



**Toujeo®**

glargininsuliini 300 yksikköä/ml

# TYYPIN 1 DIABETES

TOUJEO®-perusinsuliini  
300 yksikköä/ml

potilas-  
ohje

SANOFI DIABETES 

# HYVÄ TOUJEO®- PERUSINSULIININ KÄYTTÄJÄ,

Sinulle on aloitettu TOUJEO® (glargininsuliini 300 yksikköä/ml), joka on pitkävaikutteinen perusinsuliini.

TOUJEO®-valmistetta käytetään tyypin 1 diabeteksen insuliinihoidossa perusinsuliinina turvaamaan insuliinin tarve aterioiden välillä ja yöllä.

Tässä oppaassa kerrotaan TOUJEO®-perusinsuliinista ja asioista, jotka pitää ottaa huomioon hoitoa aloitettaessa. Kaikissa diabetekseen ja insuliinihoitoon liittyvissä asioissa voit ottaa yhteyttä hoitavaan lääkäriisi tai diabeteshoitajaasi. He osaavat vastata yksilöllisiin hoitoasi koskeviin kysymyksiin parhaiten.

## HOIDON TAVOITTEET

Hoidolla on kaksi päätavoitetta:

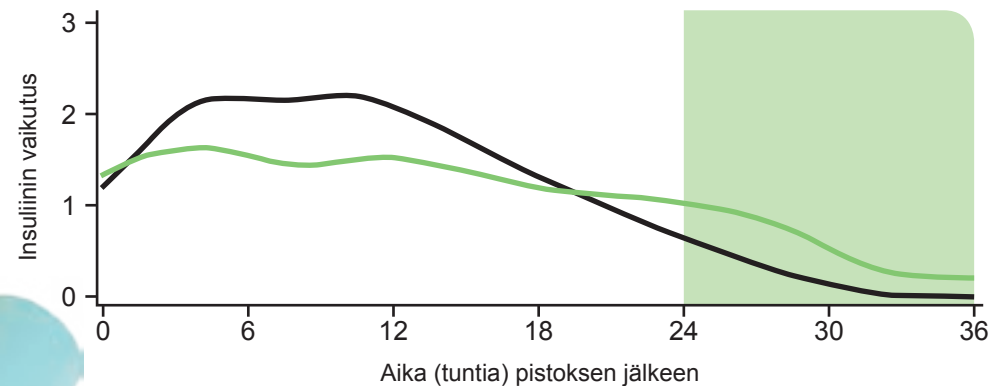
1. Ylläpitää verensokeri normaalilla tasolla, jotta päivittäinen hyvinvointi ja jaksaminen säilyvät
2. Estää diabetekseen liittyvien vakavien liitännäissairauksien kehittyminen ja niiden eteneminen

# MIKÄ TOUJEO® (glargininsuliini 300 yksikköä/ml) ON?

TOUJEO® on insuliinjohdos, jonka rakenne eroaa ihmisinsuliinista kolmen aminohapon osalta, kuten glargininsuliini 100 yksikköä/ml.

Tutkittaessa tyypin 1 diabetespotilaita on havaittu, että TOUJEO®-insuliinin verensokeria alentava vaikutus oli ihonalaisen pistoksen jälkeen tasaisempi ja pitempi verrattuna glargininsuliiniin 100 yksikköä/ml.

TOUJEO®- insuliini 300 yksikköä/ml ja glargininsuliini 100 yksikköä/ml vaikutusprofiilit



— TOUJEO® 300 yksikköä/ml — Glargininsuliini 100 yksikköä/ml

TOUJEO®-perusinsuliinin pitkäkestoinen vaikutus mahdollistaa sen pistämisen kerran vuorokaudessa. TOUJEO®-perusinsuliini pistetään kerran vuorokaudessa mihin vuorokaudenaikaan tahansa, mutta mieluiten samaan aikaan joka päivä.

Voit tarvittaessa pistää TOUJEO®-insuliiniannoksen enintään 3 tuntia ennen tavallista pistosajankohtaa tai enintään 3 tuntia sen jälkeen. Pistosajankohta voidaan valita päivärytmisi mukaan. TOUJEO®-perusinsuliini pistetään ihonalaiseen rasvakudokseen.

# INSULIINIANNOSTEN SÄÄTÖ

## PERUSINSULIINI

TOUJEO®-perusinsuliinin tehtävänä on korvata tyypin 1 diabeetikon perusinsuliinin tarve ja estää verensokerin nousu aterioiden välillä ja yöllä.

TOUJEO®-perusinsuliinihoidolla pyritään pitämään aamun paastoverensokeri ja ennen aterioita oleva verensokeri tavoitteessa, joka on yleensä alle 7 mmol/l.<sup>1</sup>

Insuliinihoitoa aloitettaessa ja insuliinivalmistetta muutettaessa on tärkeää seurata verensokeria tiiviisti. Lääkärisi ja diabeteshoitajasi ohjaavat sinua annoksen säädössä.

## ATERIAINSULIINI

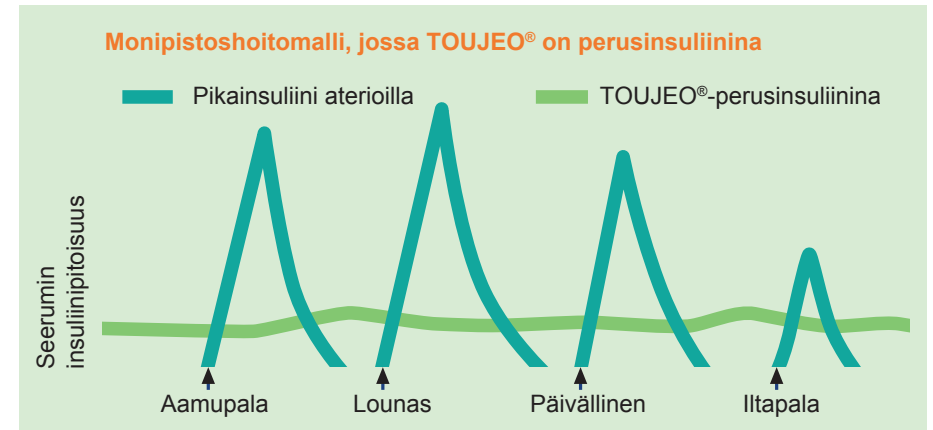
Ateriainsuliinin avulla estetään aterian aiheuttama hetkellinen verensokerin nousu.

Käytössä olevia ateriainsuliineja ovat pikavaikutteiset insuliinit (APIDRA®, Humalog® ja NovoRapid®) ja lyhytvaikutteiset insuliinit (Actrapid®, Humulin® Regular ja Insuman®Rapid).

Ateriainsuliinin suhdetta aterian hiilihydraattimäärään voit arvioida mittaamalla verensokerisi ennen ateriaa ja noin 2 tuntia aterian jälkeen.

Tavoitteena on, että aterian jälkeen verensokeriarvo on enintään 2-3 mmol/l suurempi kuin ennen ateriaa. Yleinen verensokerin tavoitearvo noin kahden tunnin kuluttua ateriasta on alle 10 mmol/l.<sup>1</sup>

Huomaa, että voit joutua muuttamaan ateriainsuliinin annosta siirtyessäsi toisesta perusinsuliinista TOUJEO®-perusinsuliiniin.



## MATALASTA VERENSOKERISTA (HYPOGLYKEMIA) JOHTUVAT TUNTEMUKSET

Joskus verensokeri saattaa laskea liian matalalle, alle 4 mmol/l. Tätä tilaa kutsutaan hypoglykemiaksi. Hypoglykemian oireina saattaa esiintyä esimerkiksi vapinaa, heikotusta, nälän tunnetta, hikoilua tai väsymystä.

Näitä oireita esiintyy harvoin, mutta niiden ilmaantuessa tulee nauttia nopeasti imeytyvää sokeria, kuten lasillinen tuoremehua, mitata verensokeri ja kirjata tapahtuma verensokeriseurantavivkoon. Mikäli et löydä syytä verensokerin laskulle (poikkeava ruokailu, alkoholi, liikunta), on insuliiniannosta syytä pienentää hoitopaikastasi saamiesi ohjeiden mukaisesti. Ota tarvittaessa yhteyttä hoitopaikkaasi.

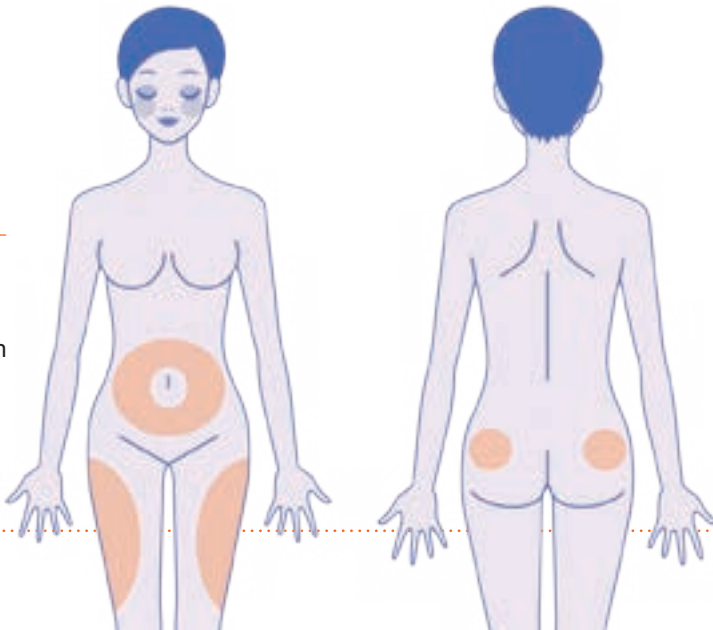
<sup>1</sup> Diabeteksen Käypä hoito -suositus, [www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi), päivitys 12.9.2013.

# TOUJEO®-PERUSINSULIININ PISTÄMINEN

- TOUJEO®-perusinsuliini on väriltään kirkas, eikä sitä tarvitse sekoittaa ennen käyttöä.
- TOUJEO®-perusinsuliinia ei saa yhdistää muiden insuliinien tai lääkeaineiden kanssa samaan ruiskuun. Sitä ei saa myöskään laimentaa. Sekoittaminen ja/tai laimentaminen voivat muuttaa sen vaikutusta.
- Ennen jokaista pistosta on varmistettava, että TOUJEO®-insuliiniliuos on kirkas, väritön ja vettä muistuttava.
- TOUJEO®-perusinsuliini voidaan pistää kerran vuorokaudessa mihin vuorokauden aikaan tahansa, mutta mieluiten samaan aikaan joka päivä. Voit tarvittaessa pistää TOUJEO®-annoksen enintään 3 tuntia ennen tavallista pistosajankohtaa tai enintään 3 tuntia sen jälkeen.
- TOUJEO®-perusinsuliini pistetään ihonalaiseen rasvakudokseen kuten muutkin insuliinit. Jos TOUJEO®-perusinsuliini pistetään laskimoon tai lihakseen, sen vaikutusaika saattaa muuttua.
- Insuliinia ei saa pistää vaatteiden läpi.

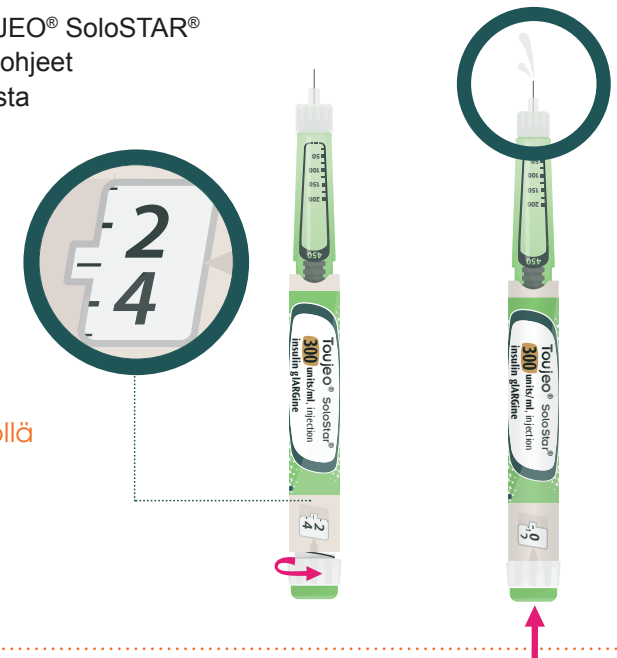
## YLEISET INSULIININ PISTOSALUEET

Insuliinin pistosalueen tulee olla mahdollisimman laaja ja pistoskohtaa tulee vaihdella jokaisella pistoskerralla valitun pistosalueen sisällä.



- TOUJEO®-perusinsuliini pistetään esitäytetyllä TOUJEO® SoloSTAR®-insuliinikynällä. Insuliinia ei saa vetää TOUJEO® SoloSTAR®-insuliinikynästä insuliiniruiskuun.
- Aseta uusi neula TOUJEO® SoloSTAR® -insuliinikynään ja tarkista kynän ja neulan toimivuus 3 yksikön suuruisella annoksella aina ennen oman insuliiniannoksesi pistämistä.
- Pistä insuliini rauhallisesti saamiesi ohjeiden mukaisesti ja pidä annostelunappula pohjassa kunnes annosikkunassa näkyy "0" ja laske hitaasti viiteen. Vedä neula pois ihosta.
- Poista neula heti pistoksen jälkeen ja hävitä se. Insuliinikynä säilytetään ilman neulaa. Näin voit estää ilmakuplien syntymisen insuliinisäiliöön ja neulan mahdollisen tukkeutumisen.
- Tarkkaile pistospaikkojesi kuntoa säännöllisesti. Jos niissä esiintyy turvotusta tai kovettumia, insuliinin imeytyminen voi muuttua ennalta arvaamattomasti. Älä pistä insuliinia tällaiselle alueelle muutamaan kuukauteen.
- Lue tarkemmat TOUJEO® SoloSTAR® -insuliinikynän käyttöohjeet pakkauksessa olevasta käyttöohjeesta.

Muista käyttää jokaiselle pistokselle uutta neulaa ja tarkistaa insuliinikynän käyttövalmius 3 yksiköllä aina ennen insuliinin pistämistä.



## TOUJEO®-INSULIININ SÄILYTTÄMINEN

### Käyttämättömät kynät

Säilytä jääkaapissa (+2 °C - +8 °C). Ei saa jäätä. Älä säilytä lähellä jääkaapin pakastuslokeroa tai kylmäelementtiä. Pidä esitätetty kynä ulkopakkauksessa. Insuliini on herkkä valolle.

### Säilyvyys kynän käyttöönoton jälkeen

Valmiste voidaan säilyttää alle 30 °C suoralta kuumuudelta ja valolta suojassa enimmillään 4 viikon ajan. Käytössä olevia kyniä ei saa säilyttää jääkaapissa. Kynänsuojus on laitettava takaisin paikalleen jokaisen pistoksen jälkeen valolta suojaamiseksi.

Viimeinen käyttöpäivämäärä on painettu pakkaukseen sekä esitätetyn insuliinikynän etikettiin. Älä käytä TOUJEO®-perusinsuliinia viimeisen käyttöpäivämäärän jälkeen.

## LISÄTIETOJA

Lue huolellisesti insuliinipakkauksessa oleva pakkausseloste ennen TOUJEO®-perusinsuliinihoidon aloittamista.



## HALLITSE VERENSOKERI – EHKÄISE LISÄSAIRAUDET



### Retinopatia

Retinopatia on silmän verkkokalvon sairaus, joka voi heikentää näkökykyä. Säännöllisellä silmänpohjaseurannalla retinopatiamuutoksiin voidaan puuttua ajoissa.

### Nefropatia

Nefropatia on munuaissairaus, jossa munuaisten toimintahäiriö johtaa muun muassa kuona-aineiden kertymiseen ja osalla keuhko- tai munuaishoitoon tai munuaissiirtoon. Nefropatia todetaan, kun virtsan proteiinimäärä on lisääntynyt tai veren munuaisarvo on koholla. Nefropatian ja sen etenemisen ehkäisemiseksi hyvän verensokerien hoidon lisäksi verenpaineen tulee olla hoidossa.

### Neuropatia

Neuropatia on hermovaurio. Muutoksia voidaan todeta kipu- ja liikehermostossa (mm. säryt, tuntohäiriöt, jalkojen asentovirheet ja haavat) tai tahdosta riippumattomassa hermostossa (sydämen sykkeen muutokset, vatsaongelmat, verenpaineen vaihtelut, erektiohäiriöt).

### Sydän- ja verisuonisairaudet

Diabetes lisää riskiä saada sydäninfarkti ja aivoinfarkti sekä alaraajavaltimoiden tukoksia. Hyvä verensokerin, verenpaineen ja kolesterolin hoito vähentää tätä riskiä diabeetikoilla.



### 1. TOUJEO®-insuliinihoidon aloitus:

Viimeinen pistos aiempaa perusinsuliinia yksikköä

Päivämäärä

klo

(aiempi perusinsuliini)

Ensimmäinen TOUJEO®-pistos yksikköä

Päivämäärä

klo

### 2. Verensokerin yleiset tavoitearvot:<sup>1</sup>

Verensokerin paastotavoitearvo on alle 7 mmol/l ja aterioiden jälkeen (2h) alle 10 mmol/l. Yleinen HbA<sub>1c</sub>-tavoite on alle 53 mmol/l (alle 7%). Tavoitteet määritellään aina yhdessä potilaan kanssa ja ne arvioidaan kontrollikäynneillä uudestaan.

HbA<sub>1c</sub> on pitkäaikainen verensokeriarvo ja se voidaan ilmoittaa kahdella eri yksiköllä (mmol/mol tai %).

#### Yksilölliset tavoitearvoni:

Päivämäärä

Ennen aamiaista mmol/l

Ennen aterioita mmol/l

Ennen nukkumaanmenoa mmol/l

HbA<sub>1c</sub>-tavoite mmol/mol %

1. Diabeteksen Käypä hoito -suositus, www.kaypahoito.fi, päivitys 12.9.2013.

### 3. Ohjeita TOUJEO®-perusinsuliinin annoksen muuttamisesta:

Jos verensokeri on aamulla yli mmol/l  
eikä yöllisiä hypoglykemioita ole esiintynyt

-> lisää TOUJEO®-annosta yksikköä

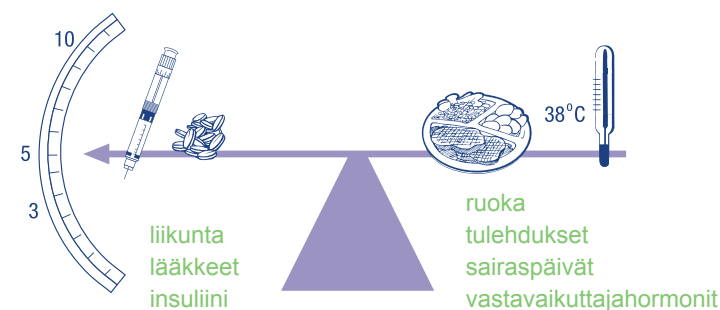
Jos sinulla on hypoglykematuntemuksia, mittaa verensokerisi.

Jos verensokerisi on ennen aterioita,  
ennen nukkumaan menoa tai yöllä alle mmol/l

-> vähennä TOUJEO®-annosta yksikköä

TOUJEO®-perusinsuliinisi määrä on sopiva, jos verensokerisi ei nouse tai laske aterioiden välillä ja jos verensokerisi säilyy tasaisena yön aikana (olettaen, että olet pistänyt oikean määrän ateriainsuliinia aterian hiilihydraattimäärään nähden) ja aamulla herätessäsi verensokerisi on tavoitetasolla ilman yöllisiä hypoglykemioita.

Diabeteshoitotiimi ohjaa sinua insuliinin käytössä erityistilanteissa, joita ovat esimerkiksi sairaspäivät ja matkustaminen. Myös liikunta vaikuttaa insuliinin käyttöön. Tutustu myös oppaaseen *Avain elävään elämään - arjen erityistilanteita tyypin 1 diabeteksessä*.



Kuvalähde: Ilanne-Parikka P ym., Diabetes, 2015,23.



MAKSUTON



**Diabetesluuri**  
Insuliinikynäpalvelu  
**0800-123777**

**diabeteselamaa.fi**

**SANOFI DIABETES** 

Sanofi Oy, PL 22, Huopalahdentie 24, 00350 Helsinki, puh. 0201 200 300, sanofi.fi