

Korrektes Insulin spritzen

Spritzabstand

Von Punktionsstelle zu Punktionsstelle **1,5 cm Abstand**

Bauch

Bevorzugt kurzwirksame Insuline, da schnellerer Wirkungseintritt
(Novorapid, Humalog, Apidra, Mischinsuline am Morgen)

- Bauchnabel ca. 5 cm aussparen
- Nicht in Narben oder Leberflecken
- wöchentlicher Wechsel der Bauchseite

Oberschenkel:

Bevorzugt langwirksame Insuline, da langsamerer Wirkungseintritt
(Insulatard und Mischinsuline am Abend, sollen in den Oberschenkel injiziert werden
Levemir, Lantus, Tresiba können in den Oberschenkel injiziert werden)

- Handbreite unter Leiste und Handbreite oberhalb des Knie, Aussenseite
- Nicht in Besenreiser, Krampfadern, Leberflecken oder Krampfadern
- wöchentlicher Wechsel des Beines

Nadellänge

6 - 8 mm ausreichend

Einstichwinkel:

Hautfalte bei wenig Fettgewebe, ca. 45° Winkel empfehlenswert oder kurze Nadel
Bei ausreichend Fettgewebe, kann Hautfalte weggelassen werden.

Injektion:

- Insulininjektionen über 40 Einheiten müssen auf 2 Dosen aufgeteilt werden
- Insulin injizieren, mindestens 5 Sekunden bei kurzen Nadeln eher 10 sec. warten, dann Spritze herausziehen. Dies bewirkt dass sich beim Herausziehen die Hautschichten verschieben und der Stichkanal geschlossen wird. Damit kann der Rücklauf von Insulin reduziert werden.