

Schritt für Schritt:

Heimselfbehandlung bei Hämophilie

Die Heimselfbehandlung gibt Ihnen die Möglichkeit, Ihre Hämophilie sehr umfassend selbst zu behandeln. So benötigen Sie für die Injektionen Ihres Faktorkonzentrats keine zusätzlichen Arzttermine und können Ihren Alltag sowie Reisen und andere Aktivitäten sehr frei und flexibel gestalten. Die folgende Anleitung hilft Ihnen dabei, bei der Durchführung nichts zu vergessen. Zum Einstieg bietet es sich an, eine spezielle Schulung für Menschen mit Hämophilie zu besuchen. Darüber hinaus können Sie auch Schulungsvideos zum Thema nutzen.

1. Vorbereitung der Heimselfbehandlung

✓ **Hände gründlich waschen**

Achten Sie auf Hygiene und Sauberkeit. Dazu gehört es, die Hände gut und lange genug mit Wasser und Seife zu waschen.

✓ **Sauberkeit am Injektionsort**

Auch den Ort, an dem Sie die Injektion durchführen, sollten Sie sauber halten. Die Fläche, auf der die Utensilien liegen, können Sie beispielsweise mit einem sauberen Tuch abdecken.

✓ **Utensilien bereitlegen**

Alles, was Sie für die Injektion benötigen, sollte bereit liegen, damit Sie die Behandlung problemlos durchführen können. Starten Sie vor dem Beginn der Behandlung immer mit einem kurzen Check, ob alles vorhanden ist.

Die folgende Checkliste unterstützt Sie dabei:

Konzentrat und Lösungsmittel

Tupfer und Desinfektionsmittel

zur Reinigung der Gummistopfen von Konzentratflasche und Wasserflasche sowie der Einstichstelle auf der Haut

Überleitungssystem

zum Überleiten des sterilen Lösungsmittels in die Konzentratflasche

Spritze

Butterfly

Injektionsnadel zum Injizieren des Faktors in die Vene

Pflaster und sterile Tupfer

ein Pflaster zum Fixieren des Butterflys auf der Haut sowie zwei längere Pflasterstreifen und einen zusammengerollten Tupfer für den Druckverband

Stauschlauch

zum Stauen des Blutes in der Vene, erleichtert den Einstich in die Vene

Substitutionstagebuch oder App

zum exakten Dokumentieren der Injektionen

Schritt für Schritt:

Heimselfbehandlung bei Hämophilie

2. Richtig stauen

✓ **Stauschlauch an der richtigen Stelle anlegen**

Positionieren Sie den Stauschlauch mindestens zehn Zentimeter oberhalb der vorgesehenen Einstichstelle.

Falls Sie Schwierigkeiten dabei haben, die Vene zu finden, kann es helfen, den Arm nach unten hängen zu lassen und die Hand fest zu öffnen und zu schließen. Auch das fünf- bis zehnminütige Baden der Hand oder des Arms in warmem Wasser lässt die Venen deutlicher hervortreten.

✓ **Puls fühlen**

Fühlen Sie den Puls mit Zeige- und Mittelfinger der freien Hand.

✓ **Stauschlauch so eng ziehen, wie benötigt**

Ziehen Sie den Stauschlauch so eng, dass der Puls nur noch schwach erkennbar ist.

3. Punktion und Injektion

✓ **Desinfizieren Sie**

vor der Punktion die Einstichstelle.

✓ **Nehmen Sie den Butterfly so in die Hand,**

dass der Schliff nach oben zeigt.

✓ **Entfernen Sie die Verschlusskappe**

von der Nadel.

✓ **Stechen Sie die Nadel in leicht schrägem Winkel durch Ihre Haut.**

Wird Blut im Schlauch des Butterfly sichtbar, haben Sie die Vene getroffen.

✓ **Schieben Sie die Nadel etwas weiter in Richtung Vene.**

So können Sie sicherstellen, dass sich die Öffnung vollständig innerhalb dieser befindet.

✓ **Öffnen Sie den Stauschlauch.**

✓ **Spritzen Sie den Faktor langsam.**

Beachten Sie dabei die Herstellerangaben.