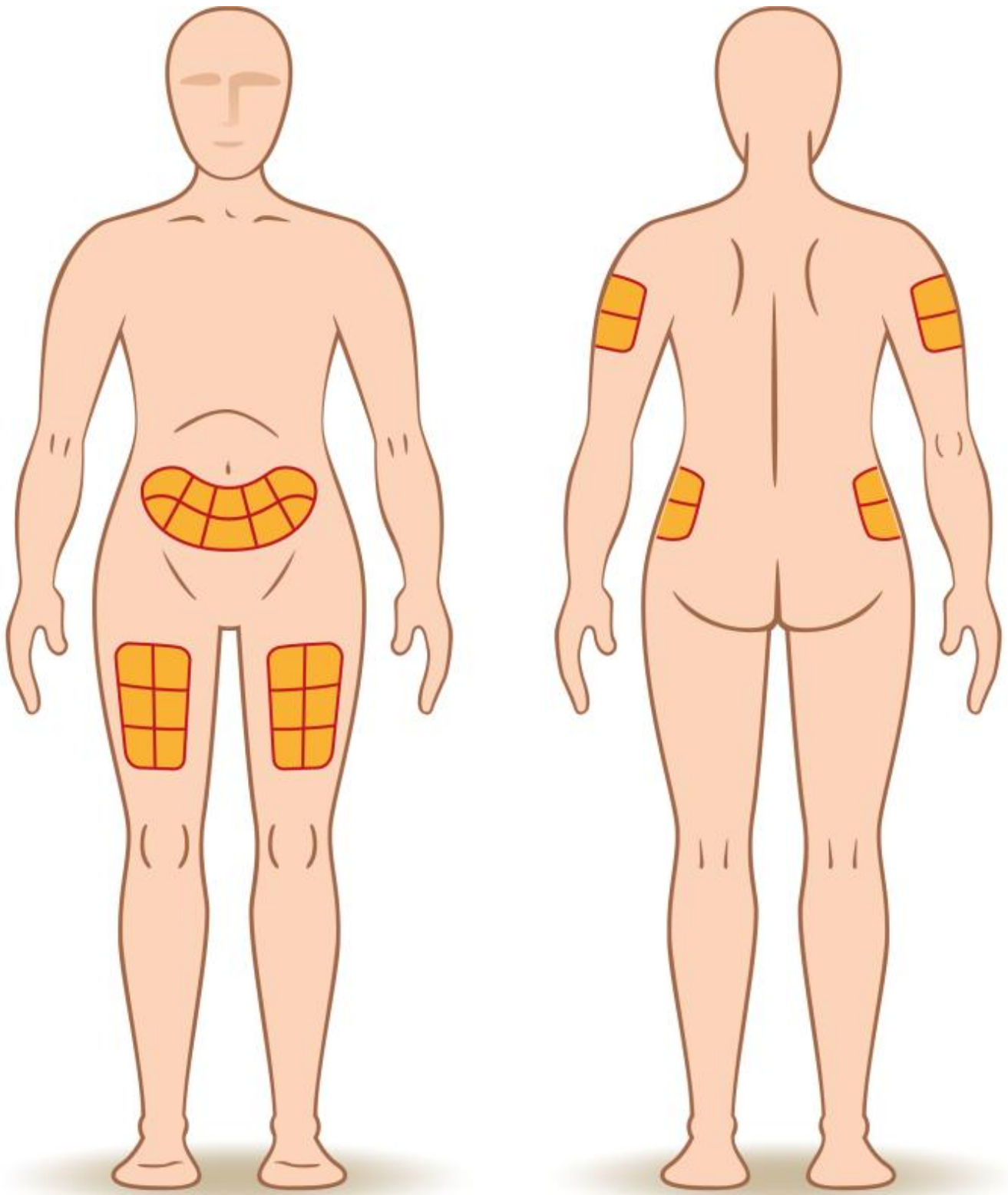


# Onder de huid (subcutaan) injecteren met een wegwerpspuit

## De plek van de injectie

Een injectie onder de huid kunt u op de volgende plekken geven:

- In een bovenbeen. Houd minimaal een handbreedte afstand boven de knie.
- In de buik, naast en onder de navel. Houd minimaal 2 centimeter afstand van de navel.
- In de buitenkant van een bovenarm.



Wissel bij iedere injectie de plek waar u injecteert. Zo voorkomt u een verdikking van het bindweefsel.

**Let op:** de huid moet schoon zijn, maar ontsmetten met desinfectiemiddel is niet nodig.

## Spuit niet in:

- harde plekken of een moedervlek
- een wond, ontstoken huid of een blauwe plek
- een gebied dat geopereerd is of waar u een operatie krijgt

- een arm of been dat verlamd is
- een arm of been met een vochtophoping (oedeem) of een bloedprop in een ader (trombose)
- een arm of been met een infuus of shunt
- een arm of been waarvan lymfeklieren zijn verwijderd.

## Stap voor stap onder de huid injecteren met een wegwerpspuit

1. Was uw handen met water en zeep. Droog ze af met een schone doek.
2. Leg de materialen klaar op een schone ondergrond.
3. Controleer of de verpakking van de injectiespuit nog ongeopend is.
4. Controleer de houdbaarheidsdatum op de verpakking.
5. Open de verpakking.
6. Ga in een gemakkelijke houding zitten of liggen.
7. Pak de injectiespuit in uw hand.
8. Haal de beschermhoes van de naald.
9. Kies de plek waar u de injectie wilt zetten.
10. Pak met uw vrije hand een huidplooi tussen duim en wijsvinger. Houd deze huidplooi vast tijdens de gehele injectie.
11. Steek de naald in één beweging in de huidplooi. Houd de spuit rechtop. De naald moet helemaal in de huid gaan.
12. Druk de spuit rustig leeg, **ook de luchtbel**.
13. Laat de naald 5 seconden in de huid zitten. Zo kan er geen vloeistof teruglopen.
14. Verwijder voorzichtig de naald uit de huid en laat daarna de huidplooi los. Als de injectieplaats gaat bloeden, moet u enkele minuten een vinger op de injectieplaats drukken.
15. Schuif of klik een eventuele veiligheidshuls over de naald totdat u een 'klik' hoort en doe de spuit in een naaldencontainer.

### Let op! Belangrijk:

- Wrijf na het injecteren **niet** over de plek waar u heeft geprikt. Dit veroorzaakt blauwe plekken.
- Soms is het nodig om het medicijn dat u moet injecteren 30 minuten voor gebruik uit de koelkast te halen.
- Bij sommige injectiepenen hoort u een 'klik' als u op de startknop drukt en moet u wachten tot u een tweede 'klik' hoort. De tweede 'klik' is een teken dat het medicijn volledig is toegediend.
- Soms is het nodig om de huid van tevoren met een alcoholdoekje te ontsmetten.
- Gooi de spuit **nooit bij het huishoudelijk afval**. Dan kan een ander zich niet per ongeluk aan de spuit prikken. Een naaldencontainer is gratis verkrijgbaar bij uw apotheek. De container kunt u ook gratis inleveren bij uw apotheek.

Een voorbeeld van een medicijn dat onder de huid geïnjecteerd wordt met een wegwerpspuit is fraxiparine. Bekijk de filmpjes om te zien hoe dit gaat:

Code VPA-503