



*„Mit der  
Übung kommt  
die Sicherheit“*

## ***Heimselfbehandlung lernen –***

Schritt für Schritt mit dem  
KidK-Trainingsset für Eltern



*„Jeder kann die  
Heimselfbehandlung  
lernen – nur Mut!“*



Die Heimselfbehandlung gibt Hämophilie-Betroffenen und ihren Familien die Chance, unabhängig zu leben. Deshalb ist sie inzwischen auch Standard in vielen Ländern, z. B. hier in Deutschland.

Das KidK-Trainingsset wird Ihnen helfen, die Heimselfbehandlung zu trainieren. Simulieren Sie einfach die korrekte Injektion. Auf den folgenden Seiten wird die Anwendung Schritt für Schritt erklärt. Sie werden sehen: Es ist einfacher, als es zunächst scheint. Und wenn erst mal die Übung da ist, wird Ihnen auch die „echte“ Injektion leicht von der Hand gehen!

**Das KidK-Trainingsset hilft Ihnen dabei**

## So bekommen Sie Routine für die Heimselfbehandlung

Auf den nächsten Seiten werden Sie lernen, ...

... das KidK-Trainingsset von Bayer anzuwenden.

... wie eine „echte“ Injektion abläuft.

... wie Sie Ihrem Kind den Faktor selbst richtig spritzen.

... dass nichts Schlimmes dabei passieren kann.



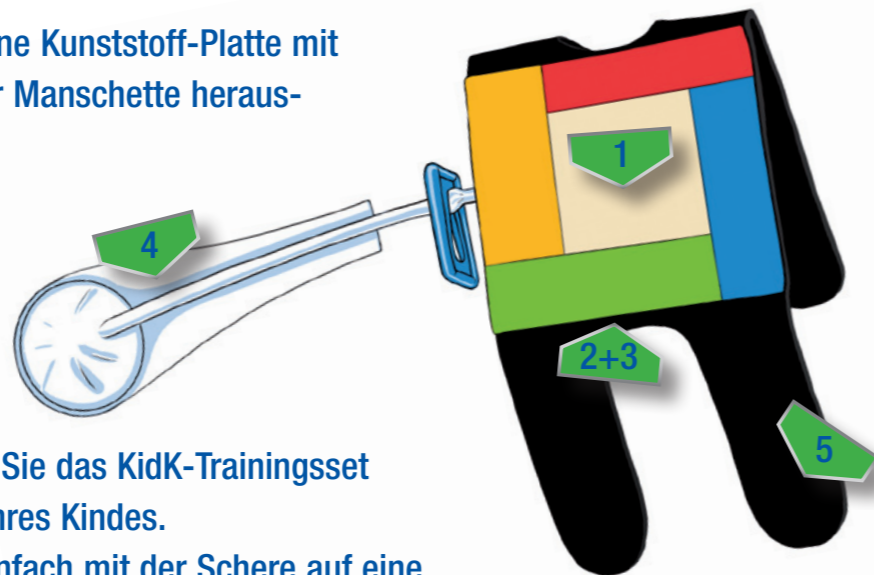
*„Schritt für Schritt zur  
Unabhängigkeit: Auf den nächsten  
Seiten erfahren Sie alles Wichtige  
über die Heimselfbehandlung.“*

Mit dem KidK-Trainingsset wird es Ihnen leicht fallen, die erforderliche Übung für die Injektion zu bekommen. Trainieren Sie alle nötigen Handgriffe, bis Sie sich sicher genug für den nächsten Schritt fühlen. Achten Sie darauf, alles genau so sorgfältig wie im „Ernstfall“ auszuführen.

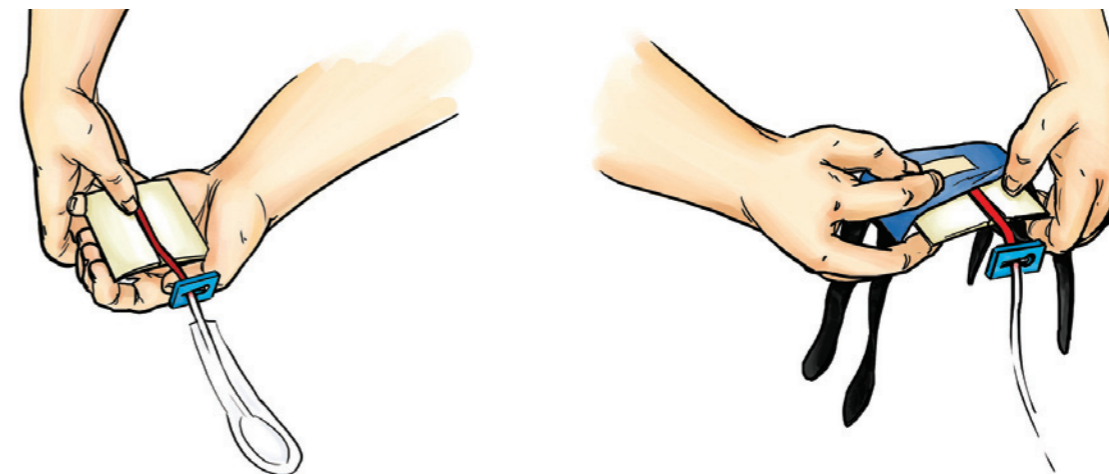
Breiten Sie zunächst das KidK-Trainingsset vor sich auf dem Tisch aus, damit Sie sich mit den einzelnen Teilen und Funktionen vertraut machen können.

## Was ist das KidK-Trainingsset?

1. Unter anderem enthält es die Übungsmanschette: Im hellen Bereich befindet sich die künstliche Haut – dort stechen Sie später in die darunter liegende Übungsvene ein.
2. Unter der künstlichen Haut liegt eine Kunststoff-Platte mit einer Rille. Die Platte kann aus der Manschette herausgenommen werden.
3. In die Rille legen Sie später zum Trainieren eine Übungsvene ein.
4. Der Schlauch mit dem Säckchen ist die Übungsvene.
5. Mit den Klettverschlüssen fixieren Sie das KidK-Trainingsset in der richtigen Position am Arm Ihres Kindes. Kürzen Sie die Klettverschlüsse einfach mit der Schere auf eine komfortable, passende Länge.



Bevor Sie beginnen, nehmen Sie die Platte aus dem KidK-Trainingsset, setzen Sie eine künstliche Vene in die Rille ein und schieben Sie die Platte anschließend wieder unter die künstliche Haut zurück. Die Vene lässt sich übrigens leichter einsetzen, wenn Sie die Platte mit Ihrer Hand leicht zusammendrücken.



Damit ist Ihr KidK-Trainingsset startklar!

## Sicher üben: Mit dem KidK-Trainingsset ganz einfach

Wenn Sie jetzt mit den Fingern über die künstliche Haut streichen, können Sie die Übungsvene – ähnlich wie eine echte Vene auf dem Handrücken – ertasten.



## Tipps zur Vorbereitung

Bevor Sie mit dem Üben beginnen:

- Suchen Sie sich einen Ort, an dem Sie ausreichend Platz und Licht haben.
- Setzen Sie sich dort zusammen mit Ihrem Kind an einen Tisch mit sauberer Oberfläche.
- Bereiten Sie alles Notwendige vor, um es später griffbereit zu haben.

Am besten richten Sie sich dafür einen Korb oder ein Tablett mit allen Dingen her, die Sie für die Injektion benötigen.



### Checkliste der Dinge, die Sie benötigen:

- |   |                   |
|---|-------------------|
| ⊗ Die Übungsmanschette  | ⊗ Eine Übungsvene |
| ⊗ Ein Venenpunktionsbesteck<br>(auch „Butterfly-Kanüle“<br>genannt) | ⊗ Alkoholtupfer   |
| ⊗ Eine mit Wasser gefüllte Spritze                                  | ⊗ Zellstofftupfer |
|   | ⊗ Venenstauer     |
|   | ⊗ Pflaster        |

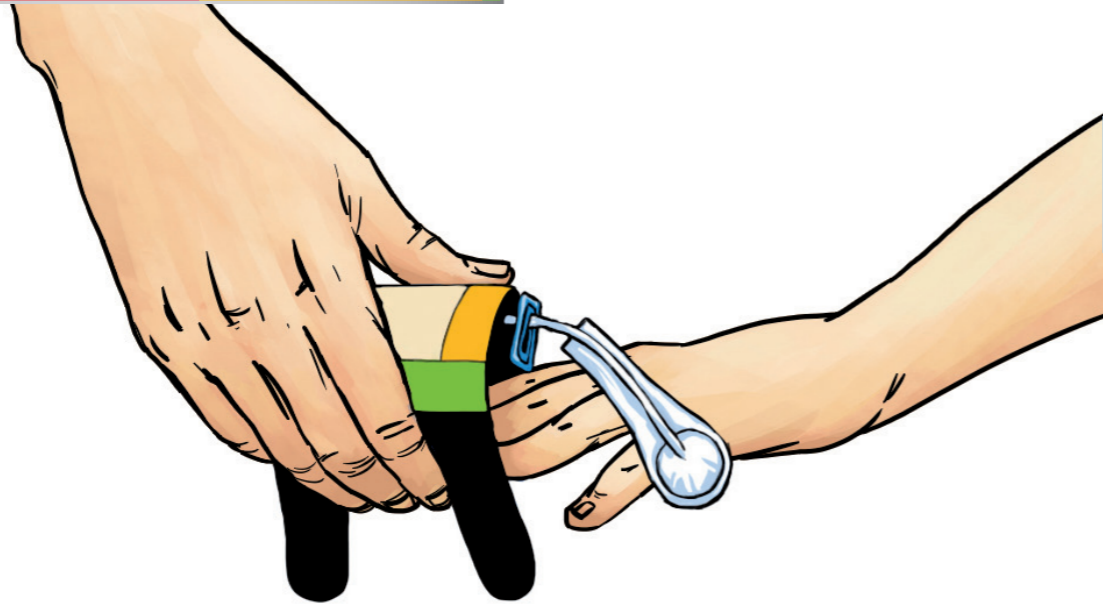
### Bevor Sie anfangen, überprüfen Sie nochmals...

... ob sich eine Vene im KidK-Trainingsset befindet – sie sollte in der Rille der Plastikplatte liegen.

## Letzte Kontrolle vor dem Übungsstart

... ob eine Kanüle und eine mit Wasser gefüllte Spritze in Reichweite liegen. Legen Sie sich auch Pflaster bereit, um später die Kanüle bei Bedarf fixieren zu können.

Um den Ablauf der Injektion zu üben, legen Sie sich zusätzlich einen Zellstofftupfer, einen Alkoholtupfer und den Venenstauer bereit.



## Die Vene suchen

*„Bei einer „echten“ Injektion wird der Venenstauer etwas fester angezogen, um die Venen deutlicher hervortreten zu lassen.“*

## Jetzt geht's los: Das KidK-Trainingsset anlegen

1. Suchen Sie sich eine Vene am Arm Ihres Kindes aus, die Ihnen für eine Injektion geeignet erscheint. Es geht zunächst nur darum, die Manschette so zu platzieren, dass die Übung so wirklichkeitsnah wie möglich ist.
2. Öffnen Sie die Klettverschlüsse und platzieren Sie die Manschette so auf dem Arm Ihres Kindes, 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 Ellbogen Ihres Kindes zeigt. Das Faktor VIII-Präparat soll später nicht in Richtung Finger, sondern in Richtung des Ellbogens, also zum Körper hin, injiziert werden.
3. Wenn die Manschette richtig in Position ist, fixieren Sie diese mit den Klettverschlüssen.

4. Als nächstes suchen Sie die Übungsvene, die unter der künstlichen Haut liegt. Dafür ertasten Sie am besten genau ihre Position und Lage, indem Sie mit einem Finger über die künstliche Haut auf der Manschette streichen.
5. Anschließend legen Sie Ihrem Kind vorsichtig den Venenstauer am Oberarm an – er sollte gut halten, aber dabei nicht zu fest sitzen!

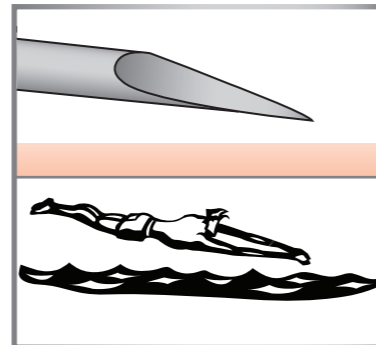


## Die Hautstelle reinigen

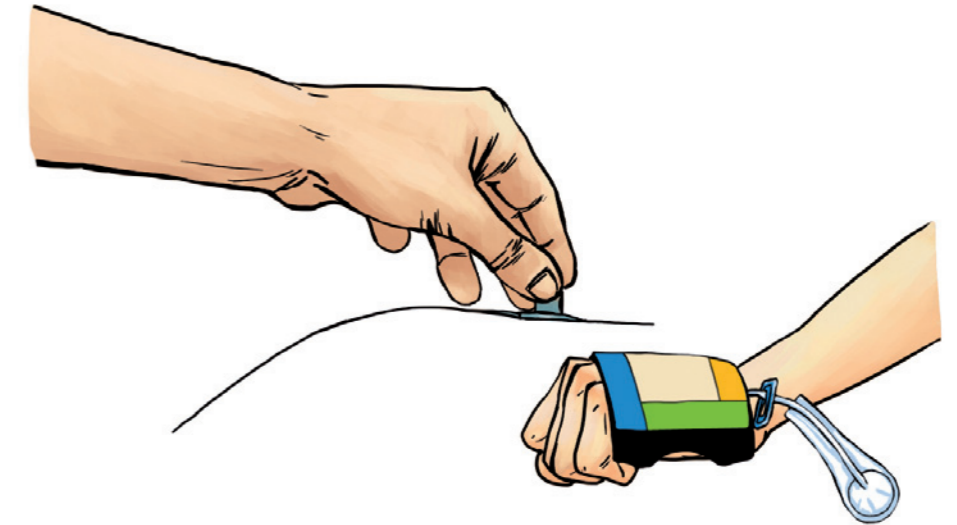
*„Hygiene ist das A und O bei der Heimselbstbehandlung.“*



6. Prägen Sie sich nochmals genau den Bereich auf dem KidK-Trainingsset ein, in den Sie gleich die Kanüle einführen werden.
7. Zunächst muss diese Hautstelle noch gereinigt werden: Nehmen Sie hierfür den bereitgelegten Alkoholtupfer und lassen Sie anschließend die gereinigte Hautstelle kurz an der Luft trocknen. Pusten Sie nicht darauf, da sonst wieder Keime auf die Hautstelle gelangen können!
8. Bereiten Sie sich nun auf das korrekte Einführen der Kanüle vor: Die Nadelspitze muss dabei in Richtung des Ellenbogens, also zum Körper Ihres Kindes hin, zeigen (s. Abbildung nächste Seite). Der Schliff vorne an der Nadel sollte nach oben orientiert sein. Auch der Winkel, in dem Sie einstechen werden, ist wichtig: Er sollte etwa 30 Grad betragen, die Kanüle muss also von leicht schräg oben durch die Haut eingeführt werden (s. Abbildung rechts).



**Richtig einstechen:**  
Der Winkel sollte etwa 30 Grad betragen.



## Das Venenpunktsbesteck einführen

9. Öffnen Sie den Beutel mit dem Venenpunktsbesteck an einer Ecke und nehmen Sie die Kanüle heraus. Entfernen Sie die Plastikkappe, indem Sie sie vorsichtig hin und herdrehen.
10. Biegen Sie nun die beiden Flügel der Kanüle nach oben zusammen und halten Sie diese fest (s. Abbildung). Nähern Sie die Nadel langsam der Injektionsstelle – denken Sie dabei an den richtigen Einstichwinkel.
11. Achten Sie beim Einführen der Kanüle darauf, dass Ihr Kind den Arm ganz ruhig hält – denn je präziser Sie arbeiten können, desto angenehmer wird später auch die richtige Injektion für Ihr Kind sein. Wenn Sie beide bereit sind, führen Sie langsam die Kanüle durch die künstliche Haut in die Übungsvene ein.

## Die Kontrolle

*„Alles richtig gemacht?  
Das erkennen Sie daran,  
dass etwas „Blut“ in den  
Schlauch zurückfließt.“*



12. Die Kanüle steckt jetzt in der Übungsvene. Öffnen Sie als nächstes die blaue Klemme an der Übungsvene. Nun sollte ein wenig rote Flüssigkeit in die Übungsvene zurückfließen. Das ist das Signal, 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. Jetzt können Sie den Venenstauer lösen. Achten Sie auch bei allen weiteren Schritten darauf, dass Ihr Kind den Arm mit der Kanüle weiterhin ruhig hält!

Das KidK-Trainingsset simuliert genau, was auch bei einer echten Injektion passiert. Wenn etwas künstliches Blut in die Übungsvene zurückfließt, liegt die Kanüle richtig in der Vene.

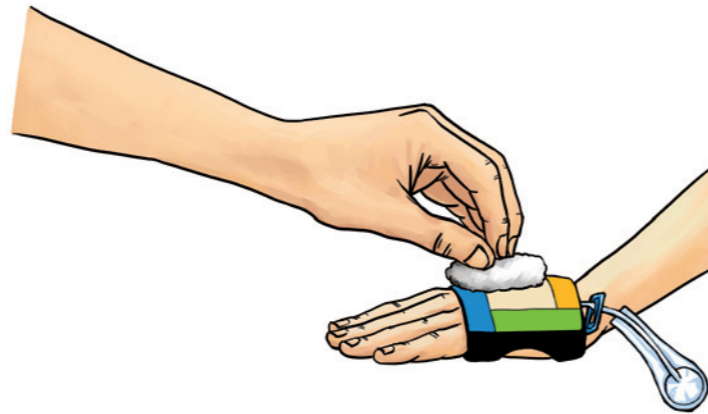
## Die Lösung spritzen

Die Kanüle „sitzt“ – Sie haben nun alle notwendigen Schritte abgeschlossen, um die künstliche Lösung spritzen zu können. Der schwerste Teil ist geschafft! 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 das Ende der Spritze langsam nach unten drücken – so lange, bis sich nichts mehr in der Spritze befindet.

## Zum Schluss: Das Venenpunktionsbesteck entfernen

1. Ziehen Sie das Pflaster ab (die Spritze bleibt am Kanülen-Schlauch) und drücken Sie vorsichtig einen sauberen Zellstofftupfer auf die Einstichstelle. Danach ziehen Sie die Kanüle vollständig aus der künstlichen Vene heraus.
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.
3. Nehmen Sie die Übungsvene aus der Platten  
So ist die Übungsmanschette bereit für die nächste Übung.



Das waren alle Schritte, die Sie für eine Injektion beherrschen sollten. Üben Sie am besten so lange mit dem KidK-Trainingsset, bis Sie sich im Ablauf sicher fühlen – so wird Ihnen die echte Injektion nicht mehr schwer fallen.

## Auch nicht schwieriger als im Übungslauf

Sie haben sich alle wichtigen Handgriffe und Abläufe durch das Training mit dem KidK-Trainingsset angeeignet? Dann brauchen Sie auch vor der echten Injektion keine Angst zu haben.

### Was ist anders?

- Den größten Unterschied macht meist die Überwindung, das eigene Kind zu stechen. Am besten, Sie entspannen sich so gut wie möglich und gehen die Injektion selbstbewusst an – denn schließlich sind Sie gut vorbereitet!
- Natürlich verwenden Sie für die Injektionen „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.

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

## Kann etwas schief gehen?

Keine Sorge. Wenn Sie vorsichtig und aufmerksam bei den Injektionen sind, kann nichts Schlimmes dabei passieren! Auf den nächsten Seiten haben wir für Sie typische Stolpersteine zusammengefasst, die bei der Heimselbstbehandlung auftreten können: So reagieren Sie am besten auf diese Komplikationen oder vermeiden sie von vorneherein.

Vermeiden Sie nach Möglichkeit, die Injektion immer wieder an genau derselben Stelle durchzuführen. Der Grund: Es können sich dabei kleine Vernarbungen bilden, die es schwer machen, die Vene langfristig zu verwenden.

## Kann ich die Venen meines Kindes aus Versehen verletzen?

**Das kann zwar passieren, ist aber in der Regel nicht wirklich schlimm – und lässt sich meist vermeiden, indem Sie ...**

- ... den Zustand der Venen Ihres Kindes nach jeder Injektion genau prüfen, um für die nächsten Injektionen entscheiden zu können, welche Venen eine Pause brauchen.
- ... den Zellstofftupfer für mindestens 3 Minuten nach Herausziehen der Kanüle auf die Injektionsstelle drücken.
- ... unterschiedliche Venen für die Injektion verwenden.

### **Tipp:**

Um einen besseren Überblick über die Einstichstellen zu behalten, markieren Sie die zuletzt verwendete mit einem hautfreundlichen Farbstift.

## Was ist eine „geplatzte“ Vene?

Das ist weniger schlimm, als es sich zunächst anhört. Von einer „geplatzten“ Vene spricht man, wenn die Kanüle zu tief eingeführt wurde und dabei die hintere Venenwand durchstoßen hat. Wenn Ihnen das einmal passieren sollte, legen Sie am besten 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 lassen sich vermeiden ...

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

Bei jeder Art von Hautverletzung können Schmutz und Bakterien in den Körper eindringen und Infektionen verursachen. Deshalb ist es sehr wichtig, bei den Injektionen sorgfältig auf Hygiene zu achten!

## Wichtige Hygiene-Hinweise

### Denken Sie bitte immer daran, ...

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

## Geschafft? Herzlichen Glückwunsch!

Wir hoffen, dass Ihnen das KidK-Trainingsset dabei hilft, die Heimselbsttherapie erfolgreich zu meistern.

Damit haben Sie einen großen Schritt für Ihr Kind und sich selbst in Richtung Unabhängigkeit und guter gesundheitlicher Versorgung getan.

Bald wird es Ihnen beiden leicht fallen, die Heimselbstbehandlung durchzuführen und in Ihren Alltag zu integrieren.

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

Ihr Hämophilie-Team von Bayer HealthCare

