



CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

ZELFINJECTIE MET BLOEDVERDUNNER

(ZOALS CLEXANE® OF INNOHEP®)



Het doel van deze brochure? U informeren over hoe u zelf antistollingsmiddelen kunt injecteren, volgens de instructies die u van uw verpleegkundige heeft gekregen toen u in het ziekenhuis werd opgenomen.





U wordt behandeld met een bloedverdunner die moet worden toegediend via subcutane (SC) injectie, met andere woorden in de vetlaag, net onder de huid en direct boven de spier.

Een bloedverdunner of antistollingsmiddel is een geneesmiddel dat het bloed verdunt. Het middel kan curatief worden gebruikt om een bloedstolsel in een diepe ader/slagader te doen verdwijnen, of preventief (om de vorming van bloedstolsels te voorkomen na een chirurgische ingreep of bepaalde medische onderzoeken).

Zelfinjectie

Als u uzelf wilt injecteren, **legt de verpleegkundige** uit hoe dat moet en krijgt u tijdens uw ziekenhuisopname begeleiding bij het uitvoeren van de injectie. Het is heel belangrijk **om de instructies goed op te volgen**.

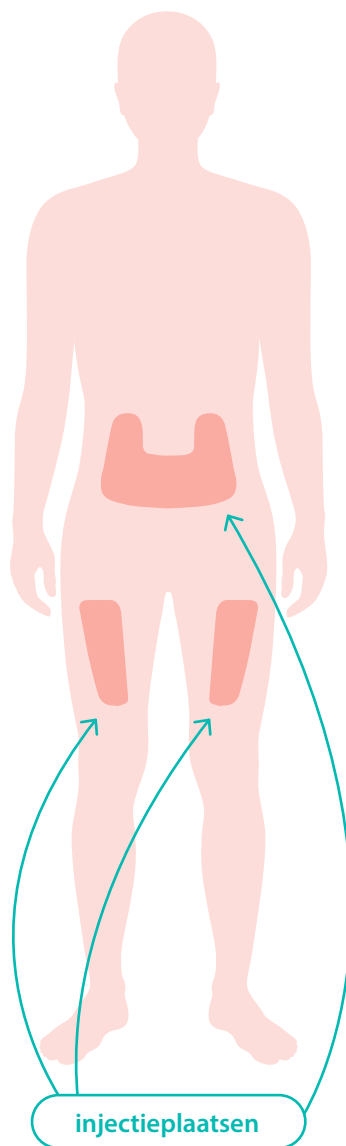
Het is normaal dat u zich zorgen maakt bij het idee van zelfinjectie met een geneesmiddel.

We geven u graag een paar tips om alles zo vlot mogelijk te laten verlopen door de pijn en de stress die u kunt voelen, te verzachten:

1 VERZACHTENDE TIPS

- Kies een **rustige** plek en een **comfortabele** positie.
- **Ga zitten** of **liggen** voor een injectie in de buik.
- Stel u **positief** en **zelfverzekerd** op.
- Leg 10 tot 20 seconden **vóór** de injectie wat **ijs** op de injectieplaats. Dat kan **helpen bij de pijnbestrijding**.

Tijdens uw ziekenhuisopname helpt de verpleegkundige u om de **beste injectieplaatsen** te bepalen. Het is belangrijk dat u die telkens **afwisselt**. De injectie moet gebeuren in **gezonde huid** (zonder roodheid, zwelling, verharding, puistjes of gevoeligheid).



2 GOOI DE SPIJT IN EEN GESCHIKTE CONTAINER

- In een **container voor prikkelijke, snijdende, scherpe voorwerpen**, een **naaldencontainer** of een **plastic fles met een dop**.
- Breng die later naar uw **apotheek** of het **Recypark**.

⚠ Spuiten en naalden mogen niet bij het huisvuil (groot risico op ongevallen voor de werknemers van de openbare reinigingsdienst).

3 WAT U MOET WETEN

- Deze behandeling is niet fijn, maar wel noodzakelijk! **Stop nooit eerder met de injecties dan uw arts u heeft gezegd**.
- Dien uzelf nooit een **dubbele** dosis toe.
- Het injectietijdstip moet worden gerespecteerd: injecteer altijd **op hetzelfde tijdstip**.
- Als u niet langer zelf de injecties wilt uitvoeren, kunt u steeds **een beroep doen op een thuisverpleegkundige** en uw arts vragen om een voorschrift voor die zorg.
- Bewaar het geneesmiddel op **kamertemperatuur**.

4 BIJWERKINGEN

Zoals bij elke behandeling met bloedverdunders zijn er bloedingsproblemen mogelijk.

- **Bloedingen** kunnen variëren van een kleine blauwe plek tot ernstige bloedingen. Waarschuwingssignalen zijn onder andere neusbloedingen, hematurie (bloed in de urine) en melaena (bloed in de ontlasting).

⚠ Neem onmiddellijk contact op met uw arts als die symptomen zich voordoen.

- Ook al wordt de injectie heel zorgvuldig toegediend, toch komt het vaak voor dat er op de injectieplaats een **kleine blauwe** plek zonder gevolgen verschijnt.
- In sommige gevallen kunnen er ook **harde knobbeltjes** opduiken. Ze vereisen geen stopzetting van de behandeling en meestal verdwijnen ze na een paar dagen.

⚠ Neem contact op met uw huisarts als u bijwerkingen opmerkt die verband houden met de medicatie.

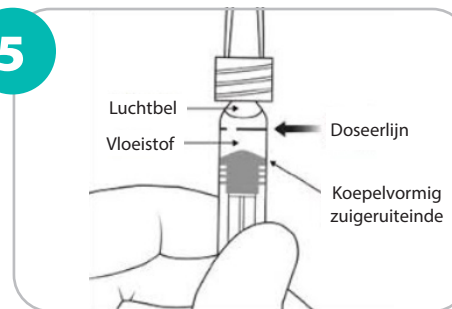
Injectietechniek

1



Leg de spuit, een alcoholdoekje en de geschikte container klaar.

5



Druk de luchtbel niet uit de spuit, de luchtbel zorgt ervoor dat de naald aan het einde van de injectie wordt doorgeblazen, zodat het geneesmiddel volledig wordt toegediend.

2



Was uw handen met water en zeep.

6



Tik lichtjes tegen de spuit, met de naald naar beneden, totdat de luchtbel zich bovenaan, tegen de zuiger, bevindt.

3



Maak de injectieplaats schoon met een alcoholdoekje in een spiraal van de injectieplaats naar buiten toe en laat 30 seconden drogen.

7



Neem de spuit met de hand waarmee u schrijft, verwijder het beschermdopje van de naald.

4



Open de verpakking van de spuit.

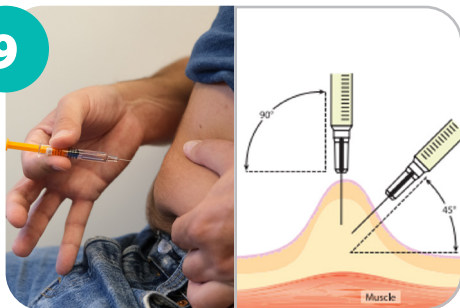
8



Met uw andere hand **knijpt** u met duim en wijsvinger de huid van uw buik samen tot een huidplooi

Injectietechniek

9



Duw de naald snel onder een verticale hoek van 90° in de huidplooi. Voor magere personen kan een hoek van 45° aangewezen zijn (zie tekening hiernaast)

13



Oefen druk uit (zonder te wrijven of te masseren) met een kompres of watje op de plaats van de inspuiting om blauwe plekken te voorkomen.

10



Injecteer het geneesmiddel langzaam door de zuiger helemaal tot het einde in te drukken (afhankelijk van het gebruikte merk kan er een beschermhoesje over de naald schuiven).

14



Was uw handen met water en zeep.

11



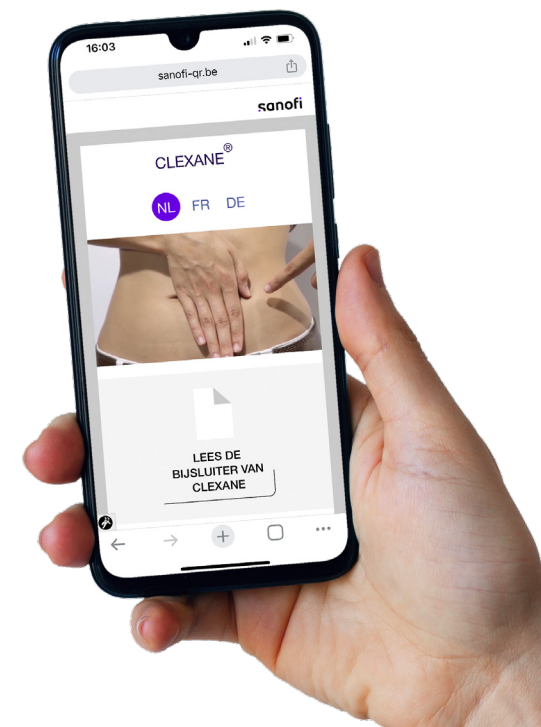
Laat de huidplooi los en verwijder de naald.

12



Gooi de spuit met de naald weg in de container zonder de beschermdop opnieuw op de naald te zetten.

Bekijk deze video om een beter idee te krijgen van de techniek.





CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

Campus Hallepoort

Hoogstraat 322, 1000 Brussel
+32 (0)2 535 31 11
www.stpierre-bru.be

Hebt u nog vragen?

**Praat erover met de
verpleegkundige of de arts.**