



EDUKACJA PACJENTÓW I OPIEKUNÓW

Samodzielne wykonywanie zastrzyku podskórnego za pomocą ampułkostrzykawki

Niniejsza informacja stanowi wskazówkę, jak samodzielnie wykonać sobie zastrzyk podskórny za pomocą ampułkostrzykawki. Zastrzyk podskórny to zastrzyk, który podaje się pod skórę. Ampułkostrzykawka to strzykawka, która zawiera lek.

Sposób samodzielnego wykonywania zastrzyku zostanie zaprezentowany przez lekarza. W przypadku wykonywania zastrzyku w domu dla przypomnienia można skorzystać z niniejszej informacji.

Informacje o leku

- Nazwa leku: _____
- Harmonogram przyjmowania leku: _____
- Dawka: _____

Przechowywanie ampułkostrzykawek

Sposób przechowywania ampułkostrzykawek zależy od leków, które zawierają. Większość leków przechowuje się w temperaturze pokojowej, ale niektóre należy przechowywać w lodówce. Lekarz poinformuje o sposobie przechowywania ampułkostrzykawek. **Nie wolno przechowywać ampułkostrzykawek w zamrażarce lub wystawiać ich na działanie promieni słonecznych.**

Zaznaczenie jednego z poniższych pól wyboru ułatwi zapamiętanie sposobu przechowywania ampułkostrzykawek.

- ☐ Ampułkostrzykawki przechowywać w temperaturze pokojowej.
- ☐ Ampułkostrzykawki przechowywać w lodówce.

W przypadku pytań dotyczących przechowywania lub transportu ampułkostrzykawek w podróży należy skontaktować się z lekarzem.

Co należy zrobić w przypadku zamarznięcia leku

Jeśli lek wewnątrz ampułkostrzykawki zamarznie, należy umieścić ją w przedniej części lodówki lub na półce w lodówce, aby lek rozmroził się. Jeśli lek zostanie zamrożony więcej niż raz, nie należy go używać. Dalsze instrukcje można uzyskać, kontaktując się z lekarzem.

Samodzielne wykonywanie zastrzyku podskórnego

Przygotować niezbędne elementy

Położyć przedmioty na czystej i płaskiej powierzchni (np. na stole lub blacie). Potrzebne będą:

- 1 gazik nasączony alkoholem
- 1 mały gazik lub wacik, z wyjątkiem sytuacji, gdy podawany jest zastrzyk z enoksaparyny (Lovenox®) lub heparyny
- 1 opatrunek (np. Band-Aid®)
- Wytrzymały pojemnik do wyrzucenia strzykawki i igły (np. gruba plastikowa butelka po płynie do prania z nakrętką)
 - Przeczytać *How to Store and Get Rid of Your Home Medical Sharps* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps>), aby uzyskać instrukcje dotyczące wyboru pojemnika na ostre odpady.
- 1 ampułkostrzykawka z nakładką na igłę

- W przypadku przechowywania ampułkostrzykawek w lodówce należy wyjąć jedną z nich 30 minut przed planowanym wykonaniem zastrzyku. Podczas wykonywania zastrzyku lek powinien mieć temperaturę pokojową.
- Nie potrząsać strzykawką. Potrząsanie może uszkodzić znajdujący się w niej lek.

Sprawdzenie ampułkostrzykawki

Sprawdzenie leku:

- **Nazwa.** Upewnić się, że jest zgodna z receptą wystawioną przez lekarza.
- **Dawka:** Upewnić się, że jest zgodna z receptą wystawioną przez lekarza.
- **Data ważności.** Upewnić się, że data ważności nie została przekroczona.
- **Kolor:** Upewnić się, że lek w strzykawce jest przezroczysty i bezbarwny.
Nie należy używać leku, jeśli jest spieniony, odbarwiony, mętny lub zawiera kryształki.

Nie należy używać strzykawki, jeśli nazwa lub dawka leku nie jest zgodna z receptą wystawioną przez lekarza, jeśli data ważności leku została przekroczona lub jeśli lek jest spieniony, odbarwiony, mętny lub zawiera kryształki. Jeśli to możliwe, należy użyć innej strzykawki. Następnie należy skontaktować się z lekarzem lub farmaceutą, aby poinformować o tej sytuacji. Być może apteka dokona wymiany pełnej strzykawki na nową.

Przygotowanie miejsca wkłucia

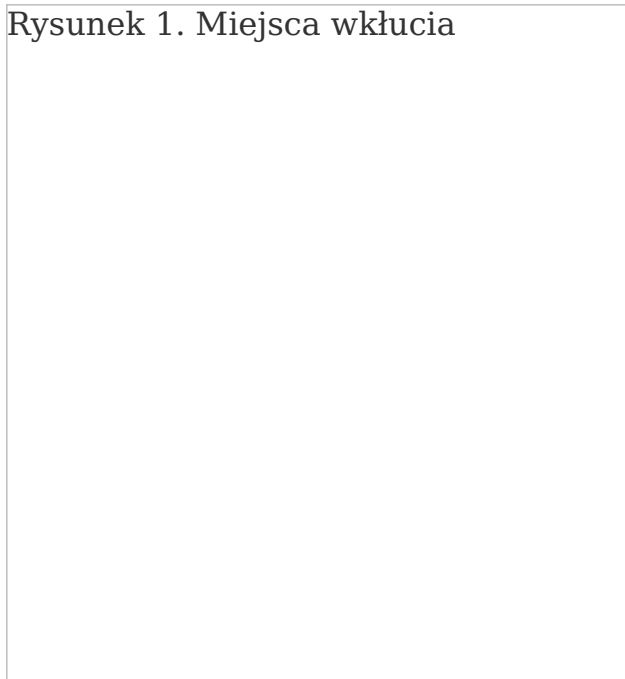
Wybrać miejsce wkłucia (miejsce na ciele, w które wykonany będzie zastrzyk), w którym można chwycić palcami fałd skóry o szerokości od 2,5 do 5 cm (1 do 2 cali). Najlepiej zrobić to następujących miejscach (patrz Rysunek 1):

- Brzuch, z wyjątkiem obszaru w promieniu 5 cm (2 cali) od pępka
- Pośladku z przodu lub na zewnątrz powierzchni ud
- Górny obszar pośladków

- Tylony obszar górnej części ramienia, jeśli ktoś inny wykonuje zastrzyk

Jeśli lekarz zaleca użycie konkretnego miejsca wkłucia, należy postępować zgodnie z zaleceniami. Niektóre leki działają lepiej, jeśli zastrzyk zostanie wykonany w określone miejsce. **Nie należy wykonywać zastrzyku w miejsca, które są delikatne, zaczerwienione, posiniaczone, stwardniałe lub w miejsca z bliznami lub rozstępami.**

Rysunek 1. Miejsca wkłucia



Rysunek 1. Miejsca wkłucia

Za każdym razem należy wykonywać zastrzyk w inne miejsce. Przydatne może być zapisywanie miejsc w kalendarzu lub notatniku. Ciągłe wstrzykiwanie w to samo miejsce spowoduje powstanie tkanki bliznowatej. Może to spowodować, że działanie leku nie będzie prawidłowe. Utrudni to również wbicie igły w skórę.

Po wybraniu miejsca wkłucia należy postępować zgodnie z poniższymi instrukcjami.

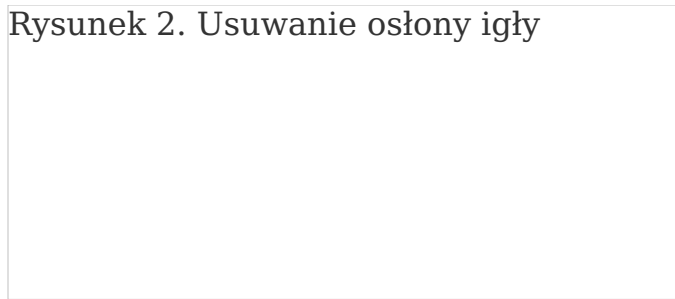
1. Dokładnie umyć dłonie wodą z mydłem lub środkiem do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu.

- W przypadku mycia dłoni wodą z mydłem, należy zmoczyć dłonie, nanieść mydło, pocierać je o siebie dokładnie przez co najmniej 20 sekund, a następnie spłukać. Osuszyć dłonie jednorazowym ręcznikiem i tym samym ręcznikiem zakręcić wodę.
 - Używając środka do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu, należy rozprowadzić go na dłoniach, pocierając je o siebie, aż wyschną.
2. Podwinąć ubranie, które osłania miejsce wkłucia.
 3. Otworzyć gazik nasączony alkoholem. Mocno uciskając, oczyścić skórę w miejscu wkłucia. Rozpocząć od środka obszaru i poruszać się na zewnątrz ruchem okrężnym.
 4. Odczekać, aż skóra wyschnie. Nie wachlować i nie dmuchać na oczyszczony obszar.

Samodzielne wykonywanie zastrzyku

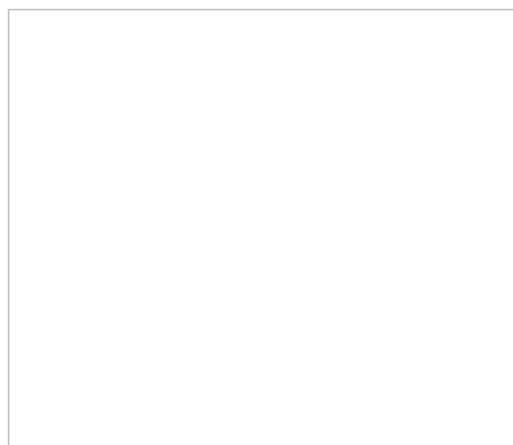
1. Wyjąć strzykawkę z opakowania.
 - W przypadku wstrzykiwania preparatu Lovenox należy upewnić się, że w strzykawce jest pęcherzyk powietrza. Jeśli nie ma, należy odłożyć strzykawkę i użyć inną. Po wykonaniu zastrzyku należy poinformować o tej sytuacji lekarza lub farmaceutę. Być może apteka dokona wymiany pełnej strzykawki na nową.
2. Dominującą ręką (tą, która służy do pisania) chwycić strzykawkę mniej więcej w połowie, jak długopis lub rzutkę.
3. Ostrożnie pociągnąć osłonę (patrz Rysunek 2). Po zdjęciu osłony nie należy odkładać strzykawki. **Nie wolno dopuścić do kontaktu igły z jakimkolwiek przedmiotem, w tym z palcami.** W przypadku kontaktu igły z jakimkolwiek przedmiotem należy wrzucić strzykawkę do pojemnika na ostre odpady. Rozpocząć procedurę z nową strzykawką. Po wykonaniu zastrzyku należy poinformować o tej sytuacji lekarza.

Rysunek 2. Usuwanie osłony igły



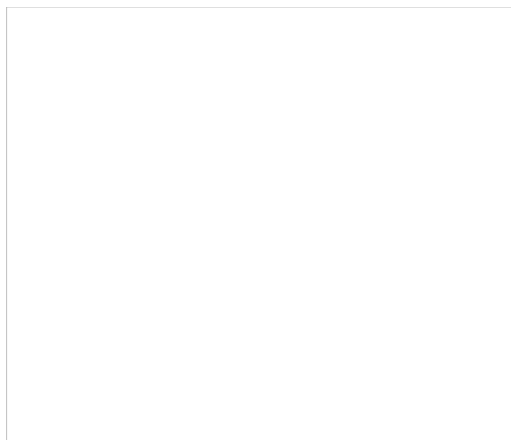
Rysunek 2. Usuwanie osłony igły

4. W przypadku wstrzykiwania preparatu innego niż Lovenox należy sprawdzić, czy w strzykawce jest pęcherzyk powietrza. Jeśli jest, należy ustawić strzykawkę igłą do góry. Delikatnie stuknąć strzykawkę palcami, aby pęcherzyki powietrza znalazły się na górze, w pobliżu igły. Powoli przesunąć tłok do góry, aby wypchnąć pęcherzyki powietrza na zewnątrz. Nie należy tego robić w przypadku zastrzyku z preparatu Lovenox.
5. Należy pamiętać, aby trzymać strzykawkę mniej więcej w połowie, jak długopis lub rzutkę. Wolną ręką chwycić fałd skóry w miejscu wkłucia.
6. Wbić całą igłę prosto w skórę jednym płynnym, szybkim ruchem (patrz Rysunek 3). Nie układać palca na tłoku.



Rysunek 3. Wkłuwanie igły w skórę

7. Puścić skórę. Używając kciuka, powoli przesunąć tłok w dół, aż do wstrzyknięcia całego leku (patrz Rysunek 4). Można użyć kciuka, który jest wygodniejszy.



Rysunek 4. Dociskanie tłoka do końca

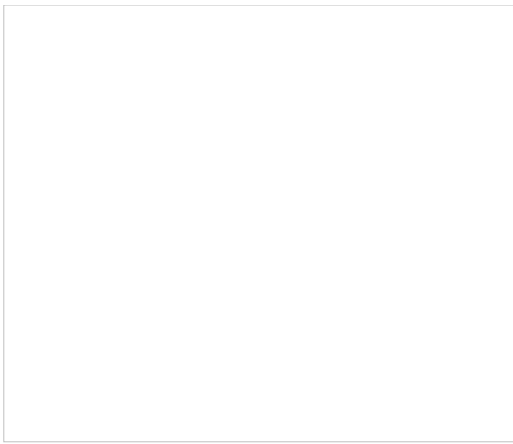
8. Po opróżnieniu strzykawki wyciągnąć ją prosto ze skóry.

- W przypadku zastrzyku z preparatu Lovenox lub heparyny nie należy uciskać miejsca wkłucia. Założyć opatrunek w miejscu wkłucia, jeśli to konieczne.
- W przypadku zastrzyku z preparatu innego niż Lovenox lub heparyna w miejscu wkłucia należy umieścić bawełniany wacik lub gazik i przycisnąć przez kilka sekund. Założyć opatrunek w miejscu wkłucia, jeśli to konieczne.

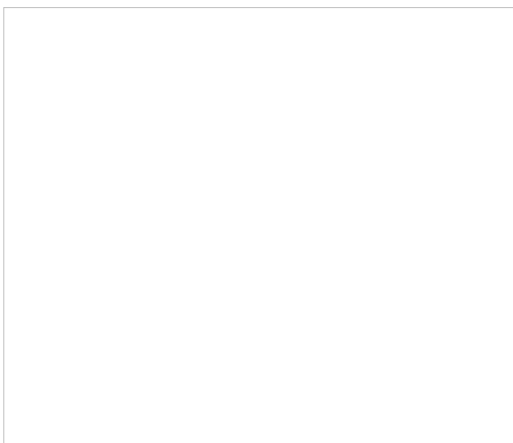
Nie zakładać ponownie osłony igły na strzykawkę. Należy uważać, aby nie skaleczyć się igłą.

9. Przykryć igłę osłoną zabezpieczającą.

- W przypadku zastrzyku z preparatu Lovenox lub heparyny należy mocno docisnąć tłok. Osłona zabezpieczająca igły powinna samoczynnie wsunąć się na miejsce.
- W przypadku zastrzyku z preparatu innego niż Lovenox lub heparyna należy przytrzymać jedną ręką przezroczyste plastikowe uchwyty po bokach strzykawki. Drugą ręką należy przytrzymać osłonę zabezpieczającą igły (patrz Rysunek 5). Przesunąć osłonę zabezpieczającą igły do całkowitego schowania igły (patrz Rysunek 6). Osłona zabezpieczająca igły po wejściu na swoje miejsce wyda słyszalny odgłos.



Rysunek 5. Trzymanie osłony zabezpieczającej igły



Rysunek 6. Przesuwanie osłony zabezpieczającej igły

10. Wrzucić strzykawkę do pojemnika na ostre odpady. Nie wolno używać ampułkostrzykawki więcej niż jeden raz.

Przeczytać *How to Store and Get Rid of Your Home Medical Sharps* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-store-and-dispose-your-home-medical-sharps>), aby uzyskać informacje dotyczące wyboru pojemnika na ostre odpady i utylizacji zużytych strzykawek i innych ostrych urządzeń medycznych.

Kiedy należy zwrócić się po pomoc do lekarza?

W następujących przypadkach należy skontaktować się z lekarzem:

- Krwawienie w miejscu wkłucia nie ustaje.
- Ból o dużym nasileniu.
- Lek został wstrzyknięty w niewłaściwe miejsce.
- Utrzymuje się gorączka co najmniej 38°C (100,4°F).
- Występują objawy reakcji alergicznej, takie jak opuchlizna, zaczerwienienie, swędzenie lub wysypka.
- Nie można użyć strzykawki, ponieważ lek jest przeterminowany, pieni się, jest przebarwiony, mętny lub ma kryształki.
- Nie można użyć strzykawki, ponieważ doszło do kontaktu z igłą przed wykonaniem zastrzyku.
- Nie można użyć ampułkostrzykawki wypełnionej preparatem Lovenox, ponieważ w strzykawce nie było pęcherzyka powietrza.
- Problemy z wykonaniem zastrzyku.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź stronę www.mskcc.org/pe, by przeszukać naszą wirtualną bibliotekę.

How to Give Yourself a Subcutaneous Injection Using a Prefilled Syringe - Last updated on December 7, 2023

Wszelkie prawa posiadane i zastrzeżone przez Memorial Sloan Kettering Cancer Center