LANTUS® T1

TYYPIN 1 DIABETES

LANTUS®-perusinsuliini
100 yksikköä/ml



potilas-
ohje

SANOFI

Hyvä LANTUS®-perusinsuliinin käyttäjä,

Sinulle on aloitettu LANTUS® (glargininsuliini 100 yks/ml), joka on pitkävaikutteinen perusinsuliini. LANTUS®-insuliinilla on tasainen ja pitkäkestoinen vaikutus. Sen tarkoituksena on kattaa insuliinin tarve aterioiden välillä ja yöllä.

LANTUS®-insuliini pistetään kerran vuorokaudessa samaan aikaan joka päivä. Pistosajankohdan voit valita päivärytmisi mukaan. LANTUS® pistetään ihonalaiseen rasvakudokseen.

Kaikissa diabetekseen ja insuliinihoitoon liittyvissä asioissa voit ottaa yhteyttä lääkäriisi tai diabeteshoitajaasi, he tuntevat parhaiten yksilöllisen hoitotilanteesi.

Tutustu huolellisesti myös insuliinipakkauksessa olevaan pakkausselosteeseen.

Tavoitteellinen verensokerin omaseuranta

Verensokeriarvojen mittaus ja omaseuranta, tulosten tulkinta ja hyödyntäminen ovat osa jokapäiväistä insuliinihoidon toteutusta. Tavoitteena on, että verensokeriarvot pysyisivät mahdollisimman hyvin tavoitealueella, eikä liian korkeita tai matalia verensokeriarvoja juuri esiintyisi. Insuliiniannoksiin tehdään tarvittaessa muutoksia juuri mittaustulosten perusteella. Suunnittelet oman, yksilöllisen verensokerin tavoitteen sekä omaseurannan toteutuksen yhdessä hoitajan ja lääkärin kanssa.



Insuliiniannosten säätö

Perusinsuliini

LANTUS®-perusinsuliinin avulla turvataan insuliinin tarpeesi aterioiden välillä ja öisin. Yksilöllinen paastoverensokeritavoite pyritään saavuttamaan ilman hypoglykemioita. LANTUS®-perusinsuliinihoitoa aloitettaessa on tärkeää seurata verensokeria tiiviisti. Lääkärisi ja diabeteshoitajasi ohjaavat sinua annoksen säädössä.

- Mittaa paastoverensokeriarvosi aamuisin ennen aamupalaa. Mittaustuloksen perusteella voit nostaa insuliiniannosta sinulle annetun ohjeen mukaisesti, mikäli liian matalia verensokeriarvoja (alle 4 mmol/l) ei ole ollut. Jos sinulla on matalia verensokeriarvoja, pienennä insuliiniannosta saamiesi ohjeiden mukaisesti.
- Perusinsuliiniannoksen sopivuutta arvioidaan myös yöparimittausten avulla. Mittaa verensokeri illalla ennen nukkumaanmenoa ja aamulla herätessäsi. Tavoitteena on, että verensokeri pysyy kutakuinkin tasaisena yön aikana.

Ateriainsuliini

Aterian yhteydessä annosteltavan yleensä pikavaikutteisen insuliinin, ateriainsuliinin, tehtävänä on estää aterian sisältämien hiilihydraattien aiheuttama verensokerin nousu. Se annostellaan hiilihydraattimäärän mukaan yleensä juuri ennen ateriaa. Sopivan insuliiniannoksen löytämiseksi tehdään parimittauksia.

- Mittaa verensokeri ennen ateriaa ja noin 2 tuntia syömisen aloittamisen jälkeen. Pikainsuliinin annostus on sopiva, jos verensokeri on suunnilleen sama kuin ennen ateriaa tai se nousee enintään 2–3 mmol/l ateriaa edeltävästä mittauksesta.

Huomaa, että voit joutua muuttamaan totuttua ateriainsuliinin annostusta, jos siirryt toisesta perusinsuliinista LANTUS®-insuliiniin.

On tärkeää, että teet enemmän verensokerimittauksia (aamu-, yö- ja ateriaparimittauksia) muutamina päivinä ennen vastaanottokäyntiä ja kirjaat arvot ylös. Mittaukset auttavat lääkäriä ja hoitajaa suunnittelemaan juuri sinulle sopivan hoidon sekä ohjaamaan ja tukemaan sinua päivittäisessä omahoidossasi. Ota siis mittaustuloksesi aina mukaasi vastaanotolle.

Tunnista liian matala verensokeri

Joskus verensokeri saattaa laskea liian matalalle, alle 4 mmol/l.
Tätä tilaa kutsutaan hypoglykemiaksi ja siihen liittyy yleensä klassisia oireita.

Klassiset oireet:

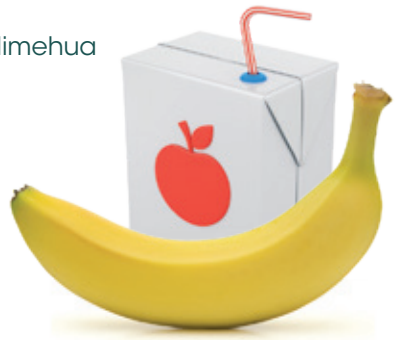
- ☐ vapina
- ☐ heikotus
- ☐ nälkä
- ☐ hikoilu
- ☐ väsymys
- ☐ ärtyneisyys
- ☐ näköhäiriöt
- ☐ päänsärky

Jos sinulla ilmenee näitä **matalaan verensokeriin viittaavia klassisia oireita**, ota nopeasti imeytyvää hiilihydraattia, kuten lasillinen tuoremehua tai maitoa, mittaa verensokerisi ja kirjaa mittaustulos verensokeriseurantavihkoon. Mikäli oireet eivät helpota 10–15 minuutin kuluessa, ota uusi annos nopeasti imeytyvää hiilihydraattia, kunnes verensokeri on jälleen >5 mmol/l. Mikäli et keksi syytä, josta matala verensokeri johtui, ota yhteyttä hoitopaikkaasi.

Liian matalan verensokerin ensiapu:

Nauti 10–20 g nopeasti imeytyvää hiilihydraattia, esimerkiksi jotain seuraavista:

- 2 dl tuoremehua, täysmehua tai pillimehua
- 2 dl tavallista virvoitusjuomaa
- 2 rkl hunajaa tai siirappia
- 8 glukoosipastillia (Siripiri)
- 8 sokeripalaa
  esim. veteen liuotettuna
- yksi keskikokoinen banaani



Suklaa ei ole hyvä ensiapu, sillä se sisältää paljon rasvapitoista hiilihydraattia ja siten imeytyy hitaammin.

Matalan verensokerin aiheuttamat oireet ja tuntemukset ovat aina kuitenkin yksilöllisiä ja joskus klassisia oireita lievempiä. Siksi on tärkeää, että opit tunnistamaan ne. **Muita matalan verensokerin oireita ja tuntemuksia ovat:**

Huono tai outo olo

- ☐ jos lounas tai päivällinen viivästyy normaalista tai jää väliin
- ☐ pidempään liikkuessasi
- ☐ jos et syö ennen liikuntaa
- ☐ öisin, etenkin jos et syö iltapalaa
- ☐ usein samaan aikaan päivästä

Muut tuntemukset

- ☐ univaikeudet
- ☐ painonnousu
- ☐ suurempi alttius tapaturmille aiempaan verrattuna
- ☐ laskenut toimintakyky
- ☐ muisti pätkii, ajatus ei kulje
- ☐ päänsärky tai migreeni aamulla heräämisen jälkeen
- ☐ aamuisin heittelevä verensokeri, joka on toisinaan normaali ja toisinaan hyvinkin korkea

Huom.

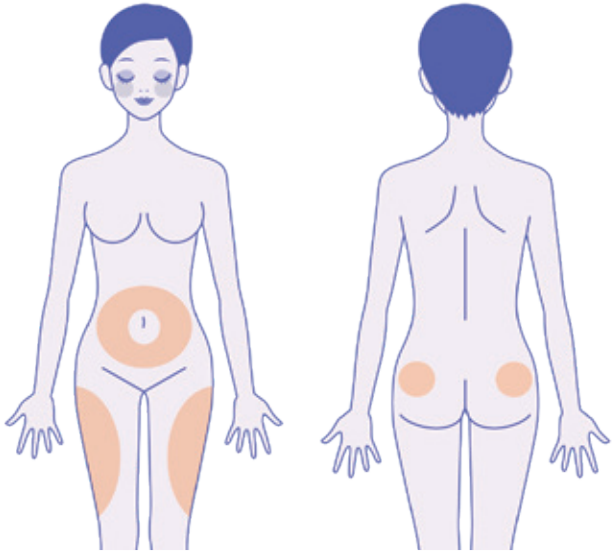
Jos sinulla ilmenee näitä muita matalan verensokerin oireita tai tuntemuksia, mittaa silloin verensokerisi ja tee tarvittaessa tarkempaa seurantaa. Kirjaa mittaustulokset verensokeriseurantavihkoon ja ilmoita tuntemuksistasi omalle hoitajallesi tai lääkärillesi, etenkin jos verensokerisi on alle 4 mmol/l. Tällöin hoitoasi on syytä arvioida uudelleen ja sitä voidaan tarvittaessa muuttaa.

LANTUS®-perusinsuliinin pistäminen

- Pistä LANTUS®-perusinsuliini ihonalaiseen rasvakudokseen kerran vuorokaudessa aina samaan aikaan.
- Älä pistä insuliinia koskaan vaatteiden läpi.
- Insuliinikynä on aina henkilökohtainen ja vain sinun käyttöösi tarkoitettu.
- Älä koskaan vedä esitäytetystä insuliinikynästä tai insuliinikynän sisällä olevasta sylinteriampullista insuliinia insuliiniruiskuun annosteluvirheiden välttämiseksi.
- LANTUS®-perusinsuliinia ei saa yhdistää muiden insuliinien tai lääkeaineiden kanssa samaan ruiskuun. Sitä ei saa myöskään laimentaa. Sekoittaminen ja/tai laimentaminen voivat muuttaa sen vaikutusta.
- Tarkkaile pistospaikkoja. Älä pistä insuliinia kohtiin, joissa havaitset turvotusta tai kovettumia. Tällaisissa pistospaikoissa insuliinin imeytyminen saattaa muuttua ennalta-arvaamattomaksi.

Yleiset insuliinin pistosalueet

Insuliinin pistosalueen tulisi olla mahdollisimman laaja. Vaihtele pistoskohtaa jokaisella pistoskerralla valitun pistosalueen sisällä.



Pistosvälineet

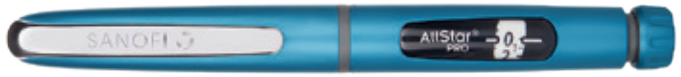
LANTUS® -perusinsuliinia on saatavilla

- 3 ml:n sylinteriampulleina, joita voidaan käyttää Sanofin JuniorSTAR®- tai AllStar® PRO -insuliinikynissä
- esitäytetyssä LANTUS® SoloStar® -insuliinikynässä, jonka käyttöohjeen löydät seuraavalta sivulta

Lisätietoa JuniorSTAR® ja AllStar® PRO -insuliinikynistä saat hoitopaikastasi.



JuniorSTAR® -insuliinikynä: annostelu 1–30 yksikköä 0,5 yksikön tarkkuudella.



AllStar® PRO -insuliinikynä: annostelu 1–80 yksikköä 1 yksikön tarkkuudella.



LANTUS® SoloStar® -esitäytetty insuliinikynä: annostelu 1–80 yksikköä 1 yksikön tarkkuudella.

LANTUS®-perusinsuliinin säilyttäminen

Käyttämättömät LANTUS® SoloStar® -insuliinikynät ja sylinteriampullit

Säilytä jääkaapissa (+2 °C – +8 °C). Insuliini ei saa jäätyä. Älä säilytä lähellä jääkaapin pakastuslokeroa tai kylmäelementtiä. Pidä valmiste alkuperäisessä pakkauksessaan. Insuliini on herkkä valolle.

Säilyvyys käyttöönoton jälkeen

Säilytä käytössä oleva insuliinikynä huoneenlämmössä (alle +30 °C) suoralta kuumuudelta ja valolta suojattuna enintään 4 viikon ajan. Käytössä olevia kyniä ei saa säilyttää jääkaapissa. Laita kynänsuojus takaisin paikalleen jokaisen pistoksen jälkeen valolta suojaamiseksi. Viimeinen käyttöpäivämäärä on painettu pakkaukseen ja esitäytetyn insuliinikynän ja sylinteriampullin etikettiin. Älä käytä LANTUS®-perusinsuliinia viimeisen käyttöpäivämäärän jälkeen.

Lue pakkausseloste ennen LANTUS®-perusinsuliinihoidon aloittamista.

Näin käytät esitäytettyä LANTUS® SoloStar®-insuliinikynää

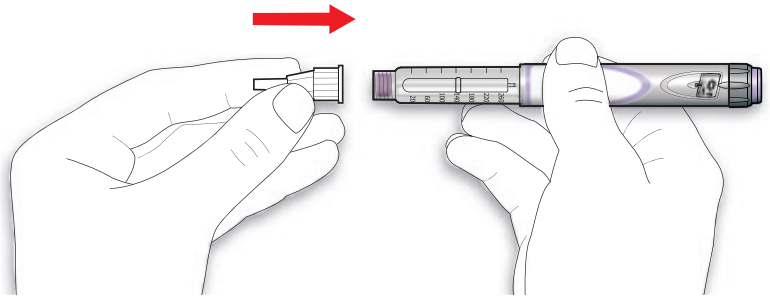


1. Tarkista kynä

- Ota uusi insuliinikynä jääkaapista vähintään tunti ennen pistosta.
- Tarkista etiketistä, että olet pistämässä oikeaa insuliinia.
- Poista kynänsuojus vetämällä.
- Tarkista, että insuliini säiliössä on kirkasta. Älä käytä kynää, jos insuliini on sameaa, värillistä tai siinä on hiukkasia.

2. Kiinnitä uusi neula

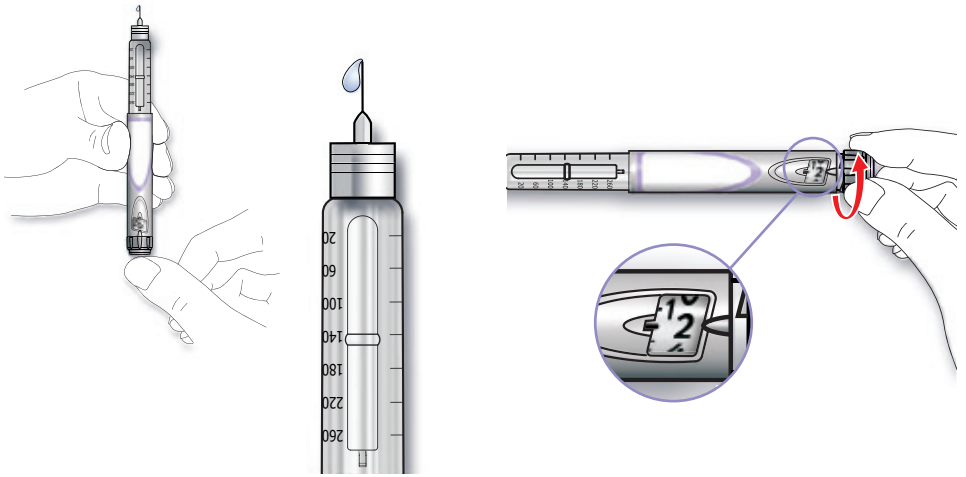
- Kiinnitä uusi neula insuliinikynään ennen insuliinin pistämistä.
- Käytä näiden valmistajien kynäneuloja: BD, Ypsomed, Artsana ja Owen Mumford.
- Kiinnitä neula kohtisuorassa kynään. Varo, ettei neula vaurioidu.



3. Tarkista käyttövalmius

Tarkista käyttövalmius **AINA** ennen insuliinin pistämistä 2 yksiköllä varmistaaksesi, että neula ja insuliinikynä toimivat oikein.

- Valitse 2 yksikköä kääntämällä annoksenvalitsijaa.
- Poista ulompi ja sisempi neulansuojus.
- Pidä kynää pystyasennossa ja paina annostelunappula kokonaan pohjaan. Tarkista, että neulan kärkeen ilmestyy insuliinia.

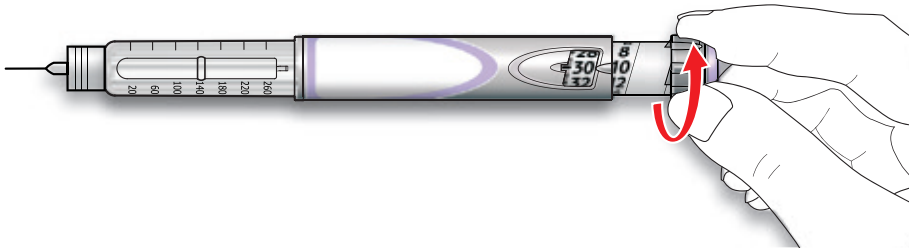


- Jos neulan kärkeen ei ilmesty insuliinia, tarkista käyttövalmius toistamiseen. Jos insuliinia ei ilmesty kolmannellakaan kerralla, neula saattaa olla tukossa tai vioittunut. Vaihda kynään uusi neula ja tarkista käyttövalmius uudelleen.
- Säiliössä mahdollisesti olevat ilmakuplat eivät ole vahingollisia.

4. Valitse insuliiniannos

LANTUS® SoloStar® -insuliinikynällä voit valita 1–80 yksikön suuruisen insuliiniannoksen yhden yksikön tarkkuudella. Älä koskaan valitse annosta tai paina annostelunappulaa, ellei neula ole kiinnitettynä.

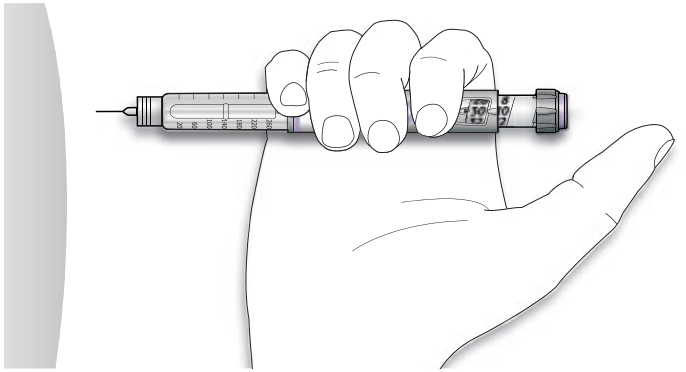
- Varmista, että käyttövalmiuden tarkistamisen jälkeen annosikkunassa näkyy ”0”.
- Käännä annoksenvalitsijaa valitaksesi yksilöllisen insuliiniannoksesi.
- Jos käännät annoksenvalitsijaa tarvitsemasi annoksen ohi, voit kääntää sitä takaisinpäin.



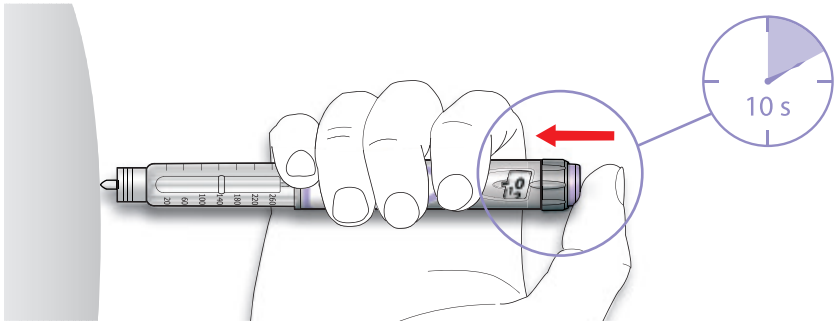
- Et voi kiertää annoksenvalitsijaa enempää kuin insuliinia on jäljellä insuliiniampullissa.
- Mikäli insuliiniampullissa ei ole tarpeeksi insuliinia jäljellä, voit
  - › pistää ensin insuliiniampullissa olevan määrän, joka näkyy annosikkunassa ja sitten ottaa loput annoksesta uudesta insuliiniampullista.
  - › ottaa koko tarvitsemasi annoksen uudesta insuliiniampullista.

Insuliinin pistäminen

1. **Pistä neula ihon alle ja paina annostelunappula rauhallisesti pohjaan. Noudata hoitopaikasta saamiasi pistosohjeita.**



2. **Pidä annostelunappula pohjassa, kunnes annosikkunassa näkyy ”0” ja laske hitaasti kymmeneen.**



3. **Vapauta annostelunappula ja vedä neula ihosta.**
4. **Poista neula kynästä käyttämällä apuna ulointa neulansuojusta. Hävitä neula.**
5. **Laita kynänsuojus takaisin paikalleen.**

Säilytä LANTUS® SoloStar® -insuliinikynä pistosten välillä ilman neulaa huoneenlämmössä enintään 4 viikkoa. Katso tarkemmat tiedot pakkausselosteesta.

SAFI.GLA.19.10.0471

MAKSUTON

DIABETESLUURI

Insuliinikynäpalvelu

0800–123777

SANOFI

Sanofi Oy
Revontulenkuja 1, PL 505
02100 Espoo
puh. 0201 200 300
sanofi.fi

diabeteselamaa.fi • **minavoin.fi**