**Anbefaling om hudpleje til dig, der bruger insulinpumpe og evt. glukosesensor**

Nogle insulinpumpe- og glukosesensorbrugere oplever at få hudproblemer, derfor er det vigtigt, at du plejer huden godt. Huden skal være hel, ren og tør samt fri for sæbe og cremerester, så hæfter plasteret bedst og risikoen for kontakteksem minimeres.

**Vi anbefaler at du**

* Vasker huden med vand og parfumefri sæbe
* Tørrer huden til den er helt tør, evt. med hårtørrer
* Evt. desinficerer huden med en spritserviet inden pumpenål og sensoren sættes på, da det fjerner eventuelt fedt og bakterier på huden
* Sætter pumpenålen og sensoren et nyt sted fra gang til gang (skift ikke kun mellem 2 steder, da huden lettere bliver skadet)
* Fjerner pumpenålen og sensoren forsigtigt for at beskytte huden. Hvis det er nødvendigt med ekstra plaster, skal det fjernes med forsigtighed ved at trække i plasterets hjørner.
* Smører tør hud med parfumefri creme, når pumpenålen og sensoren er fjernet, for at forberede huden til næste indstik
* Fjerner rester af plaster på huden med f.eks. babyolie, mandelolie eller en særlig klæbefjerner (spørg din behandler).

Du kan få råd om parfumefri sæbe og cremer fra astma og allergiforeningen her:

[*https://www.denblaakrans.dk/allergimaerkede-produkter*](https://www.denblaakrans.dk/allergimaerkede-produkter)

**Oplever du at pumpenålen eller sensoren løsner sig eller falder af?**

Kraftig behåring, fedtet, våd eller svedig hud kan give problemer med at plasteret falder af.

* Hårfjernelse kan foretages med saks eller ved at barbere området. Barbering kan beskadige huden og bør foretages mindst 2 dage før området anvendes
* Fedtet hud sprittes af med en spritserviet
* Fugtig hud kan evt. tørres med en føntørrer
* Ved problemer med at plasteret løsner sig f.eks. som en følge af øget svedtendens, kan der fikseres yderligere med ekstra tape eller transparent film (spørg din behandler).
* Ved særlige svedproblemer kan svedproduktionen nedsættes i et afgrænset område ved brug af særlig antiperspirant. (Spørg din behandler). Huden påføres antiperspirant døgnet før skift, og området vaskes grundigt **inden** påsætning af devise.

**Oplever du hudproblemer med udslet, rødme, kløe eller problemer med at plasteret falder af, er her måske hjælp at hente.**

1. Rødme, der er afgrænset til området, hvor plasteret har siddet:

Skyldes oftest en reaktion på plasteret eller en reaktion på rester af sæbe, creme, parfume eller deodorant, som skaber en reaktion under plasteret.

* Det er vigtigt at du har fulgt vores anbefalinger for klargøring af huden
* Flydende barrierefilm kan evt. anvendes som en beskyttende hinde på huden. Der findes forskellige mærker, som findes i form af spray, servietter etc. (spørg din behandler).
* Hvis udslettet ikke forsvinder trods pumpenål og sensorpause fra den irriterede hud, og du har behandlet med fed creme, kan du forsøge at behandle med Hydrocortison 1% efter aftale med din behandler.

1. Rødme, der går ud over området, hvor plasteret har siddet:

Kan skyldes overfølsomhed overfor plasteret.

Kan eventuelt afhjælpes med:

* Flydende eller en fast barrierefilm (spørg din behandler)

Ved brug af fast barrierefilm anbefales at klippe et lille hul, hvor pumpenål eller sensortråden går gennem huden, da de ellers kan beskadiges.

* Hyppigere skift af infusionssæt / pads
* Hvis udslettet ikke forsvinder trods pumpenål og sensorpause fra den irriterede hud, og du har behandlet med fed creme, kan du forsøge at behandle med Hydrocortison 1% efter aftale med din behandler..

1. Rødme og kløe omkring pumpenålens indstikssted:

Kan skyldes overfølsomhed for det materiale, nålen er lavet af.

Kan eventuelt afhjælpes med:

* Skift til stålnål / anden insulinpumpe (tal med din behandler)
* Hyppigere skift af infusionssæt / pads

**Oplever du hudproblemer, så opfordres du til at:**

* Tale med din behandler om en løsning på problemet og eventuel udredning hos hudlæge
* Anmelde dine hudproblemer til lægemiddelstyrelsen på: [*https://laegemiddelstyrelsen.dk/da/udstyr/indberetning-af-haendelser/#*](https://laegemiddelstyrelsen.dk/da/udstyr/indberetning-af-haendelser/)