



**Heimselfbehandlung einfach trainieren –
mit dem BayCuff™-Trainingsset**

Liebe Patienten,

mit der Heimselbstbehandlung können Sie heute ein fast normales Leben führen und Ihren Alltag unabhängiger gestalten.

Eine zentrale Rolle spielt dabei die eigenständige Venenpunktion zur Injektion des Faktor VIII. Das Üben vor der ersten Injektion bringt Routine in die Vorbereitungen und Sicherheit im Umgang mit der Kanüle.

Mit dem BayCuff™-Trainingsset und dieser Broschüre möchten wir Sie dabei unterstützen, sich mit den Abläufen der Heimselbstbehandlung vertraut zu machen. Auf den folgenden Seiten haben wir für Sie die wichtigsten Schritte zusammengefasst – **dabei sollten Sie sich aber stets an alle Vorgaben Ihres Hämophiliezentrums halten**. Die korrekte Durchführung der Injektion können Sie am BayCuff™-Trainingsset trainieren, bis Sie sich sicher dabei fühlen. So wird Ihnen der nächste Schritt – die „echte“ Injektion – leichter fallen.

Gewinnen Sie Routine in der Heimselbstbehandlung!

Auf den nächsten Seiten werden Sie lernen,

- mit dem BayCuff™-Trainingsset zu trainieren.
- wie eine „echte“ Injektion abläuft.
- dass keine schweren Komplikationen dabei auftreten können.
- wie Sie die Injektion richtig bei sich durchführen.



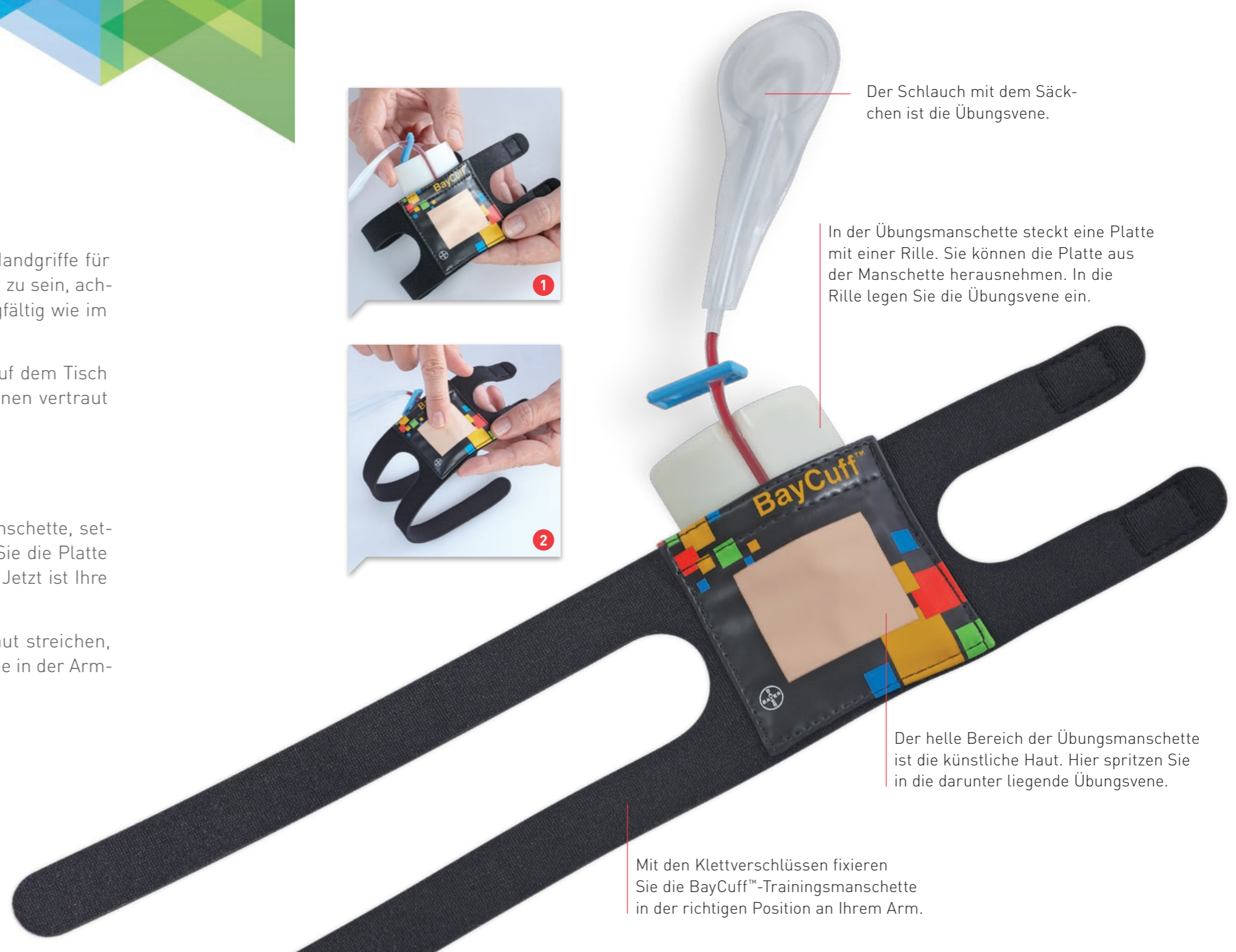
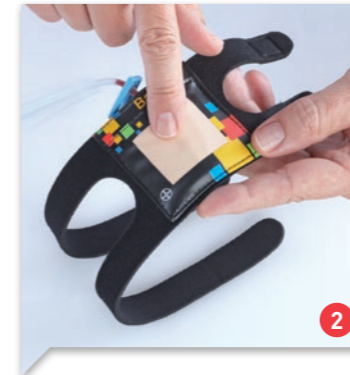
Das BayCuff™-Trainingsset

Mit dem BayCuff™-Trainingsset können Sie alle nötigen Handgriffe für die Injektion trainieren. Um später möglichst gut vorbereitet zu sein, achten Sie auch beim Üben immer darauf, alles genau so sorgfältig wie im „Ernstfall“ auszuführen.

Breiten Sie zunächst das BayCuff™-Trainingsset vor sich auf dem Tisch aus, damit Sie sich mit den einzelnen Teilen und Funktionen vertraut machen können.

Bevor Sie beginnen

- Nehmen Sie die Platte aus der BayCuff™-Trainingsmanschette, setzen Sie eine Übungsvene in die Rille ein und schieben Sie die Platte anschließend wieder unter die künstliche Haut zurück. Jetzt ist Ihre BayCuff™-Trainingsmanschette einsatzbereit.
- Wenn Sie nun mit den Fingern über die künstliche Haut streichen, können Sie die Übungsvene – ähnlich wie eine echte Vene in der Armbeuge – ertasten.



Der Schlauch mit dem Säckchen ist die Übungsvene.

In der Übungsmanschette steckt eine Platte mit einer Rille. Sie können die Platte aus der Manschette herausnehmen. In die Rille legen Sie die Übungsvene ein.

Der helle Bereich der Übungsmanschette ist die künstliche Haut. Hier spritzen Sie in die darunter liegende Übungsvene.

Mit den Klettverschlüssen fixieren Sie die BayCuff™-Trainingsmanschette in der richtigen Position an Ihrem Arm.

Die richtige Platzwahl

Trainieren Sie an einem Ort, an dem Sie ausreichend Platz und Licht haben. Setzen Sie sich an einen Tisch mit sauberer Oberfläche – eine hygienische Umgebung ist wichtig bei der Injektion. Achten Sie darauf, dass Sie alles Notwendige vorbereiten, um es später griffbereit zu haben.

Letzte Kontrolle vor dem Start

Bevor Sie anfangen, überprüfen Sie nochmals, ob sich eine Vene in der BayCuff™-Trainingsmanschette befindet. Sie sollte ordentlich in der Rille der Plastikplatte liegen.

Legen Sie eine Kanüle und eine mit Wasser gefüllte Spritze bereit; außerdem ein Pflaster, um später die Kanüle bei Bedarf zu fixieren.

Tipp

Bereiten Sie einen Korb oder ein Tablett mit allen Dingen vor, die Sie für die Injektion benötigen.

Checkliste der Dinge, die Sie benötigen

- Die BayCuff™-Trainingsmanschette
- Ein Venenpunktionsbesteck („Butterfly-Kanüle“)
- Eine mit Wasser gefüllte Spritze
- Eine Übungsvene
- Alkoholtupfer, Venenstauer, Pflaster



Die BayCuff™-Trainingsmanschette anlegen

- 1 Suchen Sie sich an einem Ihrer Arme eine Vene aus, die Ihnen für eine Injektion geeignet erscheint. Es geht zunächst darum, die Manschette so zu platzieren, dass Sie Ihre Übung so wirklichkeitsnah wie möglich durchführen können.
- 2 Öffnen Sie die Klettverschlüsse und legen Sie die Manschette so an, dass der Bereich mit der künstlichen Haut über der Vene liegt, die sie ausgesucht haben. Achten Sie darauf, dass das Säckchen der Übungsvene in Richtung Ihrer Schulter zeigt. Das Faktor VIII-Präparat wird später in Richtung der Schulter, also zum Körper hin, injiziert - nicht in Richtung der Hand.
- 3 Wenn die Manschette richtig in Position ist, fixieren Sie diese mit den Klettverschlüssen.

Die Vene suchen

- 4 Als nächstes suchen Sie die Übungsvene unter der künstlichen Haut. Dafür ertasten Sie genau ihre Lage, indem Sie mit einem Finger über die künstliche Haut auf der Manschette streichen.
- 5 Anschließend legen Sie sich den Venenstauer am Oberarm an – er sollte gut halten, aber nicht zu fest sitzen. Bei einer „echten“ Injektion wird der Venenstauer etwas fester angezogen, um die Venen deutlicher hervortreten zu lassen.



Die Hautstelle reinigen

- 6 Prägen Sie sich genau den Bereich auf der Übungsmanschette ein, in den Sie gleich die Kanüle einführen werden.
- 7 Zunächst muss diese Hautstelle noch gereinigt werden: Benutzen Sie dafür den bereitgelegten Alkoholtupfer und lassen Sie anschließend die gereinigte Hautstelle kurz an der Luft trocknen. Pusten Sie nicht, da so Keime darauf gelangen könnten.
- 8 Bereiten Sie sich nun auf das Einführen der Kanüle vor: Die Nadelspitze muss dabei in Richtung Ihrer Schulter, also zum Körper hin, zeigen. Der Schliff vorne an der Nadel sollte nach oben zeigen. Auch der Winkel, in dem Sie einstechen, ist wichtig: Er sollte etwa 30 Grad betragen, die Kanüle muss von leicht schräg oben durch die Haut eingeführt werden (s. Abbildung rechts).

Das Venenpunktionsbesteck einführen

- 9 Öffnen Sie den Beutel mit der Kanüle an einer Ecke und nehmen Sie sie heraus. Drehen Sie die Plastikkappe vorsichtig hin und her, so ziehen Sie die Kappe leicht ab.
- 10 Biegen Sie nun die beiden Flügel der Kanüle nach oben zusammen und halten Sie diese fest. Nähern Sie die Nadel langsam der Injektionsstelle – denken Sie dabei an den richtigen Einstichwinkel.
- 11 Führen Sie die Kanüle langsam durch die künstliche Haut in die Übungsvene ein.



Die Kontrolle

- 12 Die Kanüle steckt jetzt in der Übungsvene. Öffnen Sie als nächstes die blaue Klemme an der Übungsvene. Nun sollte ein wenig künstliches Blut in die Übungsvene zurückfließen. Dies zeigt, dass Sie den Venenzugang richtig gelegt haben.
- 13 Fixieren Sie die Kanüle, damit sie nicht verrutschen kann. Dazu kleben Sie einfach ein Pflaster über die Flügel der Kanüle.
- 14 Jetzt können Sie den Venenstauer lösen. Halten Sie den Arm mit der Kanüle weiterhin ruhig. Mit dem BayCuff™-Trainingsset wird genau das simuliert, was auch bei einer echten Injektion passiert. Wenn etwas künstliches Blut in die Übungsvene zurückfließt, liegt die Kanüle richtig in der Vene.



Die Lösung spritzen

Die Kanüle „sitzt“ – Sie haben nun alle notwendigen Schritte abgeschlossen, um das künstliche Faktorpräparat spritzen zu können. Führen Sie für die Injektion die nachfolgenden beiden Schritte durch:

- 1 Nehmen Sie den Kanülen-Schlauch und befestigen Sie die mit Wasser gefüllte Spritze daran.
- 2 Injizieren Sie die gesamte Lösung, indem Sie den Stempel der Spritze langsam nach unten drücken – so lange, bis sich keine Lösung mehr in der Spritze befindet.

Die Butterfly-Kanüle entfernen

- 1 Ziehen Sie das Pflaster ab (die Spritze bleibt am Kanülen-Schlauch) und halten Sie vorsichtig einen sauberen Zellstofftupfer an die Einstichstelle. Danach können Sie die Kanüle vollständig aus der Vene herausziehen.
- 2 Drücken Sie den Zellstofftupfer etwa 3 Minuten lang fest auf die Einstichstelle, um Blutergüsse zu vermeiden.
- 3 Am Ende der Infusion steht immer die richtige Müllentsorgung! Um Verletzungen zu vermeiden, verschließen Sie dazu die Nadel der Kanüle mit dem anhängenden Käppchen und entsorgen Sie die Kanüle.



Fast wie im Training

Sie haben alle wichtigen Handgriffe und Abläufe mit dem BayCuff™-Trainingsset trainiert? Dann sind Sie auch für die „echte“ Injektion gut vorbereitet.

Den größten Unterschied macht meist die Überwindung, sich selbst zu stechen. Am besten, Sie entspannen sich so gut wie möglich und gehen die Injektion ruhig und selbstbewusst an.

Natürlich verwenden Sie für die Injektionen den echten Faktor VIII anstelle von Wasser. Vergessen Sie daher nicht, das Ablaufdatum (an der Flaschenseite) vor der Injektion zu kontrollieren und die Chargennummer zu notieren.

Tipp

Bei Fragen zur Rekonstitution des Faktor VIII-Präparates wenden Sie sich an Ihr Hämophilie-Zentrum oder an Ihren Behandler.



Können Komplikationen auftreten?

Keine Sorge. Wenn Sie vorsichtig und aufmerksam bei den „echten“ Injektionen von Faktor VIII sind, kann nichts Schlimmes dabei passieren! Wir haben einige typische Stolpersteine zusammengefasst und zeigen Ihnen, wie Sie sie vermeiden.

- 1** Führen Sie die Injektion jedes Mal an einer anderen Vene durch. Der Grund: Wenn Sie immer in dieselbe Vene stechen, können sich kleine Vernarbungen bilden, die es Ihnen erschweren, die Vene langfristig zu verwenden.
- 2** Venenverletzungen lassen sich meist vermeiden, wenn Sie den Zustand Ihrer Venen nach jeder Injektion genau prüfen. So können Sie für die nächsten Injektionen entscheiden, welche Venen eine Pause brauchen. Drücken Sie den Zellstofftupfer für mindestens 3 Minuten nach Herausziehen der Kanüle auf die Injektionsstelle.
- 3** Von einer „geplatzten“ Vene spricht man, wenn die Kanüle zu tief eingeführt wurde und dabei die hintere Venenwand durchstoßen hat. Sollte Ihnen das einmal passieren, legen Sie einen Druckverband an (das können Sie sich im Hämophilie-Zentrum oder bei Ihrem Behandler zeigen lassen) und führen die Injektion anschließend an einer anderen Vene durch. Schonen Sie die geplatzte Vene so lange, bis sie wieder verheilt ist.

Geplatzte Venen vermeiden Sie, indem Sie die Kanüle ganz langsam und vorsichtig in die Vene einführen und aufhören tiefer einzustechen, sobald Sie im Kanülen-Schlauch einen Blutrückfluss erkennen.



Tipp

Für einen besseren Überblick über die Einstichstellen markieren Sie die zuletzt verwendete mit einem hautfreundlichen Farbstift.



Hygiene-Hinweise

Bei jeder Art von Hautverletzung können Schmutz und Bakterien in den Körper eindringen und Infektionen verursachen. Deshalb ist die Hygiene bei Injektionen sehr wichtig.

Vergessen Sie nie

- sich vor einer Injektion gründlich Hände und Arme zu waschen.
- einen sauberen Platz für die Injektion zu wählen.
- die Injektionsstelle und den umliegenden Hautbereich mit einem Alkoholtupfer zu reinigen.
- die Kanüle nur an den Flügeln anzufassen. Sollten Sie aus Versehen vor der Injektion die Nadelspitze berühren, dann entsorgen Sie die Kanüle und verwenden Sie eine neue.
- jede Kanüle nur ein einziges Mal zu verwenden.

Unabhängiger leben – auch mit Hämophilie

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dem BayCuff™-Trainingsset dabei helfen konnten, die Heimselbstbehandlung erfolgreich zu meistern! Damit machen Sie einen großen Schritt in Richtung Unabhängigkeit und guter gesundheitlicher Versorgung.

Sicherlich wird es Ihnen mit zunehmender Routine bald leicht fallen, die Heimselbstbehandlung durchzuführen und in Ihren Alltag zu integrieren.

Wir wünschen Ihnen alles Gute und viel Erfolg beim Trainieren mit dem BayCuff™-Trainingsset!

Ihr Hämophilie-Team von Bayer



Ein Service von

