

Diabetologische Schwerpunktpraxis
Praxis für Ernährungsmedizin
Dres J. Meinhold/E. Maslowska-Wessel
Konrad-Adenauer-Platz 8
Tel.: 02173-269010
Fax: 02173-2690123
praxis@diabetes-langenfeld.de

Richtig Insulin spritzen

- bei Beginn einer neuen Ampulle 1-2 IE abspritzen, Pen dabei nach oben halten, wenn ein Tropfen austritt, ist der Pen bereit
- für jede Injektion eine neue Nadel gebrauchen
- trübes Insulin vor dem Spritzen 20 x schwenken, dabei den Pen im Halbbogen von links nach rechts bewegen und wieder zurück
- Spritzbereiche:
 - nur in den Bauch spritzen, ganze Bauchfläche ausnutzen bis in die Bauchseite
 - zwei cm vom Bauchnabel entfernt bleiben, nicht in Leberflecke und Narben spritzen
- Spritzstellen immer wechseln
- Hautfalte bilden, im Winkel von 45° einstechen
- Knopf am Pen drücken bis Dosisskala wieder auf 0 ist
- Knopf gedrückt halten nach der Injektion und bis 20 zählen, bevor die Nadel herausgezogen wird. Wenn mehr als 20 IE gespritzt werden, solange zählen wie Einheiten gespritzt werden
- nicht durch Kleidung spritzen
- Nadeln in geschlossenem Gefäß entsorgen
- Insulinvorräte im Kühlschrank aufbewahren
- wenn eine Ampulle nach 5 Wochen nicht leer ist, einen neue nehmen, da das Insulin sonst zu lange bei Zimmertemperatur liegt (evtl. Wirkverlust)