabetiker till diabetiker. Att mäta blodsockret både före motionen och efter den hjälper diabetikern att förstå den egna kroppens sätt att reagera på motion. Lätt motion kräver vanligtvis inte ändringar i insulindoserna.

Motionens sänkande effekt på blodsockret kommer fram vanligtvis först efter motionen, ibland till och med flera timmar senare. Om motionspasset är längre än en timme, kan den sänkande effekten på blodsockret synas redan under motionen. För ett längre motionspass bör en insulinbehandlad diabetiker ha med sig t.ex. saft, frukter eller bröd. Om motionspasset är långt, kan insulindosen till och med minskas. Det är möjligt att minska insulindosen både före motionen och efter den.

Exceptionellt hård motion i förhållande till den egna prestationsförmågan kan också höja blodsockren 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.

Alkohol

Måttlig användning av alkohol (för kvinnor en och för män två restaurangportioner per dag) är tillåten för diabetiker, men alkohol ökar risken för hypoglykemi. Berusningstillstånd kan förhindra identifieringen av hypoglykemi – å andra sidan kan hypoglykemi förväxlas med berusningstillstånd.

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 exempel¹:

- 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 kvävningsrisk. Medan man väntar på ambulansen kan man ändå försiktigt stryka honung eller sirap på den medvetslösa personens munslēmhinor, varifrån socker också upptas i blodcirkulationen.

1. Ilanne-Parikka P, Rönnemaa T, Saha M-T, Sane T, redaktion Diabetes 8 painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim; 2015.

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

Levemir®-startdos: _____

Reglering av dosen: _____

Måltidsinsulin: _____

Reglering av dosen: _____

Allmänna mål för diabetesvården¹

Vårdens mål bestäms alltid individuellt.

Mätare

HbA_{1c} (mmol/mol, %)

Fasteglukosnivå (mmol/l)

Glukoshalt efter måltid
(ca 2 timmar efter måltid) (mmol/l)

Mål

under 53 (7,0 %)

under 7

under 8-10

novoinfo
avgiftsfri experttjänst
mån-fre 9 - 14

0800 122 566
novoinfo@novonordisk.fi

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.

Levemir®, Penfill®, FlexPen®, NovoPen® ja NovoPen Echo® är Novo Nordisk A/S:n ägd av varumärker.

F/LM/0915/0228



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

