

## ÄRTYNYT TAI ARKA IHO

### K. Kuinka voin välttää anturin liima-aineen aiheuttaman ihon ärsytyksen tai arkuuden?

Jos ihosi on ärtynyt tai arka, ota yhteyttä terveydenhuollon ammattilaiseen.

Alla on tietoa, joka voi olla hyödyksi sinulle ja terveydenhuollon ammattilaiselle. Tämä on yhteenveto kolmesta kliinisestä artikkelista, jotka Dexcomista riippumattomat kliinikot ovat julkaisseet tietämyksensä ja kokemuksensa perusteella. Ne eivät ole Dexcom-tuotteita, eikä Dexcom ole testannut näitä erityisiä lähestymistapoja tai tue niitä. Yksityiskohtaiset vaiheittaiset ohjeet jatkuvatoimisen Dexcom G6 -glukoosinseurantajärjestelmän (CGM) käyttämiseen ovat G6-järjestelmän käyttäminen -oppaassa.

Onko sinulla ärsytystä anturin asetuspaikassa tai herkkä iho? Nämä neuvot, ihosuojat ja ammattilaisten vinkit voivat auttaa. Muista, että yksi ja sama keino ei välttämättä ole sopivin meille kaikille. Voit joutua kokeilemaan useita eri tuotteita tai menetelmiä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, ennen kuin löydätte sinulle sopivan vaihtoehdon.

Kaikkia tuotteita ei välttämättä ole saatavana kaikissa maissa.

#### Yleisiä neuvoja\*

- Puhdista iho öljyttömällä antimikrobisella saippualla ja kuivaa huolellisesti<sup>1,2</sup>
- Rasvaiselle iholle suositellaan hellävaraista kuorintaa<sup>2</sup>
- Aja karvat tarvittaessa kuivalla höylällä<sup>3</sup>
- Älä levitä voidetta tai öljyä sisältävää kosteusvoidetta anturin asetuspaikkaan
- Älä aseta anturia heti suihkun tai kylvyn jälkeen tai höyryisessä kylpyhuoneessa – vähennä kosteutta hiustenkuivaajalla tai asettamalla anturi kuivassa ympäristössä<sup>2</sup>
- Kiinteä tai suihkutettava antiperspirantti (hajustamaton) voi auttaa, jos iho hikoilee herkästi. Piirrä iholle antiperspirantilla tyhjä soikio ja odota 10–15 min. Aseta anturi puhtaalle iholle soikion keskelle.<sup>1,2</sup>

#### Suojakalvot\*

- Suojakalvot voivat ehkäistä liimoista aiheutuvaa lievää ihoärsytystä<sup>4</sup>
- Piirrä iholle suojakalvolla tyhjä soikio ja aseta anturi puhtaalle iholle soikion keskelle
- Odota, että suojakalvo on kuivunut kokonaan, ennen kuin asetat anturin<sup>1,4</sup>
- Voit levittää yhden kerroksen tai toisen kerroksen, kun ensimmäinen on kuivunut<sup>a</sup>
- Suojakalvot voivat itsessään aiheuttaa ärsytystä, eivätkä ne välttämättä suojaa allergenien iholle pääsylvä

Tuote	Hyödyt	Ammattilaisten vinkit <sup>c</sup>
Smith and Nephew IV Prep	- Vedenpitävä, hengittävä suojakalvo - Sisältää myös alkoholia antiseptisenä aineena	- Saatavana pyyhkeinä - Anna kuivua iholle kokonaan - Ei markkinoida sisältävän liimaominaisuuksia, mutta saattaa lisätä tarttuvuutta hieman <sup>a</sup>
SurePrep™ (Medline)	- Höyryä läpäisevä suojakalvo - Sisältää antiseptisiä aineita	- Saatavana pyyhkeinä - Voidaan käyttää vahingoittuneen ihon suojana
Smith and Nephew Skin prep / no-sting skin prep	- Vedenpitävä, hengittävä suojakalvo - Kohtuullisen suojan ja kohtuullisten liimaominaisuuksien yhdistelmä tekee tästä suosituksen vaihtoehdon <sup>a</sup>	- Saatavana pyyhkeinä tai suihkeena - Skin prep on tarkoitettu ehjälle iholle, kun taas no-sting prep sopii sekä ehjälle että vahingoittuneelle iholle - Ei sisällä antiseptisiä aineita
Cavilon™ No Sting Barrier (3M™)	- Vedenpitävä, hengittävä suojakalvo	- Saatavana pyyhkeinä tai suihkeena - Ei sisällä antiseptisiä aineita

## Suojakalvot (jatkuu)

Tuote	Hyödyt	Ammattilaisten vinkit <sup>c</sup>
Skin Tac™ (Torbot)	- Lateksiton, hypoallergeeninen, ei kumia - Tarjoaa suojan ja liimaominaisuuksia	- Saatavana pyyhkeinä tai nesteinä - Poistotuotepari nimeltä Tac Away - Voi ärsyttää herkkää ihoa
Secura Barrier (Smith & Nephew) <sup>b</sup>	- Hengittävä, ei rasvainen	- Saatavana nestemäisenä suojakalvona tai voiteena
Sensi-Care Barrier (ConvaTec) <sup>b</sup>	- Silikonipohjainen hengittävä suoja	- Saatavana pyyhkeinä tai suihkeena

## Suojalaastarit ja -siteet\*†

- Käytä suojalaastareita ja -siteitä vain, jos suojakalvo ei sopinut sinulle
- **Dexcom ei ole testannut suojalaastareiden ja -siteiden käyttöä.** Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa suojalaastareiden ja -siteiden käytöstä.
- Kun laastaria / sidettä käytetään suojana, se täytyy asettaa anturin kiinnitysteipin alle<sup>1,5,6</sup>
- Aseta iholle ennen anturin kiinnitysteippiä
- Leikkaa laastariin / siteeseen soikea reikä ja aseta anturi puhtaalle iholle soikion keskelle

Tuote	Hyödyt	Ammattilaisten vinkit <sup>c</sup>
Hydrokolloidise. Tavallisia esimerkkejä: - DuoDERM® - Hansaplast-rakkolaastari - Cutimed Hydro B - Stomahesive - Replicare (Smith and Nephew) - Comfeel Plus (Coloplast) - BAND-AID®, merkki HYDRO SEAL <sup>®b</sup>	- Hydrokolloidi tarjoaa paksun suojan - Vedenpitävä - Joillakin merkeillä on saatavilla erittäin ohut versio - Osa lateksittomia	- Tarjoaa vahvemman suojan kuin kiinnitysteippi, kuten IV 3000 tai Tegaderm - Hansaplast-tuotteissa on hyvä käyttömukavuus - Cutimed saattaa olla muita kalliimpi, mutta siinä on hyvä kiinnitys - Joissain tilanteissa tarvitaan 2 tai 3 laastaria päällekkäin
IV3000 (Smith & Nephew)	- Läpinäkyvä, ohut kalvo, valmiiksi leikattu - Saattaa olla vähemmän ärsyttävä kuin anturin liima-aineet	- Herkempi irtoamaan veden, hikoilun tai kosteuden vuoksi <sup>a</sup> - Monet potilaat raportoivat vähemmän ihoreaktioita IV3000-laastaria käytettäessä verrattuna Tegadermiin <sup>a</sup>
Tegaderm tai Tegaderm HP	- Läpinäkyvä, ohut kalvo, valmiiksi leikattu	- HP tarkoittaa 'pitovoimaa' (Holding Power), ja tuote voikin tarttua voimakkaammin kuin tavallinen Tegaderm - Herkempi irtoamaan veden, hikoilun tai kosteuden vuoksi <sup>a</sup>
Opsite / Flexifit (Smith & Nephew)	- Rulla ohutta läpinäkyvää kalvoa, josta voi leikata sopivan kokoisen palan	- Voidaan käyttää myös lisäteippinä, jos asetetaan anturin teipin päälle
Mefix (Molnlycke) <sup>b</sup>	- Huokoinen joustava kangas	- Voidaan helposti leikata halutun muotoiseksi ja kokoiseksi

## Ilman reseptiä saatavat steroidisuihkeet<sup>‡</sup>

Tuote	Hyödyt	Ammattilaisten vinkit <sup>c</sup>
Flutikasonipropionaattia sisältävä Pirinase-nenäsuihke (yleinen). Tavallisia esimerkkejä: - Flonase <sup>®</sup> Allergy Relief - Flonase <sup>®</sup> Children's Allergy Relief - Clarispray <sup>®</sup> Nasal Allergy Spray	- Voi estää lieviä, kohtalaisia ja vakavia ihoreaktioita CGM-liiman ansiosta	- Paina 2 suihkautusta anturin asetuspaikkaan. Odota 2 minuuttia, kunnes suihke kuivuu. Aseta anturi tavalliseen tapaan. - Pirinase-tuotteita ei ole lisensoitu alle 18-vuotiaille lapsille

\*Messer, L., & Beatson, C., Preserving Skin Integrity with Chronic Device Use in Diabetes. Technology & Therapeutics Volume 20, Supplement 2, 2018.

† Kamann, S., Heinemann, L., & Oppel, E., Usage of Hydrocolloid-Based Plasters in Patients Who Have Developed Allergic Contact Dermatitis to Isobornyl Acrylate While Using Continuous Glucose Monitoring Systems. Journal of Diabetes Science and Technology, 2019.

‡ Paret, M., Barash, G. & Rachmiel, M. "Out of the box" solution for skin problems due to glucose-monitoring technology in youth with type 1 diabetes: real-life experience with fluticasone spray. Acta Diabetol 57, 419–424 (2020).

1. Ives B, Sikes K, Urban A, et al.: Practical aspects of realtime continuous glucose monitors: the experience of the Yale Children's Diabetes Program. Diabetes Educ 2010;36: 53–62.
  2. Chase HP, Messer L: Understanding Insulin Pumps and Continuous Glucose Monitors. 3rd ed. Denver: Children's Diabetes Research Foundation, 2016.
  3. Karlin AW, Ly TT, Pyle L, et al.: Duration of infusion set survival in lipohypertrophy versus nonlipohypertrophied tissue in patients with type 1 diabetes. Diabetes Technol Ther 2016;18:429–435.
  4. McNichol L, Lund C, Rosen T, Gray M: Medical adhesives and patient safety: State of the science: consensus statements for the assessment, prevention, and treatment of adhesiverelated skin injuries. J Wound Ostomy Continence Nurs 2013;40:365–380; quiz E361–E362.
  5. Englert K, Ruedy K, Coffey J, et al.: Skin and adhesive issues with continuous glucose monitors: a sticky situation. J Diabetes Sci Technol 2014;8:745–751.
- a Käytetään laitoksessa tai tuettu julkaisuissa, verkkoartikkeleissa, diabetesblogeissa, sosiaalisessa mediassa.  
b Vaihtoehtoiset suojatuotteet  
c Tutustu aina tuotteen käyttöohjeeseen

Dexcom ja Dexcom G6 ovat joko Dexcom, Inc:n rekisteröityjä tavaramerkkejä tai tavaramerkkejä Yhdysvalloissa ja / tai muissa maissa.

Dexcom, Inc. | Dexcom Headquarters | 6340 Sequence Drive, San Diego, CA 92121

Dexcom UK & Ireland. Dexcom UK (Distribution) Limited | Watchmoor Park, Camberley, GU15 3YL (10040080) | VAT 241 2390 40 | www.dexcom.com/en-GB

©2020 Dexcom, Inc. Kaikki oikeudet pidätetään.

LBL019184 Vers. 002