

Insulinepomptherapie

Adviezen en instructies

www.nwz.nl



Noordwest
Ziekenhuisgroep

Inhoud

Bereikbaarheid diabetesteam	3
Pomp met infusie-set of pod met PDM	4
Hypoglykemie - hypo	4
Hyperglykemie - hyper	5
Wat doet u bij een defecte pomp of PDM?	5
Wanneer waarschuwt u uw arts of diabetesverpleegkundige?	6
Verwisselen van de naald / infusie-set	7
Bijzondere omstandigheden	7
Sporten	8
Uw vragen	9

■ Bereikbaarheid diabetesteam

Neem voor vragen en problemen contact op met het diabetesteam van de locatie waar u onder behandeling bent.

Locatie Den Helder - Diabetesverpleegkundige:

- Werkdagen: telefonisch spreekuur van 12:00 tot 13:00 uur op telefoonnummer 0223 - 69 6203
- e-mail: diabetes@nwz.nl

Bij afwezigheid van de diabetesverpleegkundige kunt u voor **vragen op werkdagen** van 08:30 tot 16:30 uur contact opnemen met de polikliniek interne geneeskunde, telefoon 0223 - 69 6343.

Spoedeisende problemen op werkdagen

Neem op werkdagen van 08:30 tot 16:30 uur contact op met het algemene nummer van locatie Den Helder, telefoon 0223 - 69 6969 en vraag doorverbonden te worden met het sein van de diabetesverpleegkundige of met de polikliniek interne geneeskunde.

Spoedeisende problemen: 's avond, 's nachts, weekend en feestdagen

Neem contact op met de spoedeisende hulp, via het algemene nummer van locatie Den Helder, 0223 - 69 6969 en vraag doorverbonden te worden met de spoedeisende hulp.

Locatie Alkmaar - Diabetesverpleegkundige

Op **werkdagen** bereikbaar van 8:30 tot 16:30, telefoon 072 - 548 3322.

Alleen bij spoedeisende problemen buiten de bovengenoemde tijden neemt u contact op afdeling spoedeisende hulp: telefoon 072 - 548 2480.

U heeft voor de behandeling van diabetes mellitus een insulinepomp. In deze folder vindt u adviezen en instructies voor dagelijks gebruik, voor bijzondere omstandigheden en bij calamiteiten.

■ **Pomp met infusie-set of pod met PDM**

U gebruikt een pomp met een infusie-set, of een pod met PDM.

- pomp met infusie-set: dit is een apparaatje met een insuline-ampul erin. Hier sluit u de infusie-set op aan
- pod met PDM: een pod is een insulinereservoir, canule en pomp ineen. Dit apparaatje zit vast op de huid. De PDM (Personal Diabetes Manager) is de snoerloze afstandsbediening van de pod waarmee u uw bloedglucose meet en een bolusadvies krijgt

■ **Hypoglykemie - hypo**

Hypoglykemie, of kortweg een hypo, is een bloedglucose lager dan 4 mmol/l.

Mogelijke oorzaken

- te weinig koolhydraten gegeten
- extra activiteiten of sport
- emoties
- warmte
- te veel insuline toegediend (bolus / basaalstand)
- hormonaal (menstruatiecyclus)
- medicatie
- ziekte

Maatregelen

Bij bloedglucose minder dan 4 mmol/l:

- neem een glas limonade (20 gram koolhydraten)
- als het langer dan een ½ uur duurt voordat u de volgende maaltijd gebruikt, neem dan 15 gram ‘langzame’ koolhydraten zoals 2 crackers of 1 snee brood met beleg
- controleer na een ½ uur de bloedglucose en herhaal zo nodig de bovenstaande actie

Hypo: niet meer aanspreekbaar:

- koppel de pomp los / verwijder de pod en spuit 1 mg. GlucaGen: dit moet iemand uit uw omgeving doen
- thuis zo nodig glucose intraveneus (rechtstreeks in een ader): dit doet de huisarts of ambulancepersoneel
- zodra u bij bewustzijn bent: neem 20 gram 'langzame' koolhydraten

■ Hyperglykemie - hyper

Hyperglykemie, of kortweg een hyper, is een bloedglucose hoger dan 12 mmol/l.

Mogelijke oorzaken

- pomp / PDM in de stopstand
- te weinig insuline toegediend (bolus / basaalstand)
- insuline-ampul of pod defect
- probleem met infusie-set, naald of pod
- insteekopening geïrriteerd
- te veel koolhydraten gegeten
- minder activiteiten of sport
- hormonaal (menstruatiecyclus)
- medicatie
- ziekte
- pomp / pod te lang afgekoppeld geweest

Maatregelen

- controleer infusie-set op luchtbellens
- vervang eventueel ampul / naald / infusie-set / pod / batterijen
- drink extra (zonder koolhydraten)
- dien extra bolus toe volgens gemaakte afspraken

■ Wat doet u bij een defecte pomp of PDM?

Neem bij een defecte insulinepomp of PDM de volgende maatregelen:

- neem contact op met de leverancier van uw insulinepomp (24-uurs service)

- spuit eventueel kortwerkende insuline bij met een insulinepen
- zorg dat u altijd een reservepen met ultra kortwerkende insuline op voorraad heeft: Novorapid/Huma10g

Geen effect of braken? Wacht niet en bel direct de locatie waar u onder behandeling bent.

Locatie Den Helder

- overdag neemt u contact op met de diabetesverpleegkundige, telefoon 0223 - 69 6203
- bel bij geen gehoor op werkdagen het algemene nummer, telefoon 0223 - 69 6969 en vraag doorverbonden te worden met het sein van de diabetesverpleegkundige
- 's avonds, 's nachts, weekend en op feestdagen belt u de spoedeisende hulp. Hiervoor belt u het algemene nummer van locatie Den Helder, telefoon 0223 - 69 6969 en vraag doorverbonden te worden met de spoedeisende hulp

Locatie Alkmaar

- overdag neemt u contact op met de diabetesverpleegkundige, telefoon 072 - 548 3322
- 's avonds, 's nachts, weekend en op feestdagen belt u de spoedeisende hulp, telefoon 072 - 548 2480

■ Wanneer waarschuwt u uw arts of diabetesverpleegkundige?

Bel altijd uw arts of diabetesverpleegkundige:

- als u braakt
- als u door misselijkheid langer dan 4-6 uur niets kunt eten / drinken
- als uw bloedglucose blijft stijgen 2 uur na een injectie met de insulinepen
- als uw bewustzijn verandert of vermindert
- als u twijfelt hoe u de situatie moet aanpakken

■ **Verwisselen van de naald / infusie-set**

- zorg vóór verwisselen voor een goede lichaamshygiëne en was uw handen
- gebruik geen alcohol om de huid te desinfecteren
- gebruik zeep en bodylotion met neutrale pH
- gebruik de hele buik: niet te dicht onder ribbenboog en niet vlakbij / onder navel
- controleer de infusie-set op luchtbelllen
- breng eerst een nieuwe naald in en koppel eerst infusie-set aan: verwijder daarna de oude naald (hygiënischer)
- bij een OmniPod (pod): verwijder eerst de pod, plak daarna een nieuwe pod op
- geef na inbrengen van nieuwe naald / pod bolus om canule te vullen
- controleer 1 uur na het inbrengen van de infusie-set, pod of een nieuwe naald altijd de bloedglucose

■ **Bijzondere omstandigheden**

Douchen / bad

- koppel de pomp af (de pod hoeft niet afgekoppeld)
- laat de pomp in runstand staan (Medtronic 6706 op stop)
- doe het dopje op de naald
- laat de naald in de huid zitten
- controleer de infusie-set bij aankoppelen op luchtbelllen

Zwemmen / Sauna

- koppel de pomp af (in runstand laten), bij Medtronic 6706 zet deze op stop
- doe het dopje op de naald
- koppel de pomp na 1 - 1 1/2 uur weer aan
- meet voor aansluiten de bloedglucose
- controleer de infusie-set bij aankoppelen op luchtbelllen

Strandvakantie

- koppel pomp na het ontbijt af
- doe dopje op de naald
- spuit per 3 à 4 uur kortwerkende insuline op geleide van bloedglucose

- sluit pomp voor het avondeten weer aan
- controleer de infusie-set bij aankoppelen op luchtbellen
- de pomp / pod mogen niet in de zon: de insuline mag namelijk niet warmer worden dan 40°C, omdat de werking van insuline door de warmte afneemt. Daarnaast zorgen zon en warmte ervoor dat insuline sneller opgenomen wordt: de kans op een hypo is daardoor groter
- ga niet diepzeeduiken met de pomp

Vliegen

- bij fouilleren en een bodyscan: geef door dat u een insulinepomp draagt
- stel de lokale tijd van het vakantieland op de pomp in

Elektromagnetische velden

- koppel de pomp af / verwijder de pod bij een onderzoek met MRI-scan

Zomer- en wintertijd

- stel de tijd op de pomp opnieuw in

■ Sporten

- controleer uw bloedglucose voor, tijdens en na het sporten: dit is nodig om inzicht te krijgen in de reactie van uw lichaam
- eventuele maatregelen zijn afhankelijk van de sport die u beoefent en hoe lang u sport
- kies voor extra koolhydraten of minder insuline: dit is afhankelijk van uw bloedglucose
- intensief sporten kan 's nachts hypo's veroorzaken: overweeg of u 's nachts minder insuline nodig heeft
- overweeg om 1 uur voor het sporten de tijdelijke basaalstand te verlagen
- bij Medtronic 6706 1 tot 2 uur voor het sporten de tijdelijk streefwaarde op 8,3 te zetten

- houd rekening met het ‘post-sport effect’, vooral bij ’s avonds sporten
- mogelijk heeft u voordat u gaat slapen extra koolhydraten nodig
- bij contactsport: koppel de pomp bij voorkeur af: pomp kan 1 - 1 1/2 uur afgekoppeld blijven
- controleer voor het aankoppelen de bloedglucose
- controleer de infusie-set bij aankoppelen op luchtballen

Houdt u er rekening mee dat de reactie van het lichaam heel persoonlijk is. Intensieve zelfcontrole is dus altijd nodig.

Is uw bloedglucose hoger dan 16 mmol/l?

Ga dan niet sporten! Uw bloedglucose moet eerst normaliseren. Anders is er kans op verzuren.

■ Uw vragen

Afhankelijk van welke locatie u onder behandeling bent, neemt u met vragen contact op met de diabetesverpleegkundige van:

- **locatie Den Helder**, bereikbaar op werkdagen van 12:00 tot 13:00 uur op telefoonnummer 0223 - 69 6203
- **locatie Alkmaar**, bereikbaar op werkdagen van 8:30 tot 16:30 uur op telefoonnummer 072 - 548 3322

■ Notices

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

www.nwz.nl

tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie diabetespolikliniek
 communicatie

Druk Ricoh

Bestelnummer 269873

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl