

Allergische reactie – persoonlijk actieplan

Kindergeneeskunde

Mijn persoonlijke actieplan bij een ernstige allergische reactie (anafylactische reactie).

Dit ben ik:

Naam:

Telefoon moeder:

Geboortedatum:

Telefoon vader:

Ik ben allergisch voor:

Telefoon thuis:

1.

Naam kinderarts:

2.

Telefoonnummer:

3.

Met kans op een anafylactische shock!

GEVOEL	ACTIE
<ul style="list-style-type: none"> • • • • hier en daar galbulten • jeuk • tintelende mond of tong • niet lekker voelen 	<ul style="list-style-type: none"> • blijf niet alleen • neem • bel je vader of moeder (zie telefoonnr. hierboven) • • <p>Belangrijk: kijk goed hoe het met je gaat. Ga bij twijfel naar je huisarts en of de huisartsenpost.</p> <p>Telefoonnummer:</p>
<ul style="list-style-type: none"> • • • overall galbulten • buikpijn en overgeven • dikke oogleden of lippen • angstig gevoel • keelpijn 	<ul style="list-style-type: none"> • blijf niet alleen • nog niet ingenomen? Neem dan nu • leg je adrenalinepen klaar • bel je vader of je moeder • twijfel je? Gebruik je adrenalinepen en bel 112
<ul style="list-style-type: none"> • dikke lippen of tong • blijven hoesten • blijven overgeven • moeilijk ademen • suf of verward voelen • dichte keel • flauwvallen 	<ul style="list-style-type: none"> • gebruik je adrenalinepen • bel 112 • als je je na 5 minuten niet beter voelt, of zelfs slechter, gebruik dan je tweede adrenalinepen

Belangrijk: wat zeg je als je 112 belt?

- dat je een ambulance nodig hebt
- je naam, je leeftijd en waar je bent
- dat je een allergische reactie hebt met kans op anafylaxie en dat je de adrenalinepen gebruikt hebt

Hoe dien je de injectie toe?

- Haal de EpiPen of Jext uit de doorzichtige huls.
- Haal het blauwe beschermdopje (EpiPen) of het gele beschermdopje (Jext) eraf. Zie afbeelding 1 hieronder.
- Neem de pen in je goede hand en sla je duim om de pen heen. Houd daarbij de oranje kant (EpiPen) of de zwarte kant (Jext) loodrecht naar beneden.
- Druk de pen in 1 beweging in de bovenbeenspier, zo nodig door de broek heen. Je hoort een 'klik' waarna de naald in het bovenbeen schiet. Zie afbeelding 2 hieronder.
- Houd de pen 10 seconden stevig in dezelfde positie vast. Klem je andere hand eventueel om de pols van de hand die de pen vasthoudt.
- Haal de naald dan uit het been. Er schuift dan vanzelf een beschermhuls over de naald heen. Leg de pen naast je neer.
- Masseer de insteekplaats 10 seconden na. Zie afbeelding 3 hieronder.
- Leg je benen omhoog.
- Blijf niet alleen, bel 112 (of laat iemand bellen) en zeg dat het om een anafylactische reactie gaat. Zie afbeelding 4 hieronder.
- Worden de klachten niet minder of komen ze terug. En is de ambulance er nog niet? Geef dan zo nodig een 2e epiPen/jext.

GEBRUIKSINSTRUCTIE EPIPEN.

TOEDIENING EPIPEN.

 **1.** Verwijder de blauwe veiligheidsdop van de **EpiPen**.

 **2.** Stoot het oranje uiteinde van de **EpiPen** in één beweging stevig tegen het dijbeen. Je hoort dan een klik. Houd dit vast voor 10 seconden.

NA TOEDIENING EPIPEN.

 **3.** Verwijder de **EpiPen** en wrijf 10 seconden over de injectieplaats.

 **4.** Bel **112** en meld een geval van anafylaxie. Dien een 2^e **EpiPen** toe als de klachten binnen 5-15 minuten niet zijn verminderd of verergeren.

Belangrijk: maak altijd een afspraak met een (kinder)arts

De adrenaline auto-injector is een 'noodmedicijn' met een snel, maar tijdelijk effect. Je moet daarom altijd ook door een (kinder)arts beoordeeld worden en eventueel verder worden behandeld. Ook al lijkt je snel op te knappen!
Heb je je noodpen gebruikt? Vraag dan altijd gelijk weer een nieuwe adrenaline auto-injector aan.

Wat is een anafylactische reactie?

Een anafylactische reactie is een ernstige allergische reactie die vaak binnen een paar minuten tot een uur optreedt. Het lichaam reageert overgevoelig op bijvoorbeeld een voedingsmiddel, een geneesmiddel of een insectenbeet. De klachten en verschijnselen kunnen tegelijkertijd in verschillende organen optreden. Onder andere in de ogen, huid, maagarmkanaal, keel en longen. Ook kan de bloeddruk dalen. Soms zo ernstig dat er bewustzijnsverlies optreedt. Dit wordt een shock genoemd. Een anafylactische reactie kan levensbedreigend zijn.