

FÜNF TIPPS FÜR DIE RICHTIGE PLATZIERUNG VON DIABETES TECHNOLOGIE

WÄHLE GESUNDE HAUT

Vermeide vernarbte Haut, Verkrustungen, Schnitt- und Schürfwunden sowie alle Bereiche, in denen die Haut gereizt ist. Bevor Du die Stelle wieder verwendest, solltest Du mindestens eine Woche zuwarten.



KEINE BEUGEN

Platziere die Geräte nicht an Stellen, an denen die Haut beim Beugen Falten wirft, wie etwa an der Hüfte.



FETTPÖLSTERCHEN

Insulininjektionen können zu einer Schwellung unter der Haut führen, der so genannten Lipohypertrophie. Wenn dies der Fall ist, versuche dort kein Insulin mehr zu injizieren bzw. keine Infusionssets in diesem Gewebe zu platzieren. CGM-Sensoren sind in Ordnung.



SUCHE NACH FETTGEWEBE

Du kannst Sensoren an vielen verschiedenen Körperstellen wie Bauch, Gesäß, Hüfte, Beinen oder Armen tragen. Wähle eine Stelle aus, die genügend Fettgewebe zum "Kneifen" hat und sich angenehm anfühlt.



ROTIEREN

Versuche, so viele Stellen wie möglich zu nutzen! Auch wenn Du nur eine oder zwei Körperstellen verwendest, achte darauf, dass die Stellen 3-5cm von anderen Stellen entfernt sind.



FÜNF TIPPS ZUR VORBEUGUNG VON HAUTREIZUNGEN



REINIGEN!

Wasche die Haut mit antibakterieller Seife und Wasser und trockne sie gründlich ab - so werden überschüssige Öle und Lotionen von der Haut entfernt. Wesentlich ist, dass die Haut trocken ist!

KEIN ALKOHOL

Wenn die Haut gründlich mit antibakterieller Seife gereinigt wurde, vermeide die Verwendung von Alkohol, dieser kann die Haut zusätzlich reizen.

VORBEREITUNG

Es gibt viele Arten von Tüchern, die eine Hautbarriere erzeugen und so helfen, Hautreaktionen zu vermeiden. Trage sie auf und lasse die Haut gründlich trocknen vor dem Setzen des Sensors.

HYDROKOLLOIDE BEI ALLERGIE

Bei schweren oder anhaltenden allergischen Reaktionen können dicke Hydrokolloid-Verbände unter dem Pflaster verwendet werden. Manche Menschen führen den Sensor direkt durch den Hydrokolloidverband ein, während andere ein kleines Loch hineinschneiden (das kann dazu führen, dass die Haut stärker mit dem Sensorpflaster in Berührung kommt, aber das Risiko einer Beschädigung des Sensors wird verringert).

KORTISON GEGEN ALLERGIE

Viele Menschen sprühen 1-2 Sprühstöße Fluticason auf die Haut, lassen es vollständig trocknen und kleben dann den Sensor auf. Dies kann die allergische Reaktion auf die Chemikalien im Sensorklebeplaster verringern.

Hinweis: Fluticason ist nicht für diese Art der Anwendung vorgesehen (es handelt sich um ein Nasenspray), unklar ist, ob es auf der Haut langfristig zu dauerhaften Nebenwirkungen kommen kann.

FÜNF TIPPS FÜR MEHR KLEBEKRAFT

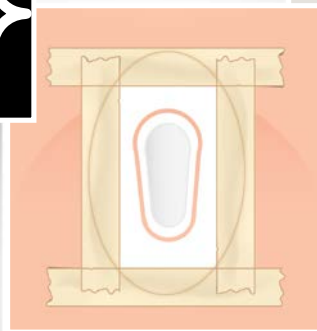
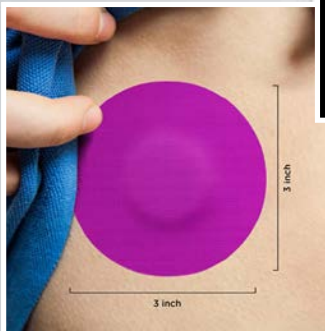
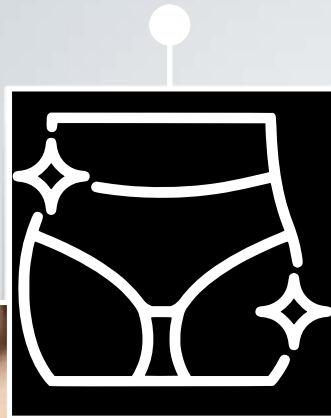
BASIS HAUTVORBEREITUNG

Damit der Sensor bestmöglich haftet, solltest Du die Haut gut vorbereiten:

- Entferne störende Haare mit dem Rasierer
- Wasche die Haut mit Wasser und Seife, um Öle und Lotionen zu entfernen
- Stelle sicher, dass der Bereich vollständig trocken ist

BARRIEREN DIENEN ALS KLEBER

Einige der oben beschriebenen Barriertücher erhöhen auch die Klebekraft des Sensors. Trage diese auf die Haut auf und lasse sie gründlich trocknen vor der Sensoranlage.



EXTRA TAPE

Es gibt verschiedene Arten von Tape und Aufklebern, die über das Sensorpflaster geklebt werden können.

TAPING TECHNIK

Die Art und Weise wie Du die zusätzlichen Tapes fixierst ist wichtig. Für das Zuschneiden des eigenen Tapes solltest Du die "Bilderrahmen"-Technik um den Transmitter anwenden – an den 4 Seiten des Sensorklebers. Manchmal werden gerätespezifische Pflaster in der gewünschten Form vorgeschritten. Das bedeutet in der Regel, dass ein Loch für den Sender ausgeschnitten ist, manchmal wird auch der Transmitter abgedeckt.

NICHT-KLEBENDE LÖSUNGEN

Wenn die Sensoren am Arm getragen werden, können nicht klebende Bandagen oder Schutzhüllen verwendet werden, damit der Sensor auf der Haut bleibt. Es ist darauf zu achten, den Arm nicht zu eng zu umwickeln, da dies dazu führen kann, dass der Sensor in das Muskelgewebe sticht und falsche niedrige Glukosewerte anzeigt.

FÜNF TIPPS FÜR DAS ENTFERNEN UND DIE HEILUNG



PRODUKTE ZUM LÖSEN DES KLEBEBANDES VERWENDEN

Es gibt eine Reihe von Produkten, die Dir helfen können, das Klebeband von der Haut zu lösen. Die einfachsten Lösungen sind vielleicht schon bei Dir zuhause - Babyöl oder Olivenöl! Befeuchte ein Papierhandtuch mit Öl und reibe es unter die Ecke des Pflasters. Ziehe es langsam ab und wische das Öl unter das Pflaster, bis der gesamte Sensor entfernt ist.



LOW AND SLOW

Mit der richtigen Abziehtechnik kann das Risiko von Hautrissen minimiert werden. Es sollte sanft auf sich selbst zurückgeklappt (LOW) und sehr langsam abgezogen (SLOW) werden. Dies ist die "low and slow" Technik.



CREMES UND LOTIONEN

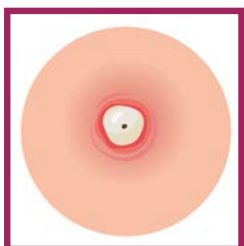
Sobald der Sensor von der Haut entfernt ist, kann der Bereich nach Bedarf gepflegt werden.

- Bei Trockenheit sind Lotionen zu empfehlen
- Bei Rötungen, Juckreiz oder Reizungen kann eine Hydrocortison-haltige Creme (siehe Fachinformation) angewendet werden
- Bei Hautrissen oder Schmerzen kann eine antibiotische Creme (siehe Fachinformation) Anwendung finden



IN RUHE LASSEN

Das Hautareal sollte etwa eine Woche lang abheilen und nicht mit einem Klebeband abgedeckt werden, bevor Du dort einen weiteren Sensor befestigst.



VERSCHLECHTERUNG DER SITUATION

Wenn Schmerzen, Eiter, Wärme oder eine sich ausbreitende Rötung auftreten, die noch ein bis zwei Tage nach dem Entfernen des Pflasters anhalten, solltest Du dein behandelndes Diabeteszentrum über eine mögliche Infektion informieren. Spezialist:innen können Dir ein stärkeres Antibiotikum verschreiben, um die Infektion zu behandeln.