

NAVODILA ZA SAMOPOMOČ OB ANAFILAKSIJI

Spoštovani,

menimo, da ste utrpeli anafilaktično reakcijo zaradi alergije za _____.

Možno je, da se reakcija ponovi, če pridete ponovno v stik z alergenom, na katerega ste alergični, zato:

- se poskušajte izogibati stika z alergenom,
- svetujemo, da s temi navodili seznanite tudi svoje najbližje,
- vedno nosite s seboj mobilni telefon in set za samopomoč, ki ste ga prejeli pri zdravniku alergologu.

V primeru, da pride do nehotenega stika z možnim alergenom, postopajte po tem načrtu:

1. V primeru pika kožekrilca izvlecite želo, če je ostalo v koži.
2. Ob prvih znakih anafilaksije, ki so:
 - srbež kože (pogosto srbijo dlani ali podplati ter predel za ušesi),
 - kihanje,
 - koprivnica,
 - otekanje ustnic, vek, jezika, prstov,
 - pordevanje kože,
 - občutek cmoka v grlu, hripavost,
 - krči v trebuhu, bruhanje, driska,

vzemite vse 4 tablete iz seta za samopomoč naenkrat.

Obvestite nekoga o dogodku in se odpravite v najbližjo ambulanto nujne medicinske pomoči. Ni priporočljivo, da v tem času sami upravljate motorno vozilo.

3. Pripravite si injekcijo adrenalina (Anapen).

Ne odstranite črnega varnostnega pokrovčka ali črnega pokrovčka, ki pokriva iglo, dokler se ne pokaže potreba, da morate zdravilo Anapen uporabiti.

črn pokrovček igle

rdeč sprožilec

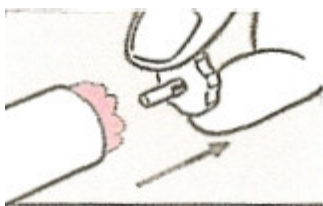
črn varnostni pokrovček



4. Če čutite izrazito oteženo dihanje, piskanje v grlu ali prsih, oslabelost ali imate občutek, da se vam kali zavest, si aplicirajte injekcijo adrenalina po sledečem postopku:



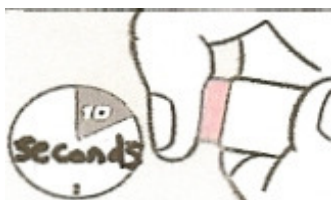
- a. **Odstranite črn pokrovček igle.** Ta pokrovček je pritrjen na siv zaščitni tulec igle; mogoče boste morali močneje povleči, da ga boste lahko sneli.



- b. **Odstranite črn varnostni pokrovček z rdečega sprožilca.**



- c. **Anapen čvrsto držite v dlani in ga pritisnite na zunanji del stegna ter pritisnite na sprožilec.** Ob tem se mora zaslišati klik, ki pomeni, da se je igla, ki je dolga 1 cm, sprožila. Takrat ne smete umakniti avtoinjektorja, **Če drugače ne gre, lahko avtoinjektor injicirate skozi tanjša oblačila (pri trših oblačilih se igla lahko zvije).**



- d. **Pritiskajte avtoinjektor na stegno še 10 sekund (toliko časa traja, da se vbrizga celotna količina adrenalina).** Po tem, ko umaknete napravo od stegna, podrgnite po koži s prsti in preverite, ali je igla pogledala iz naprave. Če ne vidite igle na koncu naprave, ponovite aplikacijo (točka c).

Precej tekočine še vedno ostane v napravi, to je višek tekočine, ki se ne da uporabiti.

Po uporabi nataknite črn pokrovček igle nazaj in odnesite avtoinjektor nazaj v svojo lekarno ali svojemu zdravniku, kjer ga bodo varno zavrgli.

- e. Pokličite številko nujne medicinske pomoči 112.
- f. Do prihoda medicinske ekipe počivajte, izogibajte se fizični aktivnosti.