

Annan viktig information

Följande råd hjälper dig att få så tillförlitliga resultat som möjligt.

Inställningar för insticksdjup är mycket viktigare än lansettens diameter

Om lansetten är för smal, måste den stickas djupare i huden för att få en tillräckligt stor droppe blod till provet och kan då träffa fler nerver och orsaka mer smärta vid provtagning. Istället för att välja en liten lansettdiameter, är det därför bättre att anpassa insticksdjupet för en mindre smärtsam provtagning.

Använd inte en fristående lansett för ett instick – använd alltid en blodprovstagare

Det är endast genom att sätta i lansetten i en blodprovstagare som du kan vara säker på att sticket blir precist och kontrollerat med rätt stickdjup.



Mer information finns på www.accu-chek.se
Accu-Chek Kundsupport -telefon 020-41 00 42
info@accu-chek.se

ACCU-CHEK® *Mobile* **ACCU-CHEK®** *Compact Plus*



ACCU-CHEK® *Aviva Nano* **ACCU-CHEK®** *Aviva*



Den här symbolen på en lansettförpackning betyder att produkten uppfyller kraven i EU-direktivet om medicintekniska produkter och innebär att lansetterna endast är avsedda för engångsbruk.

Referenser:

Johnson PC: Peripheral Circulation 1978, pp 193-230
Linnea Persson: Betydelsen av rentvättad hand före blodprovstagning vid mätning av blodsockret.

ACCU-CHEK, ACCU-CHEK MULTICLIX, SOFTCLIX, ACCU-CHEK AVIVA, ACCU-CHEK AVIVA NANO, ACCU-CHEK MOBILE and ACCU-CHEK COMPACT PLUS are trademarks of Roche.
© 2008 Roche Diagnostics
DB 153



Roche Diagnostics Scandinavia AB
Box 147, SE.161 26 Bromma

ACCU-CHEK®



Tips för rätt och skonsam blodprovstagning

ACCU-CHEK®

Enkla knep gör stor skillnad

Blodprov från fingret

Regelbundna blodprovstagningar utgör ofta en viktig del vid den dagliga hanteringen av diabetes. Vid en rutin som utförs flera gånger per dag kan små detaljer bli viktiga och bidra till en nästan smärtfri, användarvänlig provtagning.

Normalt tas prover på kapillärblod från sidan av fingerspetsen, eftersom den platsen har både många blodkärl och ett rikligt blodflöde. Blodflödet i fingertopparna är dessutom mycket större än i underarmen. Många upplever också att det är mindre smärtsamt att testa på sidan av fingret än mitt på.

Blodprovstagning från fingertoppen är enkelt att utföra. Det räcker med en liten droppe blod, som du vanligtast får fram genom ett stick i sidan på fingertoppen för ett blodsockertest.



Rätt resultat med rena händer

Se till att dina händer är rena och torra

Eventuell smuts på fingertopparna i form av vätska eller mat som tex frukt kan påverka glukosvärdena och ge ett felaktigt resultat. Var därför extra noggrann med att alltid tvätta dina händer innan en blodprovstagning samt även mellan provtagningar då du har haft en insulinkänning och ätit t. ex. dextrosol. Det förbättrar cirkulationen och säkerställer att stickstället är rent.



Tips för en god blodcirkulation

Se till att dina händer inte är kalla när du ska ta blodprovet för att blodflödet ska vara bra (och för att få en tillräckligt stor droppe blod).

- Du kan öka blodflödet genom att låta varmt vatten rinna över händerna. Torka av dem ordentligt innan testning.
- Massera provtagningsfingret mjukt innan du sticker. Massera från handen upp till fingertoppen, eller låt handen hänga så att gravitationen hjälper blodet ner till fingertopparna.
- Varma händer är en garanti för ett rikligt blodflöde och därmed även en tillräckligt stor provmängd även vid grunda insticksdjup.

Regelbundet lansettbyte

Enkla knep gör stor skillnad

Genom att komma ihåg några enkla råd kan du lindra smärtan vid provtagningar och göra instickningen mer skonsam. Det ska inte behöva göra ont att ta blodprov. Smärta kan bero på att lansetterna används flera gånger istället för att bytas ut efter varje mätning.

De noggrant och precist slipade metallspetsarna kan bli trubbiga eller deformeras vid användning. Detta kan orsaka smärta vid nästa provtagning. Du kan undvika detta genom att använda en ny lansett varje gång. Det sterila locket skyddar nya lansetter från att deformeras.

Använd aldrig en lansett som har använts av en annan person!

Stick på rätt sätt och gör provtagningen mindre smärtsam

- Stick på sidan av fingertoppen, ungefär i höjd med nageln.
- Pressa blodprovstagaren bestämt mot sidan av huden. Då minskar du insticksdjupet och därmed även smärtan.
- Välj ett insticksdjup som är så grunt som möjligt, det hjälper till att förebygga smärta. Du kan få en tillräcklig mängd blod med ett litet insticksdjup.
- Byt finger varje dag, långfingret och ringfingret rekommenderas ofta men prata med ditt diabetesteam om vad de rekommenderar.
- Tillräcklig blodcirkulation gör att du inte behöver sticka djupt.
- Användning av samma lansett flera gånger kan orsaka smärta vid provtagning.

