

## Techniek van de capillaire bloedafname

### 1- Leg u materiaal klaar

*Verzamel :*

**Prikapparaat** : Prikapparaten zijn persoonlijk, gebruik nooit één van een ander persoon.

**Lancetten** : De lancetten zijn voor uniek gebruik, verander deze 1x/dag.

**Bloedglucosemeters** : Controleer regelmatig uw meter.

**Strips** : De strips moeten in een hermetisch gesloten flacon bewaard worden. Controleer de expiratiedatum.

**Handdoek**

**Dagboekje**: U boekje zal u helpen om u insuline dosis aan te passen.

*Wat moet u weergeven?*

- **Elke dag** : De glucosetesten, naam en dosis van de insuline eveneens het uur van toediening noteren
- **Regelmatig** : Uw gewicht, glycohemoglobine(HbAc1), en voor de vrouwen de datum van de regels
- **Soms** : Urineanalyses (elke dag bij kinderen), de hypoglycemies, uur en wijze van suikeropname, fysieke activiteiten, ziekte en vakanties.

### 2 – Bereid u plaats van bloedafname

**Was u handen zorgvuldig met warm water en zeep, om eventueel resten van suiker te verwijderen.**

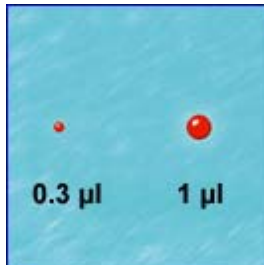
**Gebruik geen ontsmettingsmiddelen, crème of zalf, door deze aanwezigheid kunnen de resultaten vervalst worden.**

Om de circulatie van het bloed te bevorderen kan men :



- Het hand naar omlaag brengen
- Masseer uw vinger zorgvuldig van de palm naar de vingertop. Dit voert meer bloed naar uw vinger.

### 3 – Diepteregeling van de bloedafname



In functie van de dikte van de huid (verschillend van persoon tot persoon), de hoeveelheid bloed die u apparaat nodig heeft (Sommige apparaten hebben een grote druppel nodig en anderen een microdruppel) regelt u de diepte.



Indien dat met uw priktoestel kan, kiest u de diepte die voor u het best past. Start met de minst diepe instelling, indien de bloeddruppel niet volstaat, ga dan naar de volgende diepte instelling.

### 4 – Kies de plaats van de bloedafname



Wissel van prikplaats om eeltvorming te voorkomen. Gebruik zowel de rechter- als de linkerhand.



Verander regelmatig van vinger en zijde van de vinger (de zijde van de vinger is minder pijnlijk dan de vingertop)



Enmaal de prik gedaan, mag u de vinger niet kneden ; dit geeft een bevrijding van het lymfatisch vocht en lost de broeddruppel op.



Het materiaal veilig opbergen is uw verantwoordelijkheid.

Daarom moet u:

Het lancet indien mogelijk met eigen dop beschermen.  
Al het gebruikte material (lancet en strip) in een opsluitbare container werpen.