

# Handleiding voor de insulinepomp

Voor kinderen

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

## informatie

# Inleiding

Jij gaat starten met insulinepomptherapie. Je hebt inmiddels al veel informatie en adviezen gekregen. Om alles thuis nog eens rustig door te kunnen lezen, geven we je in deze folder een handleiding voor het gebruik van de insulinepomp.

## **Aandachtspunt**

Noteer onderstaande gegevens ergens, bijvoorbeeld in je bloedsuikerdagboek en telefoon.

- De basaalstanden
- Instellingen van de Bolus Wizzard
- KH hoeveelheid om hypo op te vangen

Zo weet je bij problemen altijd hoe de stand in de pomp was.

# Belangrijke afspraken

<p><b>Controle bloedglucose</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bij stabiele instelling dagelijks een 4 puntscurve en 1 x per maand een nachtelijke bloedsuiker meten.</li><li>• 4 puntscurve: N-VL-VA-VS.</li><li>• Bloedsuiker 's nachts: om 3 uur meten.</li><li>• Anders: op advies van behandelend kinderarts en/of verpleegkundige.</li></ul>
<p><b>Contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bellen</li></ul> <p><i>Overdag:</i> polikliniek Kindergeneeskunde: tel. (078) 654 51 39</p> <p><i>Bij geen gehoor:</i> spoedtelefoon: tel. 06-30 85 09 23</p> <p><i>Buiten kantooruren:</i> spoedtelefoon: tel. 06-30 85 09 23</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• E-mailen <a href="mailto:diatime@asz.nl">diatime@asz.nl</a></li></ul> <p>Zorg voor de meest recente gegevens voordat je belt of mailt!</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bij hoge bloedglucose + ketonen positief &gt; 1.</li><li>• Bij braken.</li><li>• Bij ernstige hypoglykemie + bewustzijnsverlies.</li><li>• Bij te veel terugkerende hoge of lage waarden.</li><li>• Bij vragen waar wij advies kunnen geven.</li></ul>

# Hyperglykemie: onverwacht hoge bloedsuikerwaarden

Bij de insulinepomptherapie bestaat er nauwelijks of geen reserve aan insuline onder je huid. Dit betekent dat je bij ziekte of bij een verstopte naald in zeer korte tijd kunt ontregelen. *Daarom is het erg belangrijk om regelmatig je bloedsuiker te meten!*

## Spoor eerst de oorzaak op

<b>Niet-samenhangend met de pomp</b>	<b>Samenhangend met de pomp</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Voeding.</li><li>• Minder lichaamsbeweging dan normaal.</li><li>• Stress, emotie, spanning.</li><li>• Hormonale cyclus.</li><li>• Medicijnen.</li><li>• Wisselende insulineopname door bijvoorbeeld te vaak op dezelfde plaats de naald in te brengen (spuitdefect).</li><li>• Ziekte (bijvoorbeeld griep, verkoudheid, ontstekingen).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bolus vergeten te geven.</li><li>• Te kleine bolus.</li><li>• Pomp: te lang stil gezet, te lang afgekoppeld geweest.</li><li>• Te lang op tijdelijk basaal gezet.</li><li>• Te lage tijdelijk basaal.</li><li>• Slangetje losgeraakt, niet goed ontlucht of gevuld.</li><li>• Lekkage van insuline langs de aansluiting met het spuitje.</li><li>• Spuitje: lucht, leeg, beschadigd of niet goed geplaatst.</li><li>• Naaldprobleem.</li><li>• Geen goede aansluiting van spuitje naar het slangetje.</li><li>• Te laag basaal.</li></ul>

## Wat je moet doen bij hyperglykemie

- Controleer ketonen -> positief >1-> **bellen!**
- Controleer slangetje en spuitje.
- Controleer de insteekplaats en naald.
- Zo nodig alles vervangen.
- Novorapid/Humalog bijspuiten met een insulinepen, controle glucose en ketonen na een uur.
- **Goed** water drinken.
- Heb je gebeld? Houd dan contact met de verpleegkundige of arts tot dat je weet wat je moet doen.

# Hypoglykemie: onverwacht lage bloedsuikerwaarden

Het is belangrijk om regelmatig je bloedsuiker te meten!

**Spoor eerst de oorzaak op**

<b>Niet-samenhangend met de pomp</b>	<b>Samenhangend met de pomp</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Voeding</li><li>• Meer lichaamsbeweging</li><li>• Stress, hormonale cyclus</li><li>• Wisselende insulineopname door bijv. een spuitdefect rondom de insteekplaats</li><li>• Ziekte (bijvoorbeeld griep, verkoudheid, ontstekingen)</li><li>• Warme omgeving (bijv. douche, zonnige dag, zwembad)</li><li>• Alcohol</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Te grote bolus</li><li>• Te hoog/te langdurig tijdelijk basaal</li><li>• Te hoge basaal</li></ul>

## Wat je moet doen bij hypoglykemie

### Bloedsuiker onder de 3.5 mmol:

- De pomp tijdelijk basaal op 0% gedurende een ½ uur\*).
- Hypoglykemie opvang nemen volgens afspraak.
- 10 - 15 minuten rustig aan doen en niet eten.
- Bolus volgens de bolus wizard met de glucosewaarde van de hypo als je erna iets eet.
- Net na de hypoglykemie is het niet raadzaam een vette maaltijd te eten.
- Meet na een ½ uur opnieuw je bloedsuiker. Als deze nog lager is dan 3,5 mmol, dan herhaal je alle punten.
- Tijdelijke basaal langer handhaven bij bijvoorbeeld sport, ziekte, alcohol, menstruatie.

\*)

*Bij basaalstand 0,025 EH/uur is de afgifte van de insuline op het hele uur.*

*Bij basaalstand 0,050 EH/uur is de afgifte van de insuline per heel en half uur.*

*Bij het stopzetten van de veopomp moet je hier rekening mee houden!*

# Praktische adviezen

## Douche/bad/zwemmen

- Pomp afkoppelen.
- Pomp door laten lopen, dus niet in stopstand (dit voorkomt alarmen en de canule blijft gevuld ).
- Pomp weer aankoppelen.

*Let op:*

Bij zwemmen: kijk ook naar de adviezen bij een strandvakantie.

## Strandvakantie

Je kunt hier kiezen uit drie manieren.

OF

- Pomp aanhouden.
- Let op, pomp mag niet in het directe zonlicht, gebruik een isolerend pomptasje.
- Let op, de glucosemeter kan een storing aangeven onder bepaalde omstandigheden (hoogte, temperatuur).
- Na het zwemmen in zee, voordat je de pomp aankoppelt, eerst het dopje afspoelen met kraanwater of spablauw om het zand en zout eraf te spoelen.

OF

- Pomp afkoppelen.
- Ieder uur basaal toedienen als bolus.
- Bij koolhydraten bolussen.

OF

- Pomp afkoppelen.
- Iedere 2 uur Novorapid/Humalog spuiten met een pen.
- Spuiten voor koolhydraten.



*Let op:*

- Bij activiteit heb je minder insuline nodig! Pas hierop je basaal met tijdelijke basaal aan.
- Bij warmte wordt insuline beter in je lichaam opgenomen. Pas hierop je basaal aan.
- Als de insuline (in de pomp of spuit) wordt blootgesteld aan temperaturen boven de 30°C verliest het zijn werking. Hierdoor kun je onverwacht juist hoge glucose waarden krijgen. Bij twijfel vervang de insuline door insuline die bij de juiste temperatuur bewaard is.

### **Skivakantie**

Ook hier kun je kiezen uit drie manieren.

- Pomp aanhouden.
- Let op, pomp mag niet in het directe zonlicht. Pas op met extreme kou. Gebruik een isolerend pomptasje.
- Let op, de glucosemeter kan een storing aangeven onder bepaalde omstandigheden. (hoogte, temperatuur)

OF

- Pomp afkoppelen.
- Ieder uur basaal toedienen als bolus.
- Bij koolhydraten bolussen.

OF

- Pomp afkoppelen.
- Iedere 2 uur Novorapid/Humalog spuiten met een pen.
- Spuiten voor koolhydraten.

*Let op:*

- Bij activiteit heb je minder insuline nodig!
- Als de insuline (in de pomp of spuit) wordt blootgesteld aan temperaturen onder de 2°C *verliest het voor altijd zijn werking.*

Hierdoor kun je onverwacht juist hoge glucose waardes krijgen.  
Bij twijfel vervang je de insuline door insuline die wél bij de juiste temperatuur bewaard is.

## **Sporten**

Met sporten wordt de insuline gemakkelijker opgenomen. De gevoeligheid neemt toe. Hierdoor dalen de glucose waarden. Door een wedstrijdelement kan de glucose juist hoger worden, maar daalt hierna altijd naar een lagere waarde.

De duur van een toegenomen gevoeligheid verschilt per persoon en is afhankelijk van de activiteit die je doet. Er zijn grofweg twee soorten sport/beweging.

Bij een *krachtsport* (zoals sprinten) is de uitgangsglucose de normaalwaarde.

Bij een *duursport* (zoals paardrijden, marathonloop, lange baan schaatsen) mag de uitgangsglucose een hoognormale waarde zijn. Dit is per persoon verschillend.

De conditie is ook belangrijk. Bij een goede conditie zal de glucose minder hard dalen.

## **Vrijen**

Met vrijen is er een hoog koolhydraatverbruik en neemt de gevoeligheid toe net als bij het sporten.

Je kunt uit twee manieren kiezen om hier mee om te gaan.

## **Of**

- Je kunt de pomp aanhouden.
- Zet het tijdelijk basaal op 'de sportstand'.
- Controleer na het vrijen je glucose en bedenk, net zoals bij sport of de tijdelijke basaal nog langer laag moet staan.

## **Of**

- Je koppelt de pomp af.
- Denk eraan om het afsluitdopje bij afkoppelen erop te doen. Bij je vriendje of vriendinnetje kan dit anders pijnlijk zijn.
- Controleer na het vrijen je glucose en vergeet niet je pomp weer aan te koppelen. Zet desnoods van te voren de wekker, als je bang bent om in slaap te vallen.

Bedenk, net zoals bij sport, of de tijdelijke basaal nog langer laag moet staan.

## **Reizen**

Stel het Diabetesteam vooraf op de hoogte van de hoogte van de reis die je wilt gaan maken. Afhankelijk van de bestemming zullen er maatregelen vooraf moeten worden genomen om je reis zo fijn mogelijk te maken. Zo zal je bijvoorbeeld een reservepomp moeten aanvragen. De pompverzekering kun je bespreken met de diabetesverpleegkundige.

Vraag ook naar de informatiefolder over het reizen met diabetes.

## **Tot slot**

Heb je na het lezen van deze folder nog vragen? Bel dan gerust tijdens de openingsuren naar Diatime, tel. (078) 654 51 39.

Geef hier je mening over deze folder: [www.asz.nl/foldertest/](http://www.asz.nl/foldertest/)

Albert Schweitzer ziekenhuis  
februari 2020  
pavo 0953