

## Vingerprik.

Vooraleer een vingerprik uit te voeren:

- ✓ Handen wassen met water en zeep, nadien goed afdrogen.



- ✓ Indien handen wassen onmogelijk is: 1<sup>ste</sup> bloeddruppel wegvegen en 2<sup>de</sup> druppel bloed gebruiken om de meting uit te voeren.
- ✓ Strip nemen uit het doosje. Het doosje direct terug sluiten omwille van de licht- en luchtgevoeligheid van de strips. (Opmerking: Strips Xceed meter van Abbott zijn individueel verpakt.)
  - ❖ Steeds controle code van de strips indien nodig (= Ijking, sommige bloedglucosemeters coderen automatisch).
  - ❖ Steeds controle vervaldatum van de strips. Vervallen strips geven foute metingen.
- ✓ Strip in bloedglucosemeter brengen.

Vingerprik uitvoeren:

- ✓ Nooit op de vingertoppen prikken= pijnlijk.
- ✓ Gebruik midden-, ringvinger of pink van de linker en rechter hand.
- ✓ Prik op de zijkanten van de vinger, dit is minder pijnlijk.



- ✓ Stuwen: Dit wil zeggen van beneden naar boven wrijven om een bloeddruppel te bekomen. Zeker niet uitknijpen van de bloeddruppel. Dit kan een valse meting geven, doordat er op deze manier een verdunde bloeddruppel bekomen wordt.



Dagelijks naaldje van de vingerprikker vervangen.

- ✓ Naaldjes worden bot, waardoor de vingerprik pijnlijk wordt.
- ✓ Vaak zwarte puntjes zichtbaar op de vingertoppen.

Wanneer het moeilijk is om een bloeddruppel te bekomen kan je de bloedcirculatie naar de vingertoppen stimuleren door:

- ✓ De handen te wassen met warm water; dit vooral tijdens de winterperiode.
- ✓ Een lokale lichte massage ter hoogte van de prikplaats uit te voeren.
- ✓ De armen gedurende een tiental seconden langs het lichaam te laten afhangen.