Steno Diabetes Center Copenhagen

Insulinpumpekursus Omnipod 5



Indholdsfortegnelse

Kontakter – Steno	2
Indledning – til dig som starter insulinpumpe	3
Introduktion – at gå fra pen til pumpe	4
Hvordan fungerer pumpen	4
Justering af pumpens indstillinger	7
Insulin, Pod og kontrolenhed	8
Opbevaring og håndtering af insulin - Påsætning af pod	8
Kassering af pod - Rengøring af kontrolenhed	9
Hverdagsliv med pumpe	9
Insulin til mad	9
Alkohol - Fysisk udfoldelse	10-11
Udlandsrejser – Bad, svømmehal, strand – vinter og kulde	12
Uventede udsving i blodglukose ved insulinpumpebehandling	14
Håndtering af lav blodglukose	14
Høj blodglukose, ketoner, syreforgiftning	15-17
Upload – følg dine data	17
Kontakter pumpefirma. Bestilling af materialer til insulinpumpen	18
Links	18

Bilag

Nødkit	bilag 1
Anvendelse af engangssprøjte	bilag 2
Huskeliste	bilag 3
Øvelser i pumpens funktioner	bilag
Kulhydrat- og blodsukkerregistreringsskemaer	bilag
Pjece om insulinpumpebehandling og kulhydratvurdering	bilag

Kontakt:

Diabetessygeplejersker tlf. **39 68 08 00**
Henvendelser om alle små og store problemer eller justeringer angående din pumpebehandling.
Alle hverdage 8:00 – 16.00

Ved **akutte** problemer, kontakt da:

24-timers telefonservice på Steno Diabetes Center:

39 68 08 00

Tekniske problemer med Omnipod 5 eller tilhørende sensor
Nordic Infucare kan hjælpe: 70 28 10 24

Indledning – til dig som starter insulinpumpe

Kære kursist,

Velkommen til kursus i insulinpumpe. Vi glæder os til at være sammen med dig de næste dage. Deltagelse i dette kursus kommer for de fleste til at betyde mere end bare et behandlingsskift. At gå fra pen til pumpe betyder en nødvendig ændring i vaner, en mulighed for at lære nyt og blive klogere på diabetes. Nogle oplever pumpekurset som et vendepunkt i livet med diabetes.

De fleste opnår at skære toppen af de høje og bunden af de lave blodglukoseværdier ved behandling med insulinpumpe. Pumpen giver mulighed for en mere fleksibel hverdag, hvor du fx kan spise når du har lyst og sove længe. Med en godt indstillet insulinpumpe bør du kunne gå i seng med det niveau blodglukose du ønsker at vågne med.

Men som nævnt er start med insulinpumpe også en stor forandringsproces, der er masser af nyt der skal læres og gamle vaner skal aflæres. Nogle oplever at kulhydrattælling er en stor udfordring og du skal som pumpebruger vænne dig til at bære et apparat på kroppen døgnet rundt. For nogle opleves det næsten lige så hårdt som dengang de fik diabetes og det er helt normalt at blive træt eller svinge humørmæssigt i perioden med pumpestart. Din familie eller andre nære vil nok bemærke at pumpe og diabetes fylder meget lige nu, tal med dem om hvilken proces du er i gang med.

Hvis der er noget der bekymrer dig eller undrer dig under kurset og efter kurset, så sig til!

Husk vi er der for at hjælpe dig og give dig den bedst mulige start med insulinpumpen.

Venlig hilsen Insulinpumpeteamet

Introduktion – at gå fra pen til pumpe

Hvad er en insulinpumpe?
En insulinpumpe tilfører **hurtigtvirkende insulin** kontinuerligt døgnet rundt. Du har valgt den pumpe som hedder Omnipod 5. Det er en slangeløs pumpe på 25 gram som påsættes direkte på huden. Pumpen kan programmeres til at give præcis den mængde insulin, du har behov for og styres ved hjælp at en fjernbetjening (Kontrolenhed). Pumpen er batteridrevet og computerstyret. Det anbefales at kontrolenheden oplades hver, hver anden dag. Fuld opladning giver ca. 36 timers brug.

Hvad er en sensor (kontinuerlig glukosemåler)?
Pumpen fungerer med en Libre 2 plus sensor og Dexcom 6 sensor. Sensoren måler kontinuerligt glukosen i vævsvæsken hvert 5. min døgnet rundt. Sensoren kommunikerer med Pod´en/insulinpumpen. Pumpen bruger sensorværdien til at justere insulindoseringen. Libre 2 plus kan sidde 15 dage, og Dexcom 6 kan sidde 7 dage.

Grundbegreber i insulinpumpebehandling Basal og Bolus

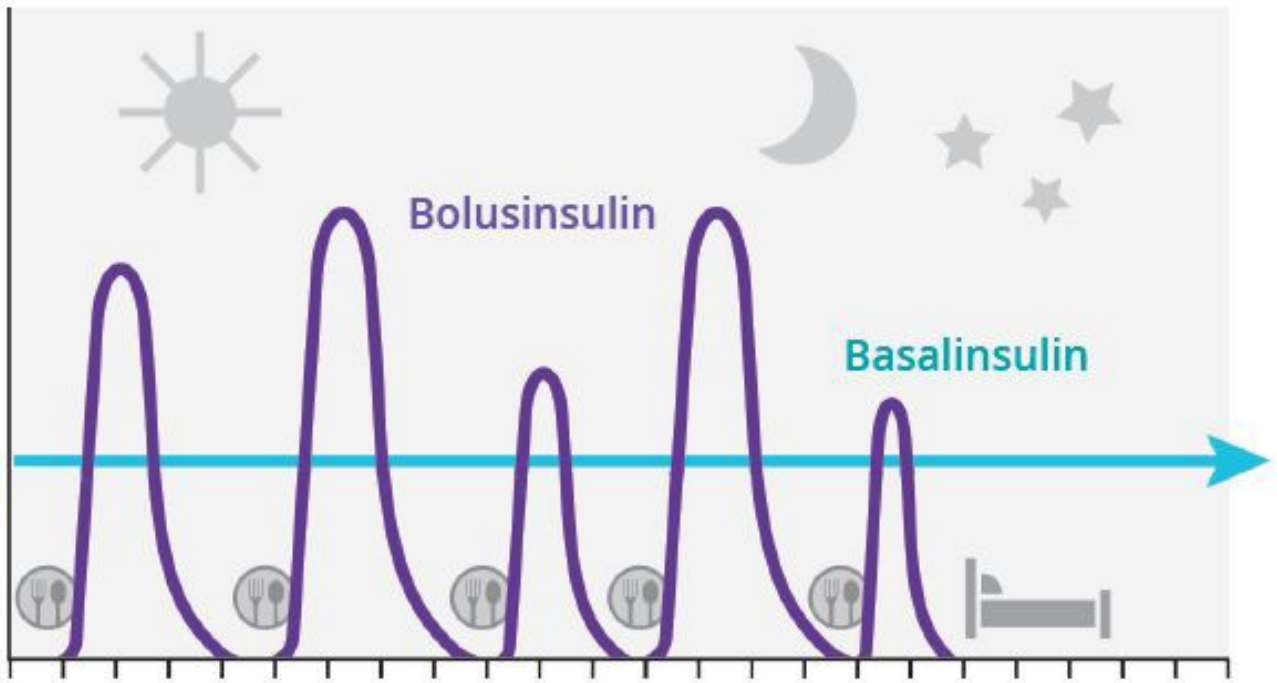
Basal
Den uafbrudte tilførsel af insulin gennem hele døgnet, kaldes basaldosis eller basalraten. Basaldosis modsvarer den mængde insulin, cellerne har behov for under faste.

Bolus – insulin doseret til måltidet (kulhydrater) eller til korrektion af et for højt blodsukker.

Pumpens bolusberegner – hjælper med at udregne bolusmængden
Bolusberegneren er et program i pumpen, der kan hjælpe dig til at dosere en mere præcis mængde insulin til dit måltid. Den præcise dosering forudsætter at du tæller kulhydrater og indtaster mængden i pumpen. I beregningen af insulinmængden anvender pumpen desuden - dine præcise tal for

Kulhydratforhold: Hvor meget kulhydrat, der hos dig svarer til 1 IE insulin.
Insulinfølsomhed/korrektionsfaktor: Hvor meget dit blodsukker cirka falder, når du tager 1 IE insulin.
Insulins virkningstid: Hvor mange timer den hurtigvirkende insulin virker (oftest 3 timer).

BG-målet: Den blodglukoseværdi, som det er ønskeligt at have under faste og som bolusberegneren korrigerer ned til 3-4 timer efter bolus er givet. BG-målet sættes individuelt ud fra din langtidsprøve (HbA1c).



Hvordan fungerer Omnipod 5 pumpen i automatiseret tilstand? (smartAdjust)
Pumpen justerer automatisk basaldosis hvert 5 minut døgnet rundt. Teknologien i Pod'en bestemmer en **Tilpasset Basalrate** ud fra dit totale daglige insulinbehov (**TDI**), baseret på afgivet insulin de sidste 14 dage. Systemet bruger din **sensorværdi og trend** til at forudsige glukoseværdien 60 minutter frem. Baseret på forudsigelsen **øger eller mindsker** systemet **din insulintilførsel hvert 5. minut** eller sætter den på pause i forhold til glukosemålet, for derved at forebygge for høje eller for lave værdier.

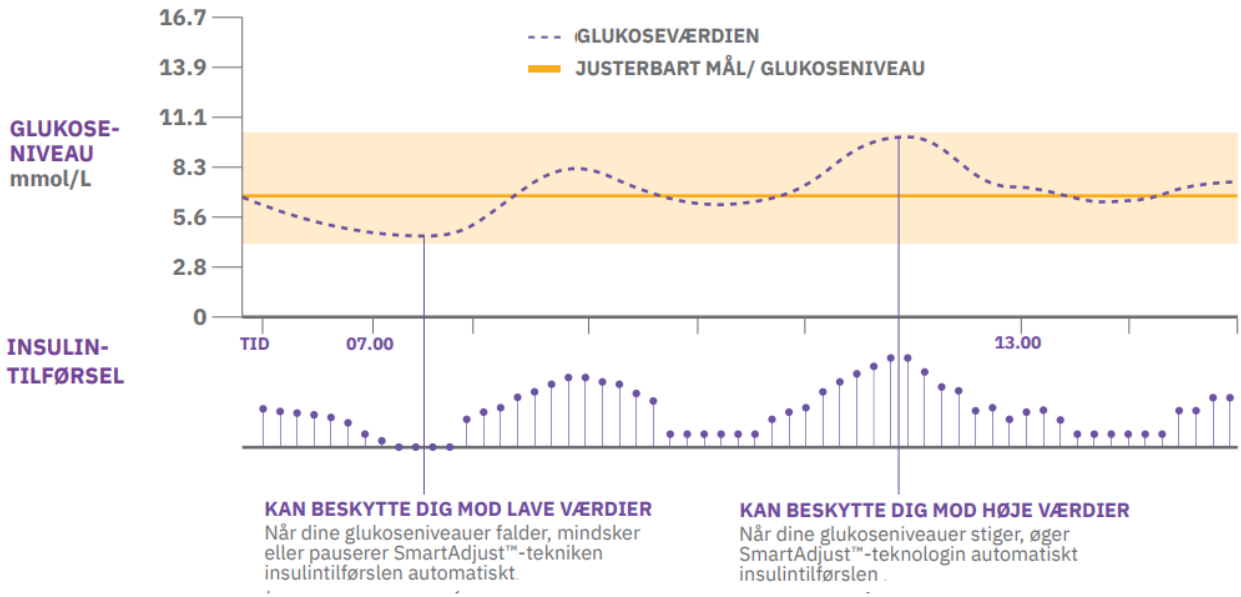
Glukosemålet kan sætte på enten 6,1 (standardindstilling); 6,7; 7,2; 7,7 eller 8,3 mmol, der kan sættes forskellige mål i forskellige tidssegmenter over døgnet ved behov.

Smartadjust systemet starter med den første pod du sætter på, men vil være mere tilbageholdende/ forsigtig i sin afgivelse af basaldosis i denne pod.

Ved 2. pod vil den bruge historikken fra 1. pod, og den maksimale automatiserede tilførsel er ikke længere begrænset.

Efter 4-5 pod vil pumpen have fuld historik, og opdaterer løbende sin tilpassede basalrate ift. din TDI.

Sådan virker Omnipod 5 sammen med en sensor



Nogle gange kan din Pod og Sensor miste kommunikationen, når du er i Automatiseret Tilstand.
Hvis det sker, kan SmartAdjust-teknologien ikke længere justere din automatiserede insulintilførsel ud fra glukoseværdien, fordi Pod'en ikke modtager opdateret glukoseinformation fra Sensoren.

20 minutter fra der, hvor Pod'en ikke længere modtager glukoseværdier fra Sensoren, går du ind i en tilstand, som kaldes **Automatiseret Tilstand: Begrænset.** Omnipod 5-appen viser "Begrænset" på startskærmen. Dit system bliver i Automatiseret Tilstand: Begrænset, indtil kommunikationen med sensoren er genoprettet, eller sensorens opvarmning er færdig. Lige efter pod skift kører pumpen altid ½ time i begrænset tilstand.

Når systemet går ind i Automatiseret Tilstand: Begrænset, baserer SmartAdjust systemet sin insulintilførsel på følgende: din basalrate i Manuel Tilstand på dette tidspunkt af dagen og din Tilpassede Basalrate for denne Pod og vælger den laveste af de to værdier hvert 5. minut.

Obs! Hvis din pumpe ofte kører i automatiseret tilstand begrænset får du ikke det optimale ud af det automatiske system.

Hvis du sætter din pumpe i **manuel tilstand**, giver den kun basalinsulin i forhold til den basalrate der er tastet ind i pumpen. Automatiske små dryp hver 5. minut.

Bolusinsulin doseres ved hjælp af kontrolenhedens bolusberegner, hvor man taster mængden af kulhydrater ind hver gang der spises. Hvis blodglukose er blevet for høj, hentes sensorglukosen ind, og bolusberegneren udregner hvor meget insulin der skal gives til mad og eventuelt høj blodglukose.

Note – insulinbehov på pen versus pumpe

Erfaringsmæssigt ved vi, at insulin givet via en insulinpumpe virker lidt bedre, end når det gives på pen. Derfor reducerer vi altid den enkeltes døgnbehov på pen med 20%, når vi udregner doseringen på pumpe.

Justering af pumpens indstillinger under kurset og på sigt

I starten sker justering af pumpens indstillinger i samråd med dine behandlere. Især på kurset og den første tid efter, vil vi bruge energi på at få bolusberegnerens indstillingerne på plads. På sigt, når du bliver mere erfaren med pumpen, vil du sagtens selv kunne justere, hvis hverdagen og måske insulinbehovet ændrer sig.

Midlertidig justering af basaldosis (manuel modus)- hvornår skal den bruges? *Midlertidig basaldosis*, hvor du i procent skruer op eller ned, er en funktion du lærer at bruge under kurset. Den kan kun bruges når pumpen er i manuel modus, hvor SmartAdjust systemet for eksempel ikke kan give nok insulin ved for eksempel høj feber i flere dage.

Insulin, Pod og PDM

Opbevaring og håndtering af insulin

- Hætteglas og insulin pen kan begge bruges til at fylde en pod med
- Insulinen skal have stuetemperatur, inden den trækkes op, og kommes i Pod'en.
- Hætteglasset eller pennen skal forblive i stuetemperatur, når det er taget ud af køleskabet og anbrudt.

- Derfor er det en god ide at tage et nyt hætteglas eller pennen ud af køleskabet, når det gamle tømmes.

- Insulin er kun holdbart 30 dage fra det er anbrudt. Derfor kan det være en god ide at skrive dato på hætteglasset eller pennen, når det tages i brug.

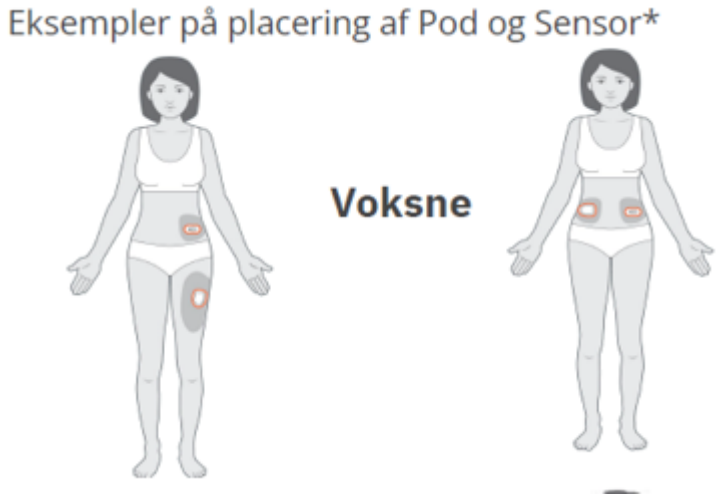
- Hætteglasset skal opbevares i mørke fx i æsken, tåler ikke at stå i sollys.

Påsætning af POD og sensor

Pod'en kan sættes på maven, på lænden, på forsiden af låret og på yder/underside af overarmen. Den skal sidde et sted, hvor det er behageligt for dig og hvor linning, bælte eller stramt tøj ikke kommer til at trække i den, så den løsnes. Undgå arvæv og tatoveringer.

Det er meget vigtigt, at du ikke har creme eller lignende på huden. Huden skal være ren og helt tør når Pod'en eller sensor påsættes.

Pod og sensor skal sidde med fri synslinie, for at kunne kommunikere med hinanden:



Opfyldning af pod og grundig instruktion om påsætning findes i udleverede materiale fra Nordic Infucare

Kassering af Pods
Pods er elektronikaffald. Returboks tilsendes fra Nordic infucare. Hvis du ikke returnerer dine Pods til firmaet skal de kasseres som elektronikaffald i boks fra kommunen eller på genbrugspladsen.

Opbevaring af Pods: Tørt, temperatur 0-30 grader C. Undgå placering tæt på mikroovn. Kontrolenheden tåler ej heller ekstreme temperaturer.

Rengøring af kontrolenhed
Ydersiden af kontrolenheden kan aftørres med en fugtig klud. Evt. desinfektions serviet, ikke sprit. Brug aldrig organiske opløsningsmidler o. lign til at rense med.

Hverdagslivet med insulinpumpe

Hvordan planlægger og eller tackler jeg:

Insulin til mad

Med pumpe skal du typisk dosere insulin, når du spiser mere end 5 gram kulhydrater. Du doserer insulin ved at taste antal gram kulhydrater ind i bolusberegneren i kontrolenheden, og så beregner den hvor meget insulin du har brug for til maden. Du kan altid korrigere i dosisforslaget inden afgivelse, hvis du fx skal være fysisk aktiv og derfor har brug for mindre insulin.

Du behøver ikke at bruge sensor værdien hver gang du spiser – du kan sagtens taste kulhydrater i kontrolenheden og tage insulin uden sensorværdi. Så får du insulin til maden, men din blodglukose korrigeres naturligvis ikke. Dette er en stor fordel, når du fx er i byen og skal spise flere retter. Du kan eventuelt bruge sensorværdien i bolusberegneren, inden du går til bords for at korrigere, hvis det er for højt. Undervejs i middagen taster du kulhydrater ind, efterhånden som du spiser.

Alle kulhydrater skal helst tastes ind – men 5-10 g kan pumpen oftest godt håndtere selv. Tæl kulhydraterne så præcist som muligt, og tag bolus 10-15 min før måltidet. Hvis du har glemt en bolus til mad gør da følgende:

- Er der gået **mindre end 60 min** efter du er startet måltid, tast halvdelen af de glemte kulhydrater ind og tag hvad pumpen foreslår.
- Er der gået **mere end 60 min** efter måltid da vent på at pumpen selv korrigerer det ned. Undgå at taste kulhydrater ind som du ikke spiser, det kan give for mange lave BS.

Hvis du spiser store mængder kulhydrat (over 50 gram) i kombination med højt fedt/protein indhold (fx pizza) da tast først 50-75% af kulhydraterne og

vent på om systemet kan klare resten. Måske er der behov for at taste yderligere kulhydrater efter 2-3 timer men ikke nødvendigvis alle. Systemet kan ”håndtere” mindre og forsinket stigning ved hjælp af ”SmartAdjust” systemet

-Alkohol?

Som udgangspunkt anbefales ikke at tage insulin til alkohol. Enkelte oplever dog at blodglukose stiger og det derfor kan være nødvendigt at tage insulin til drikkevarer med mange kulhydrater i, som øl og drinks med sukker sodavand. Det er vigtigt at være opmærksom på at blodglukose kan falde senere idet alkohol blokerer de enzymer som frigiver glukose fra leveren, hvormed risikoen for hypoglykæmi er øget. Her kan pumpen være en hjælp.
Hvis du har indtaget alkohol i aften og nat timerne, kan du bruge: **Aktivitetsfunktionen** (BG-målet øges til 8,3 mmol og insulindoseringen mindskes derved) og lade det køre natten over, og/eller spise natmad før sengetid. Behovet for at bruge aktivitetsfunktionen, afhænger af mængden af alkohol og om du fx har danset. Jo mere aktiv du har været og jo flere genstande du har drukket, jo flere timer anbefales det at sætte aktivitetsfunktionen til.

- Fysisk udfoldelse: havearbejde, sport mv.?

- Du har altid Pod’en på, men kontrolenheden kan lægges af vejen når du ikke lige skal have Bolusinsulin.

Ved fysisk udfoldelse handler det om at have så lidt aktiv insulin i kroppen som muligt, for at undgå lave BS. Ved aktivitet under 30 min behøver du måske ikke at sætte **Aktivitetsfunktionen** til.
Ved mere end 30 min aktivitet sættes **aktivitetsfunktionen** til 1-1½ time før start (hvis muligt). Tast kun halvdelen af kulhydraterne ved måltid før og eventuelt efter aktiviteten. Ved hård eller langvarig fysisk aktivitet anbefales desuden at kompensere med hurtigvirkende kulhydrater inden, under og efter, svarende til ”anstrengelserne”.
15 min før aktivitet tjekkes sensorværdi:

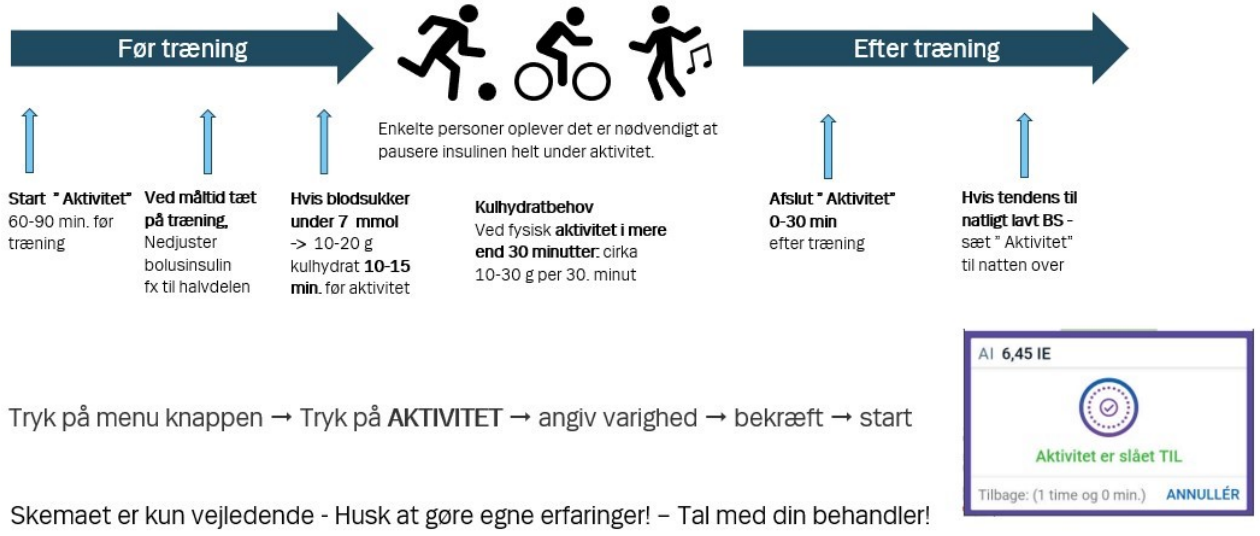
- Sensorværdi < 5 indtages 20 gram kulhydrat der ikke tastes i pumpen
- Sensorværdi < 7 indtages 10 gram kulhydrat der ikke tastes i pumpen
- Sensorværdi > 7 start motion

Efter aktivitet går man tilbage til normalt mål (afprøv om det skal være umiddelbart efter eller fx 15 minutter efter aktiviteten er slut)

Trods aktivitetsfunktion, og at den er sat til i god tid før aktiviteten, oplever nogle alligevel at bs bliver for lavt. Så kan insulinen helt pauseres, i op til 2 timer.
Det kræver at pumpen sættes i manuel tilstand, for at kunne pausere. Der skal trykkes start insulin for at genoptage basalen igen, og skift tilstand til automatiseret igen.

Når du lægger kontrolenheden fra dig, i forbindelse med besøg i sportshaller og lignende steder, skal den anbringes et forsvarligt sted, gerne aflåst, så du ikke risikerer at den bliver stjålet. Overvej at slå lydløse alarmer til så pumpen ikke ligger og larmer.

Fysisk aktivitet med Omnipod 5 i automatiseret tilstand



- **- Udlandsrejser?**

I tilfælde af pumpesvigt medbring da altid nødkit.
Bruger du hætteglas kan du bruge engangssprøjter. Ellers anbefaler vi at du medbringer insulinpenne med både hurtigt- og langsomvirkende insulin.
Evt låner en kontrolenhed (kontakt Nordic Infucare om dette)

Hvis ikke dosering for flergangsbehandling haves ved hånden, når uheldet er ude, kontakt da Steno.

Ved security-kontrol i lufthavne medbringer du dit rejsebrev. Du beholder Pod'en på gennem diverse sikkerhedsscannere. Kontrolenheden kan køres igennem bagagescanneren

Medbring altid
- Rejsebrev: Type1 diabetes med insulinpumpe
- Opbevar insulin, Pods og måleudstyr i håndbagagen
- Lad din evt. rejsefælle bære noget af dit udstyr – for at nedsætte risikoen for at miste alt udstyr ved evt. tyveri

- Rejse over tidszoner

- Ret tid og dato i kontrolenheden når du ankommer på bestemmelsesstedet.
- Vær opmærksom på sensorværdier, mål eventuelt blodsukker med fingerprik under rejsen og juster ved behov

- Bad – svømmehal, strand – sol og saltvand?

Pod'en er vandtæt og du kan dykke med den ned til max 7,6 m. Af hensyn til plasterets holdbarhed bør du ikke opholde dig i vandet længere end 60 minutter ad gangen.
Kontrolenheden er IKKE vandtæt

-Solarium og sauna?

Insulin i din Pod tåler ikke varmen. En våd klud over Pod´en kan holde den nogenlunde kølig.

-Vinter og kulde?

- Insulin, måleudstyr og bs -strimler tåler ikke frost.

- Pod skal være dækket og kontrolhed, blodsukkerapperat og strimler skal derfor holdes tæt til kroppen under tøjet.

Uventede udsving i blodsukkeret ved pumpebehandling

De fleste oplever som nævnt, at blodglukose bliver mere stabilt under pumpebehandlingen. Hvis lavt BG opstår, er det nemmere at få det op igen, da der ikke længere er store depoter af langsomvirkende insulin i kroppen, og det er nemmere at justere insulinmængden lige nu og her.
Når høj blodglukose opstår under pumpebehandlingen, er det særlig vigtigt at være opmærksom. Hvis tilførslen fra pumpen svigter, opstår der insulinmangel i kroppen inden for få timer. På grund af denne risiko har vi senere i denne mappe et grundigt afsnit om håndtering af højtblodglukose og ketoner/syreforgiftning. Vel og mærke *ikke* fordi syreforgiftning hyppigere opstår for pumpebrugere, men fordi man som pumpebruger skal reagere hensigtsmæssigt og hurtigt, hvis en høj blodglukose ikke kommer ned med det samme.

Håndtering af lavt blodsukker

Med insulinpumpe kan lavt blodsukker, < 3,9 mmol/l, ofte behandles med mindre kulhydratmængde end ved pen behandling, og det vil ofte være tilstrækkeligt at indtage cirka 10-15 gram hurtige kulhydrater, afhængigt af blodglukose værdi og forudgående fysisk aktivitet. Som tommelfingerregel stiger dit blodglukose 2 mmol på 10 g kulhydrat

10 g. kulhydrat findes i:	1 dl juice
	1 dl sodavand eller sød saft
	3 stk. druesukkertabletter a 3 gram

Høj blodglukose, ketoner, syreforgiftning og insulinpumpe

Hvad er ketonstoffer og hvorfor opstår de

Blodketoner/syreforgiftning skyldes insulinmangel. Når din krop mangler insulin, stiger din blodglukose. For at få energi begynder kroppen i stedet at forbrænde fedt. Under fedtforbrændingen fremkommer et restprodukt kaldet ketoner. Ketoner gør blodet surt. Forhøjet niveau af ketoner er farligt, hvis kroppen ikke tilføres nødvendig insulin. Hvis ketonniveauet bliver ved med at

stige, udvikles til sidst en livstruende tilstand, såkaldt **ketoacidose (syreforgiftning)**.

I din insulinpumpe er der udelukkende hurtigvirkende insulin. Det har en virkningstid på 3 - 4 timer.
Ved mangel på insulin i kroppen stiger din blodglukose hurtigt, og du kan danne ketonstoffer.
Insulinmangel i kroppen kan forekomme i følgende situationer:

- når nålen i huden ikke virker.
- når insulinpumpen af en eller anden grund ikke tilfører insulin.
- når du bliver syg og får feber.
- Når insulinet ikke virker

Det er meget vigtigt at holde øje med ketonniveauet, hvis blodglukose stiger uforklarligt.
Ved sygdom med høj feber og høje BS vil SmartAdjust øge basalafgivelsen.
Hvis det ikke er tilstrækkeligt til at få BS ned, da kontakt Steno.
Ved ketoner kan det være nødvendigt at slå automatiseret tilstand fra og køre i manuel tilstand, så man kan øge i midlertidig basal

Symptomer på begyndende syreforgiftning kan være

- kvalme
- hovedpine og træthed
- tørst og hyppig, stor vandladning
- generel utilpashed
- acetonelugt i ånde
- mavesmerter, ildebefindende og opkast

Tag ikke fejl!
Symptomerne kan let forveksles med maveinfektion, influenza samt tømmermænd.

Har jeg ketoner i kroppen?
Du kan finde ud af, om din krop er ved at danne ketoner, ved at undersøge dit blod eller urin. På kurset får du udleveret et ketonapparat, som kan måle ketoner direkte i blodet. Det er den mest præcise målemetode.
Undersøgelse for blodketoner



- find dit blodketonapparat med tilhørende strimler frem.
- sæt en blodketonstrimmel i apparatet.
  Obs! der skal bruges en større mængde blod end til vanlig blodglukosemåling.
- tag en blodtest og aflæs apparatet.

Tolkning af blodketonmåling og anbefalinger fremgår af skemaet

Ketonniveau i blodet	TILTAG
<0,6 mmol/L	Normalområde Mål dit blodglukose regelmæssigt
0,6-1,5 mmol/L	Mål både blodglukose og ketonniveauet i blodet hver 2-4 time, der skal mere insulin til – Rådfør dig med dit diabetesteam
1,5-3 mmol/L	Risiko for begyndende ketoacidose Kontakt læge/sygeplejerske
>3 mmol/L	Kontakt akutmodtagelse omgående Risiko for ketoacidose

Hvad skal jeg gøre og hvornår skal jeg søge hjælp?

- Hvis din blodglukose er forhøjet, **og du har ketonstoffer** – tag ekstra insulin. Bolusberegneren tager ikke højde for et øget insulinbehov, det skal du selv gøre.
- Tag insulin **med en pen eller engangssprøjte**, hvis du allerede har taget ekstra insulin på pumpen, og blodglukose fortsat ikke er faldet markant.
- Skift Pod

- Tjek blodglukose og blodketoner hver 1 – 2 timer og tag ekstra insulin indtil situationen er stabiliseret, dvs. ketonstofferne er væk og blodglukose er normalt.
- Drik rigeligt vand eller lignende for at skylle ketonstofferne ud af kroppen.
- Hvis blodketoner er >1,5 mmol/l anbefales at skifte fra automatiseret til manuel tilstand, ring og få råd og vejledning på telefonrådgivningen på Steno Diabetes Center: 39680800. Ring også hvis ketonerne ikke falder eller hvis du er utryg ved situationen.
- I dagene efter du har haft ketoner i blodet, kan du risikere at ketonstoffer hurtigt gendannes.
- Vær forberedt på, at der er behov for ekstra insulin i dagene efter en situation med ketoner, som ovenfor beskrevet.

Hvornår skal jeg reagere?
Hvis du har et eller flere af ovennævnte symptomer, og din blodglukose er forhøjet over 13 – 20 mmol/l eller højere, da skal du være ekstra opmærksom på, at du kan være ved at udvikle ketoner i kroppen eller måske allerede har det.
Hvis du ikke har symptomer og har en ***enkeltstående*** høj blodglukose som falder med det samme når du giver ekstra insulin, er der ikke grund til bekymring.

Strimler til blodketonapparat bestilles samme sted hvor du bestiller dine blodsukkerstrimler.

Upload af pumpen – følg dine data og forbered dig til din konsultation

Insulinpumpen gemmer en mængde pumpe og sensor data: Fx. Indtastet blodglukose, afgivet insulindoseringer mv. I pumpens historik vil du kunne se om du fx har afgivet en bolus, hvis du bliver i tvivl. Pumpen uploades til Glooko, som du har/skal lave en konto hos inden kurset. Upload af pumpen vil være et fælles arbejdsredskab, vi benytter til at se om indstillingerne i pumpen er sat rigtigt og til at analysere, hvad der kan være på spil, hvis BG ikke ligger som det skal.

Kontakt Nordic Infucare

For tekniske spørgsmål +45 80 25 36 09

Varebestilling foregår via Biofarma
Ring eller skriv til

Kundeservice: +45 43 27 03 13 eller Ordre@biofarma.dk

Nyttige links

---

www.diabetes.dk: Hjemmeside for Diabetesforeningen, Danmark

www.europaeiske.dk: Rejseforsikring

www.foodcomp.dk (http://frida.fooddata.dk): Indhold diverse fødevarer, beregning kulhydrater.

www.glycemicindex.com: Beregning kulhydrater

www.insulinpumpforums.com: Debatforum på engelsk

www.steno.dk: Stenos hjemmeside

http://store.aquapac.net - vandtæt beskyttelse til PDM

Facebookgrupper:

"Motion og diabetes 1 og 1,5" - deling af erfaringer om motion på alle niveauer. Ikke sportsgruppe

Diabetes i Danmark (os med type 1)

Insulinpumpen.dk

Bilag 1

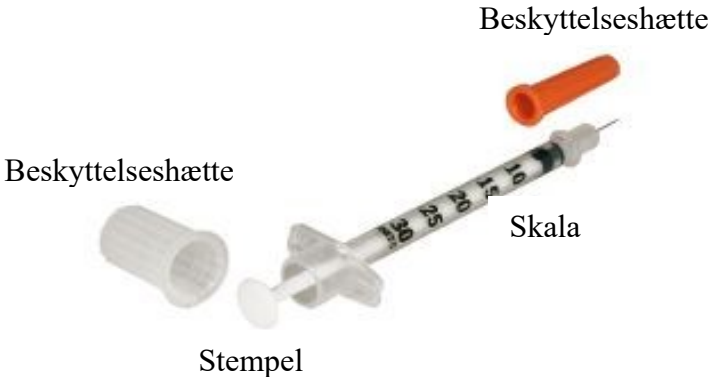
Nødkit

– Omnipod pumpesystem

- Ekstra blodsukkerapparat + stix – eller blodglukosestix til ketonapparatet, som også kan måle blodglukose
- Blodketonapparat med tilhørende ketonstrimler
- Ekstra pods
- Engangssprøjter
- Kabel til opladning af kontrolenhed
- Hætteglas med insulin
- Spritswaps
- Pumpens behandlingsindstillinger og evt. forslag til behandling på insulinpen med hurtigt og langsomt virkende insulin ved pumpenedbrud
- Kontakt telefonnumre til Steno Diabetes Center: 39 68 08 00

Bilag2

Når du skal tage ekstra insulin med en engangssprøjte



Se på sprøjten, hvor meget den indeholder.
De fleste engangssprøjter indeholder 0,3 ml = 30 IE eller enheder.

Du skal vride den hvide beskyttelseshætte af sprøjten i bunden ved stemplet og smide den ud.
Vrid derefter den orange beskyttelseshætte forsigtigt af, og pas på du ikke rører nålen.

Sprøjten er nu klar til anvendelse.



Stemplet skal glide uhindret - træk det lidt tilbage et par gange.
Hvis stemplet trækkes ud af sprøjten, skal sprøjten kasseres og en ny tages i brug.

Vær opmærksom på, om den enkelte streg på sprøjten angiver én eller en halv enhed insulin (1 eller ½ IE).
Vi anbefaler at du anskaffer engangssprøjter med ½ IE inddeling.

Bilag 3

Sådan anvender du en engangssprøjte

- Rengør gummi-membranen på hætteglasset med insulin, med en spritserviet
- Træk luft i engangs-sprøjten, svarende til det antal IE insulin som du vil tage
- Stik nålen igennem gummi-membranen på hætteglasset og sprøjt luften ind i hætteglasset
- Træk det ønskede antal IE insulin ind i engangs-sprøjten
- Frigør luftbobler ved at banke på engangs-sprøjten
- Pres eventuel luft tilbage i hætteglasset
- Fortsæt til alle luftbobler er væk og du har trukket den ønskede mængde insulin ind i engagns-sprøjten.

Du kan nu tage din insulin.

På nedenstående billede kan du se, hvordan en kasse med engangs-sprøjter kan se ud.



Huskeliste – vigtigt at få gjort i kursusugen ☺

- Hente insulin på apoteket, recept vil være tilgængelig fra fredag eftermiddag inden kursusugen
- Bestille pods hos pumpefirmaet til de næste tre måneder
- Pakke et nødkit
- Sikre dig at du kan komme til de planlagte opfølgningstider 1 måned og 2 måneder efter pumpe – det er vigtigt!

Hvis du ikke har nået det inden kurset:

- Tjekke hos kommunen (dvs.borgerservice, hjælpemidler) om du har bevilling på ketonstrimler.
- Bestille Ketonstrimler hos din diabetesforhandler (udpeget af kommunen)