Juliana Kinderziekenhuis

Hoe gebruik je de EpiPen bij een ernstige allergische reactie?

Omdat jij last kunt hebben van een ernstige allergische reactie heeft de arts je de EpiPen voorgeschreven. Het middel dat in deze pen zit, zorgt ervoor dat de klachten snel verdwijnen.

De medische term voor een ernstige allergische reactie is *anafylactische reactie*. In deze folder lees je waardoor een allergische reactie ontstaat. Waar je dan op moet letten. En wat je moet doen.
Het is belangrijk dat je deze informatie goed doorleest. Een anafylactische reactie kan snel en op elk moment optreden. Zo'n allergische reactie kan zelfs levensbedreigend zijn. **Daarom is het noodzakelijk dat je deze informatie én de EpiPen altijd bij je hebt.**

Het is ook belangrijk dat de mensen in jouw omgeving weten dat je een allergische reactie kunt krijgen. Vertel dit daarom aan de leraren op school of de medewerkers van de buitenschoolse opvang.

Hoe ontstaat een anafylactische reactie?

Jouw lichaam kan overgevoelig reageren op bijvoorbeeld:

- een voedingsmiddel; denk aan noten, vis of schaaldieren
- een medicijn; denk aan pijnstillers zoals aspirine of ibuprofen
- een steek van een insect; denk aan een wesp of een mug

Een anafylactische reactie is een ernstige allergische reactie die vaak binnen een paar minuten tot een uur optreedt. De reactie kan zelfs levensbedreigend zijn.

Wat zijn de klachten?

Huid	Maag en darmen
roodheid	krampende buikpijn
galbulten	voortdurend overgeven
jeuk	diarree
dik worden van oogleden, lippen, keel, handen of andere lichaamsdelen	aandrang tot poepen

Hart en bloedvaten
duizeligheid
hoofdpijn
minder goed aanspreekbaar zijn
flauwvallen

Keel en longen	Neus en ogen
benauwdheid	niezen
piepen	acute loopneus
gierende ademhaling	verstopte neus
heesheid	rode jeukende ogen
moeite met praten en slikken	
gevoel van dichte keel	
blauwe lippen	

Wat moet je doen bij een anafylactische reactie?

Bij een ernstige allergische reactie is het belangrijk om snel actie te nemen. Hieronder staat een schema waarin je ziet wat je moet doen.

Wat je precies moet doen, hangt af van hoe ernstig de klachten zijn.

Ga bij twijfel naar je huisarts of de spoedeisende hulp.

Heb je last van:	Doe dan het volgende:
• niezen (doorzichtig snot) • jeukende ogen (wrijven) • hier en daar galbultjes • tintelende mond of tong • niet lekker voelen	• blijf niet alleen • neem een antihistaminicum (medicijn tegen allergie) • bel een ouder/verzorger
Heb je last van het bovenstaande en: • benauwd, piepende adem, hees • stil en teruggetrokken • overal galbulten • buikpijn en overgeven • dikke ogen • angstig gevoel	Doe dan het volgende: • blijf niet alleen • nog niets ingenomen? Neem dan een antihistaminicum (medicijn tegen allergie) • leg de EpiPen klaar • bel een ouder/verzorger • **twijfel je?** Gebruik de EpiPen en bel 112
Heb je last van het bovenstaande en: • dikke lippen of tong • blijven hoesten • blijven overgeven • moeilijk ademhalen • suf of verward voelen • dichte keel • flauwvallen	• gebruik de EpiPen • bel 112 • als je je na 5 minuten niet beter voelt, of zelfs slechter, gebruik dan een tweede EpiPen

Gebruik je de EpiPen terwijl het eigenlijk (nog) niet nodig is? Dan is dit meestal geen probleem. Het kan zijn dat je dan tijdens een paar minuten hartkloppingen hebt of hoofdpijn krijgt. Maar dat gaat vanzelf weer over.

Hoe werkt de EpiPen?

De EpiPen is er in 2 sterktes:

- EpiPen Junior (0.15 mg): voor kinderen onder de 6 jaar
- EpiPen (0.3 mg): voor kinderen vanaf 6 jaar

Met de EpiPen prik je jezelf met de lichaamseigen stof adrenaline. Door de adrenaline vernauwen de bloedvaten. Daardoor stijgt de bloeddruk, versnelt de hartslag en verwijden de luchtwegen zich. Hierdoor worden de klachten minder.

Hoe gebruik je de pen?

Kijk op www.epipen.nl/anafylaxie/instructiefilm voor een handige instructiefilm.

Hieronder geven we je de volgorde van de acties:

1. Haal het blauwe beschermdopje eraf (zie plaatje 1).

2. Neem de pen in je hand zoals op plaatje 2. Houd daarbij de oranje kant loodrecht naar beneden.

3. Druk de hele pen in één beweging in je bovenbeen, als het nodig is door je broek heen. Je hoort een ‘klik’ (plaatje 2).

4. Houd de pen 5 seconden stevig op dezelfde manier vast. Klem je andere hand eventueel om de pols van de hand die de pen vasthoudt.

5. Haal de naald daarna uit je been.

6. Masseer de insteekplaats 10 seconden na (plaatje 3).

7. Bel 112, of laat iemand bellen. Zeg dat het om een anafylactische reactie gaat (plaatje 4).

8. Worden de klachten niet minder? Is de ambulance er nog niet? Geef dan een 2e prik.

De EpiPen werkt snel en goed. Maar het effect is tijdelijk. Ook al voel je dat je weer opknapt. Daarom moet je na een aanval **altijd** een arts bezoeken. Als dat nodig is, behandelt de arts je verder.

Let op : vraag direct een nieuw recept voor een pen aan. De pen kan je namelijk maar 1 keer gebruiken.

Kan je met de pen oefenen?

Ja, je kan eerst oefenen met een ‘trainer’. Deze kan je gratis ophalen bij de apotheek. Soms heeft de kinderarts er een voor je. Je kunt de trainer ook aanvragen via www.epipen.nl

Gebruik de trainer ook om leraren of medewerkers van de buitenschoolse opvang uit te leggen hoe zij de EpiPen in geval van nood moeten gebruiken.

Waar kan je meer informatie vinden?

- www.anafylaxis.nl
- www.schoolenallergie

Wat vind je van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag jouw mening over deze folder. Daarom stellen wij het op prijs als je na het lezen van de folder een aantal vragen wilt beantwoorden.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen van de folder enkele vragen beantwoorden? De vragen vindt u via deze link: https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228. Hartelijk bedankt alvast.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.