



Zrób sam zastrzyk zatorowo-zakrzepowy

W związku z wieloma obawami przed samodzielnym wykonaniem iniekcji podskórnej z lekiem rozrzedzającym krew, stworzyliśmy instrukcję, krok po kroku aby pokazać, że jest możliwe, w sposób bezpieczny i łatwy zrobić samodzielnie tego rodzaju zastrzyk.

- KROK 1:** Zapoznaj się z ULOTKĄ, która stanowi opis działania leku.
- KROK 2:** Przygotuj wszystkie potrzebne elementy tak abyś miał je w zasięgu ręki: strzykawkę z lekiem, gazik nasączony alkoholem lub wodę i mydło oraz zorganizuj pojemnik na odpady medyczne.
- KROK 3:** Wyjmij lek z opakowania, sprawdź jego DATĘ WAŻNOŚCI (PAMIĘTAJ nie używaj leku po terminie). Zwróć uwagę czy nie ma WIDOCZNYCH USZKODZEŃ i czy zawartość leku w ampułkostrzykawce jest KLAROWNA I PRZEJRZYSTA.
- KROK 4:** Jeszcze raz sprawdź NAZWĘ LEKU, jego Dawkę którą zalecił Ci lekarz.
- KROK 5:** Wybierz miejsce wstrzyknięcia: zalecanym miejscem jest okolica brzucha w odległości około 5 cm od pępka. Staraj się przy licznych podaniach unikać tego samego miejsca. Powinieneś wiedzieć, że przy częstym stosowaniu tego rodzaju leku, mogą pojawiać się zasinienia. Proszę aby nie wzbudziło to Twojego nadmiernego niepokoju. Należy zmieniać miejsce wstrzyknięcia między prawą, a lewą stroną brzucha.
- KROK 6:** UMYJ RĘCE.
- KROK 7:** Usiądź lub połóż się w wygodnej pozycji ,aby rozluźnić mięśnie brzucha
- KROK 8:** Oczyść miejsce wstrzyknięcia gazikiem nasączonym alkoholem lub umyj wodą z mydłem.
- KROK 9:** Sięgnij po lek, dlatego tak ważne aby był blisko ciebie. Ostrożnie zdejmij nasadkę ze strzykawki, NIE USUWAJ PĘCHERZYKÓW POWIETRZA. Po usunięciu nasadki niczego nie dotykaj igłą, w celu zapewnienia jej czystości. Na końcu igły może pojawić się kropelka leku, należy ją usunąć przed wstrzyknięciem poprzez postukanie w strzykawkę skierowaną igłą w dół.
- KROK 10:** Strzykawkę trzymaj w dłoni, którą piszesz. Drugą ręką, palcem wskazującym i kciukiem chwyć oczyszczoną skórę brzucha, tworząc między nimi FAŁD SKÓRY.
- KROK 11:** W sposób pewny, jednym ruchem WBIJ IGŁĘ pod kątem 90 stopni. Całą igłą wprowadź w fałd skóry. Naciśnij kciukiem tłok i wprowadź całą zawartość ampułkostrzykawki.
- KROK 12:** Wyjmij igłę, NIE POCIERAJ MIEJSCA PODANIA LEKU w ten sposób unikniesz zasinienia. Możesz pozostawić delikatnie położony gazik.
- KROK 13:** Ampułkostrzykawkę odłóż do wcześniej przygotowanego pojemnika na odpady medyczne.
- KROK 14:** UMYJ RĘCE.

WIDZISZ UDAŁO SIĘ, ZROBIENIE KAŻDEGO NASTĘPNEGO ZASTRZYKU TO DLA CIEBIE PESTKA