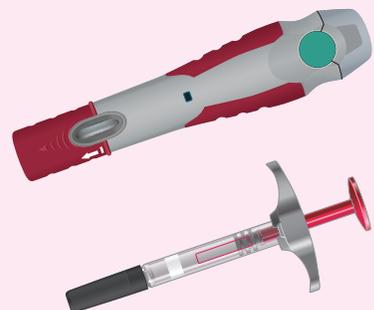


RMP

ヒュミラ®自己注射を始められる患者さんご家族の方へ

HUMIRA®



ヒュミラ® 自己注射のためのガイドブック

自己注射の方法などに関するお問い合わせ

ヒュミラ®サポートセンター

フリーダイヤル

0120-136-037 (24時間対応・年中無休・通話無料)

ヒュミラ®の自己注射でお困りのことがございましたら、
お気軽にご連絡ください。



abbvie

医師の管理・指導のもと ヒュミラ®の自己注射を始められる 患者さんへ

ヒュミラ®は、患者さんの生活スタイルや
体の状態を考慮し、より簡便に自己注射を
行っていただけるように工夫されています。



ヒュミラ®は皮下に注射するお薬で、
「ペン」と「シリンジ」の2種類のタイプがあります。

はじめは医師、もしくは看護師と一緒に
注射方法を練習していただき、
慣れてきたら自己注射へと移行します。
このガイドブックでは、患者さんやご家族の方々に
ヒュミラ®を適切かつ安全に注射していただくための
ポイントと手順を解説しています。

自己注射の方法についてわからないことや
不安なことがありましたら、
主治医もしくは看護師にご相談ください。





ペン

お薬の入った
ペンの保管

医療機関からお渡しするもの…………… 5
お薬の入ったペンの保管方法…………… 6

注射の準備

注射用セットの用意…………… 7

注射の仕方

ヒュープラスP(補助具)を使わない場合
注射する場所…………… 9
自己注射の実際…………… 10
ヒュープラスP(補助具)を使う場合
ヒュープラスP(補助具)を使った自己注射の実際…………… 16

注射が終わったら

ペンの廃棄…………… 21

シリンジ

お薬の入った
シリンジの保管

医療機関からお渡しするもの…………… 25
お薬の入ったシリンジの保管方法…………… 26

注射の準備

注射用セットの用意…………… 27

注射の仕方

ヒュープラスN(補助具)を使わない場合
注射する場所…………… 29
自己注射の実際…………… 30
ヒュープラスN(補助具)を使う場合
ヒュープラスN(補助具)の取り付け方…………… 33
ヒュープラスN(補助具)を使った自己注射の実際…………… 34

注射が終わったら

シリンジの廃棄…………… 37

困ったときは(Q&A)・
とくに大切な注意

こんなときは、どうすればいい?…………… 39
注射の痛みを和らげる方法は?…………… 42
とくに大切な注意…………… 43



ペンの使い方

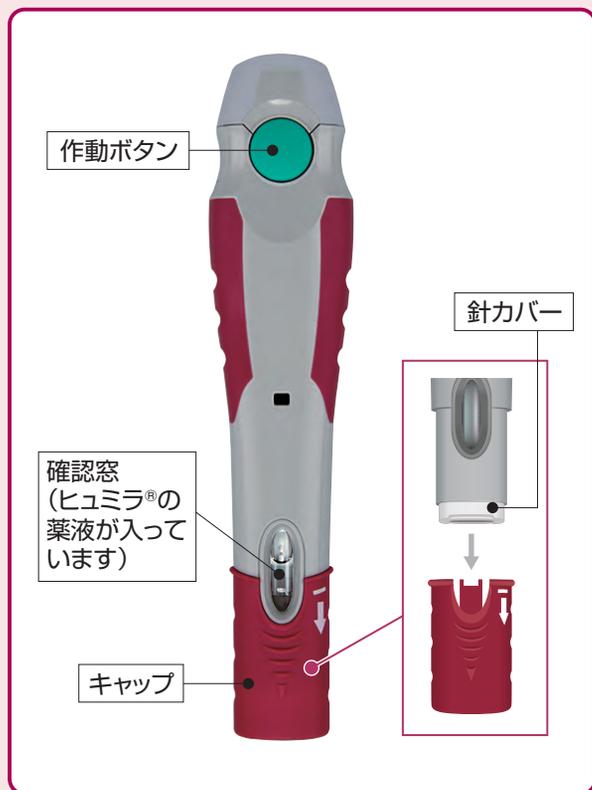


- **お薬の入ったペンの保管**
 - 医療機関からお渡しするもの…………… 5
 - お薬の入ったペンの保管方法…………… 6
- **注射の準備**
 - 注射用セットの用意…………… 7
- **注射の仕方**
 - ヒュープラスP(補助具)を使わない場合**
 - 注射する場所…………… 9
 - 自己注射の実際…………… 10
 - ヒュープラスP(補助具)を使う場合**
 - ヒュープラスP(補助具)を使った自己注射の実際…………… 16
- **注射が終わったら**
 - ペンの廃棄…………… 21

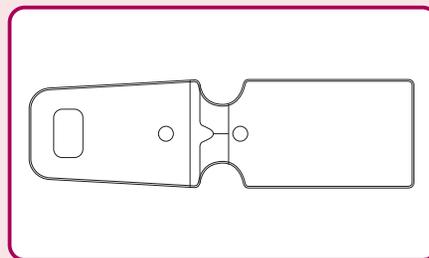
お薬の入ったペンの保管

● 医療機関からお渡すもの

① 注射器(ペン)



② 使用済みのペンを 廃棄する専用袋



④ ヒュープラスP(補助具)* *必要に応じて



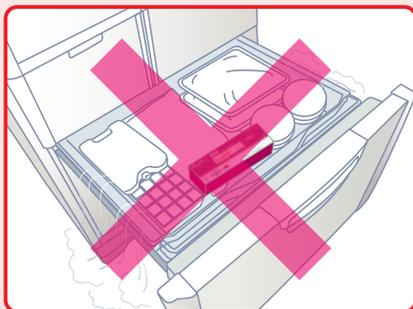
③ 準備マット



⑤ アルコール消毒綿

※ここに掲載されているイラストはサンプルです。
実際にお渡しするものとは異なる場合があります。

● お薬の入ったペンの保管方法



冷凍庫に保管して凍結させたり、直射日光の当たる場所や高温多湿の場所に置かないようにしてください。



! 注意

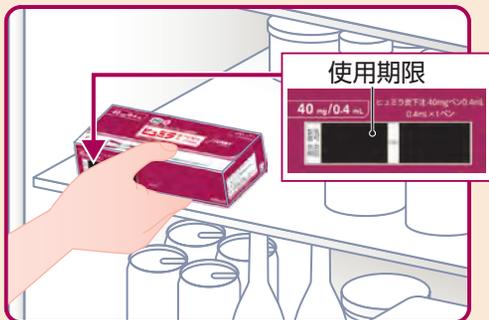
ご家族の方にもお薬（注射器）であることを説明し、ご家族（とくにお子さん）が誤って使用したり、捨てたり、汚したりしないよう、取り扱いにはご注意ください。



注射の準備

● 注射用セットの用意

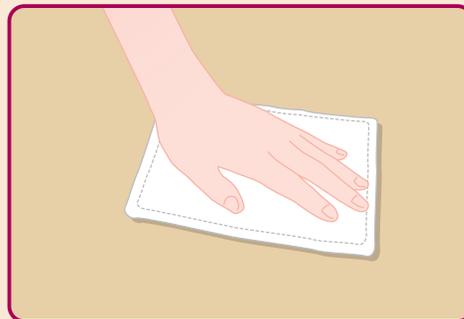
1 ペンを冷蔵庫から出しておく



ペンを冷蔵庫から取り出し、室温に10～15分置いておきます。

※使用期限を確認します。使用期限が過ぎたものは使用しないでください。

2 場所の確保



明るい場所で、安定した清潔なテーブルの上などに清潔にした準備マットを用意してください。

3 手の洗浄



手をせっけんできていないに洗います。

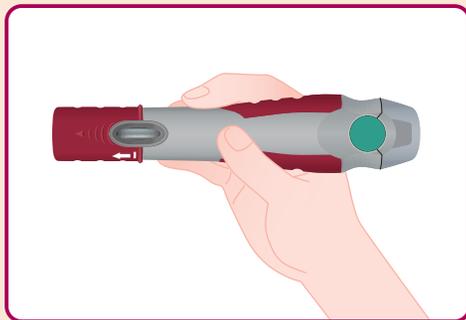


注意

冷蔵庫から取り出した後は、以下の点にご注意ください。

- 電子レンジや湯せんで温めない。
- 注射する直前までキャップははずさない。なお、キャップをはずしてしまった際には、再度キャップはしない（針刺し事故のほか、針曲がりや針折れにつながる恐れがあります）。
- ペンをふらない。
- ペンを長時間放置しない。
- お薬が凍結していたもの（解凍した場合も含む）は使用しない。

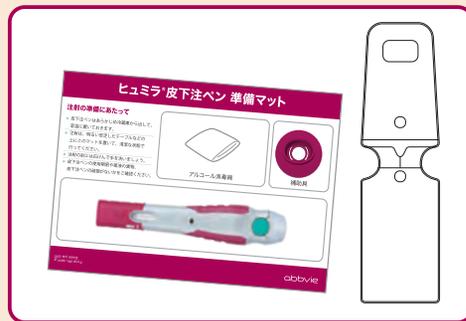
4 ペン・薬液の確認



ペン・薬液について、以下を確認します。

- ペンに異物が入っていないか
- 外観が割れていたり、欠けていたり、潰れていたりしていないか
- 薬液は透明あるいは、わずかな乳白色か

5 注射用セットの準備



清潔な自己注射準備マットをセットし、以下を準備します。

- ペン
- 清潔なヒュープラスP (補助具。必要に応じて)
- アルコール消毒綿
- 廃棄袋

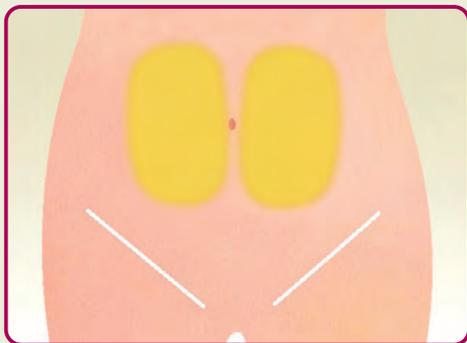
! 注意

万一、使用期限が過ぎている場合や、薬液に粒や塊があったり、薬液が本来の色(透明あるいはわずかな乳白色)とは異なっている場合、ペンが破損していた場合は、使用せずに主治医や看護師、薬剤師に必ずご連絡ください。

注射の仕方 ヒュープラスP (補助具) を使わない場合

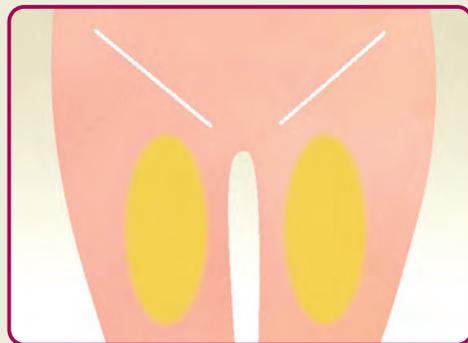
● 注射する場所

注射する場所は、腹部または大腿部(それぞれ右、左の合計4カ所)からお選びください。
また、つまみ上げた指と指の幅が1cm以上ある場所を選んでください。

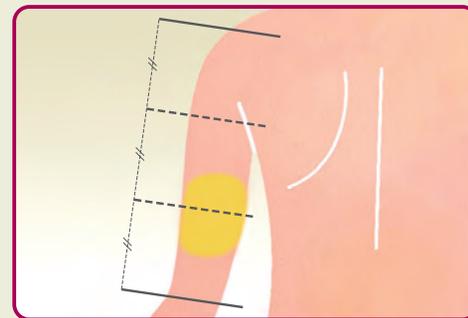


A 腹部(おなか)

へその周囲は避けて注射してください。



B 大腿部(太もも)



※ 二の腕の後ろ側

患者さん以外の方に注射してもらう場合は、上腕部後ろ側に注射してください。

! 注意

- 前回注射した場所とは違う場所に注射してください。なお、前回注射したところから少なくとも3cm離れたところに注射してください。
- 皮フ病変のある部位や皮フが赤くなっていたり、傷があったり、硬くなっている場所には注射しないでください。

● 自己注射の実際

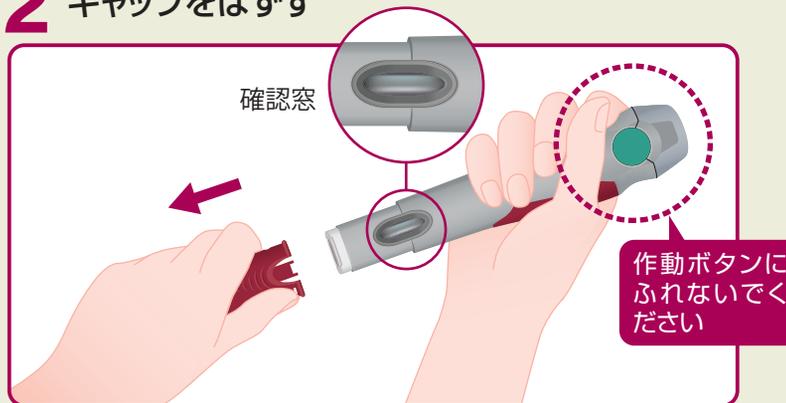
1 注射する場所の消毒



- 注射する場所をアルコール消毒綿で、円を描くように動かしながら消毒します。

! 注意
消毒した場所は注射するまで手を触れないようにしてください。

2 キャップをはずす

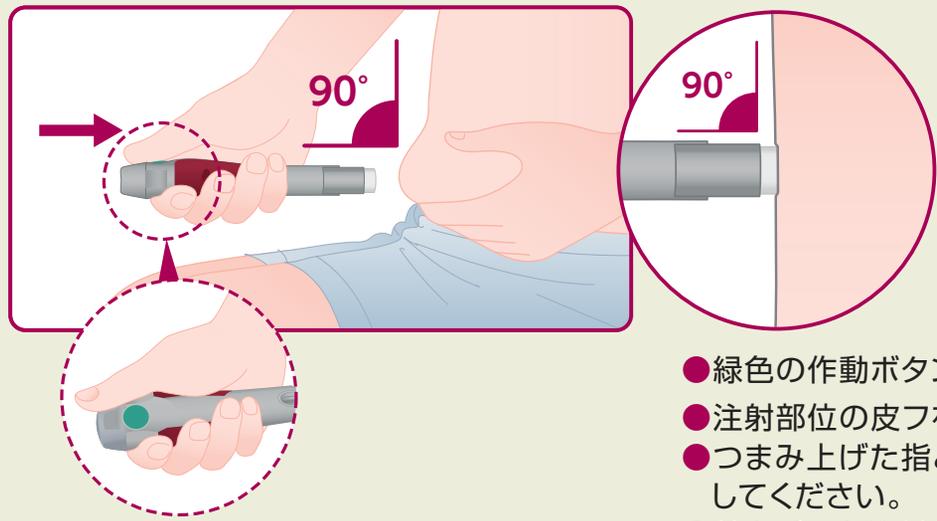


- 赤紫色のキャップをまっすぐに引き抜きます。はずしたキャップは捨ててください。
- ※ 確認窓に多少の気泡が見えることがありますが、皮下注射なので問題ありません。そのまま注射をしてください。

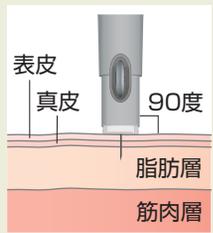
! 注意
キャップをはずしたあとは、再度キャップはしないでください(針刺し事故のほか、針曲がりや針折れにつながる恐れがあります)。

注射の仕方 ヒュープラスP (補助具) を使わない場合

3 ペンを握り、注射部位に当てる



- 緑色の作動ボタンが見えるように本品を持ちます。
- 注射部位の皮フを軽くつまみます。
- つまみ上げた指と指の幅が1cm以上あるかどうか確認してください。
- 針カバーを注射部位に垂直に当てます。



皮下注射
皮フの下にある脂肪層に行う注射のことをいいます。たるみのある柔らかな場所が比較的注射しやすい部位です。

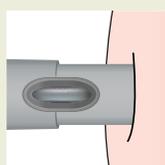
! **注意**
つまんだ皮フの厚みの真上から注射しないでください。

注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

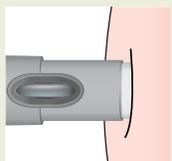
4 注射をする



- ペンを注射部位に対してまっすぐに押し付けてください。白い針カバーが押し付けられている場合のみ、緑色の作動ボタンを押すことができます。



針カバーが隠れている。作動ボタンは押せます。



針カバーが隠れていない。作動ボタンは押せません。

- 作動ボタンを押してください。「カチッ」という音が注射開始の合図です。
- 作動ボタンを押した後は、ペンを皮フに押し当てた状態を保ち、皮フから離さないようにしてください。ボタンを押し続ける必要はありません。

5 ペンを押し当てたまま注入終了を確認



- 薬液の注入には、約10秒かかります。
- 注入が終了すると、2回目の「カチッ」という音が鳴ります。
- 確認窓が黄色に変わることでも、注入終了を確認できます。



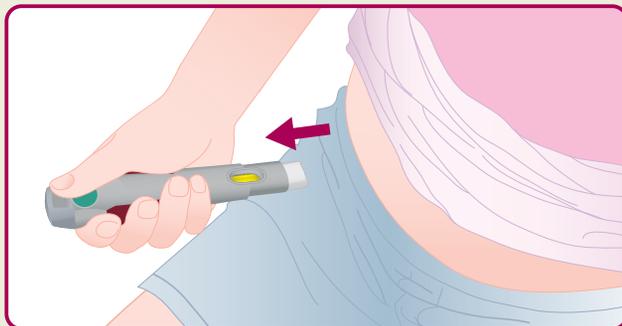
注入中



注入終了

注射の仕方 ヒュープラスP (補助具) を使わない場合

6 ペンを離す



- 注射が終了したら、ペンを皮フからゆっくりと離します。
- 注射終了後、注射部位の皮フをアルコール消毒綿で約10秒間静かに押さえます。
- アルコール消毒綿を離して血が出ていないことを確認して、終了です。



注意

注射した場所をもむと腫れることがあるので、もまないでください。

注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。



ペン

注射方法
(補助具なし)

注射の仕方 ヒュープラスP (補助具)を使う場合

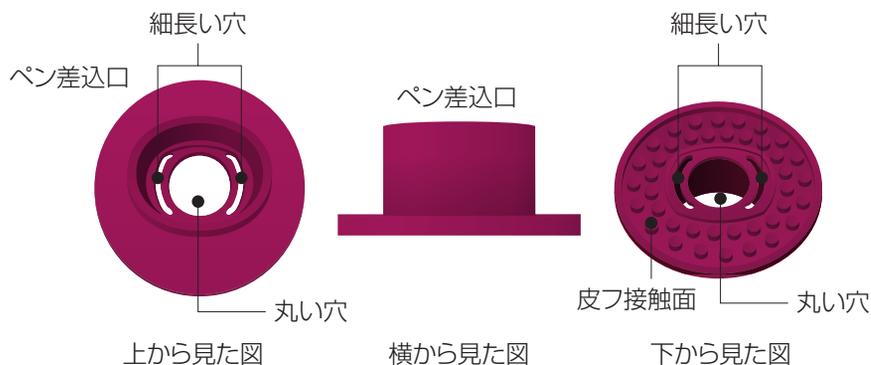
このヒュープラスP(補助具)は、より適切に自己注射をしていただくためのものです。

- 清潔な補助具を準備してください。
(注射する場所はp.9をご覧ください。)

ヒュープラスP(補助具)を使うことによって…

- ① 注射部位に対してペンを垂直に当てやすくなります。
- ② 針カバーの押し込み不足を減らせます。

各部の説明



- ヒュープラスP(補助具)が古くなったり、汚れが落ちなくなったりしたら、医療機関に相談してください。
- ヒュープラスP(補助具)が割れる、欠けるなど「破損した」と思ったら、そのまま使用せず医療機関にお持ちください。

● 自己注射の実際

1 注射する場所の消毒

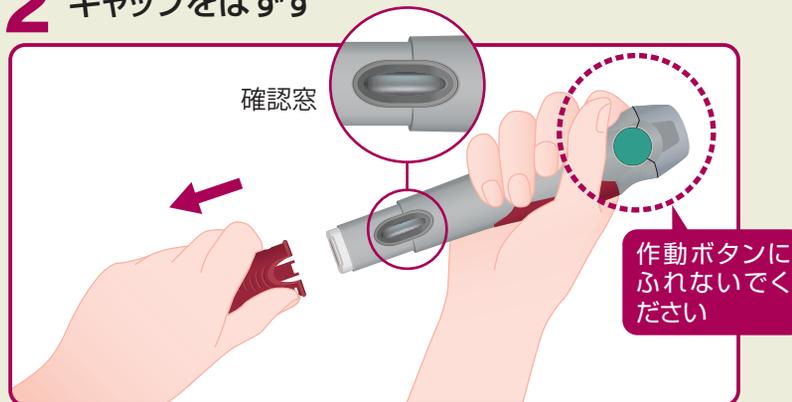


- 注射する場所をアルコール消毒綿で、円を描くように動かしながら消毒します。

! 注意

消毒した場所は注射するまで手を触れないようにしてください。

2 キャップをはずす

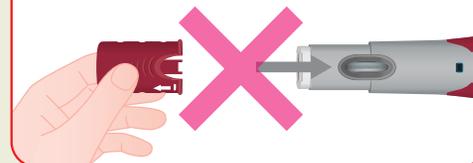


- 赤紫色のキャップをまっすぐに引き抜きます。はずしたキャップは捨ててください。

※確認窓に多少の気泡が見えることがあります。皮下注射なので問題ありません。そのまま注射をしてください。

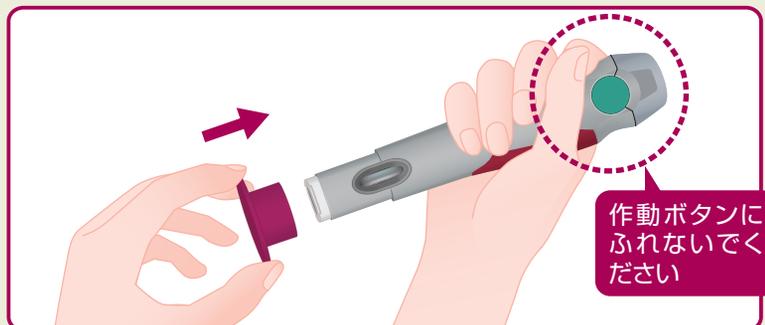
! 注意

キャップをはずしたあとは、再度キャップはしないでください(針刺し事故のほか、針曲がりや針折れにつながる恐れがあります)。

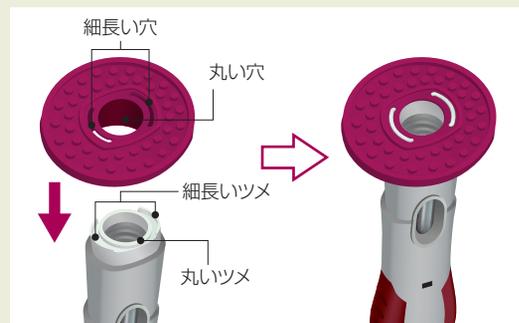


注射の仕方 ヒュープラスP (補助具)を使う場合

3 ペンとヒュープラスP(補助具)を手にとって、ヒュープラスP(補助具)をペンに取り付ける



- ヒュープラスP(補助具)の筒状の差込口側が、ペンに入る部分です。上下を間違えないようにしてください。
- ヒュープラスP(補助具)の細長い穴とペンの針カバー注射面のツメと合うように差し込みます。



4 ヒュープラスP(補助具)がまっすぐ付けられて、斜めになっていないことを確認する

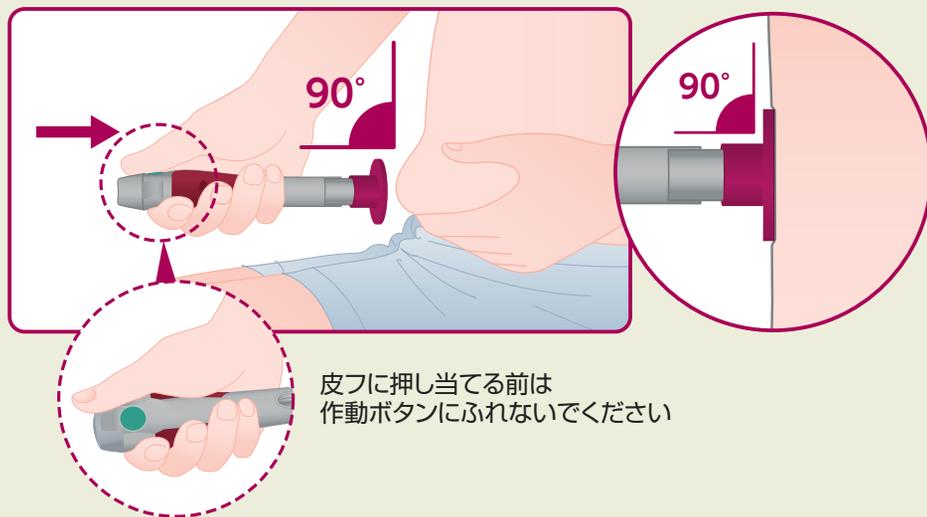


! **注意**

- 破損のおそれがあるので、確認の際は、補助具を付けたペンの先を引っ張らないでください。

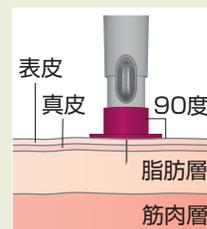
注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

5 ペンを握り、注射部位に当てる



皮フに押し当てる前は
作動ボタンにふれないでください

- 緑色の作動ボタンが見えるように本品を持ちます。
- 注射部位の皮フを軽くつまみます。
- つまみ上げた指と指の幅が1cm以上あるかどうか確認してください。
- ヒュープラスP(補助具)の平らな底面全体が皮フに密着するように押し当てます。



皮下注射

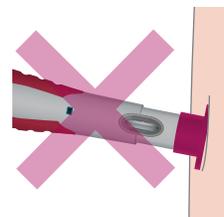
皮フの下にある脂肪層に行う注射のことをいいます。たるみのある柔らかな場所が比較的注射しやすい部位です。

! 注意

つまんだ皮フの厚みの真上から注射しないでください。

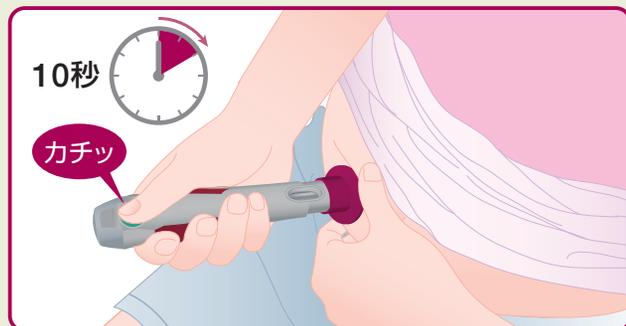
! 注意

ペンが斜めになると針が十分な深さまで刺さりません。



注射の仕方 ヒュープラスP (補助具)を使う場合

6 注射をする

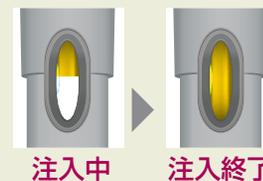


- ペンを注射部位に対してまっすぐに、押し付けてください。
- 作動ボタンを押してください。「カチッ」という音が注射開始の合図です。
- 作動ボタンを押した後は、ペンを皮フに押し当てた状態を保ち、皮フから離さないようにしてください。ボタンを押し続ける必要はありません。

7 ペンを押し当てたまま注入終了を確認

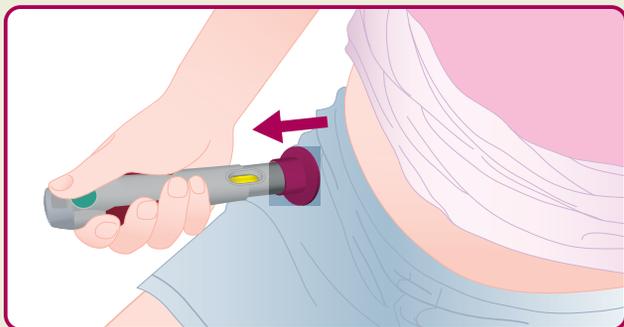


- 薬液の注入には、約10秒かかります。
- 注入が終了すると、2回目の「カチッ」という音が鳴ります。
- 確認窓が黄色に変わることで、注入終了を確認できます。



注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

8 ペンを離す



- 注射が終了したら、ペンを皮フからゆっくりと離します。
- 注射終了後、注射部位の皮フをアルコール消毒綿で約10秒間静かに押さえます。
- アルコール消毒綿を離して血が出ていないことを確認して、注射は終了です。
- ヒュープラスP(補助具)をペンからはずしてください。

! 注意

- 注射した場所をもむと腫れることがあるので、もまないでください。
- ヒュープラスP(補助具)はくり返しご使用いただけません。汚れた場合は水洗いをし、十分に乾かしてからご使用ください。

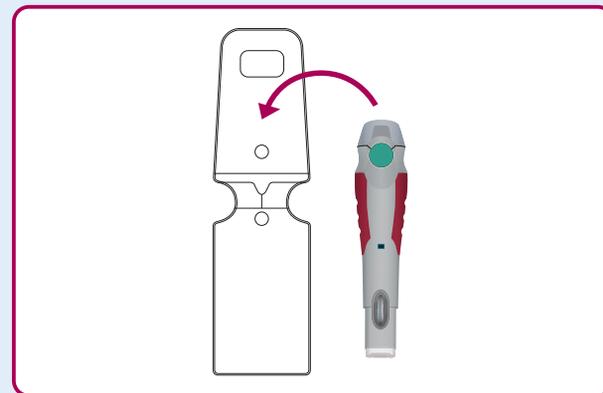
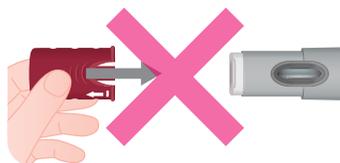
注射が終わったら

● ペンの廃棄

- ① 使用済みのペンは、取り扱いに十分注意し、廃棄袋に入れて、医療機関から指示された方法で、処分してください。
- ② 使用済みのアルコール消毒綿は、とくに指示がない限り、家庭ごみとして各市町村の収集方法にしたがって捨ててください。

廃棄にあたっては、下記の点にご注意ください。

- ペンを再利用したり、家庭ごみとして廃棄したりしないでください。
- 針刺し事故を防止するため、注射後は針先をふったりせず、キャップをしないで速やかに廃棄袋に入れてください。
- ペンを入れた廃棄袋は、医療従事者の指示に従って適切に廃棄してください。
- 廃棄袋は、必ずお子さんの手の届かないところに保管してください。
- ペンのキャップは家庭ごみとして廃棄することが可能です。



使用済みのペンはキャップをせずに、廃棄袋に入れてください。

補助具を使用している患者さんの場合

- ヒュープラスP(補助具)は使い捨てではありません。廃棄袋には入れないでください。



注意

万一、針を身体のどこかに刺してしまったり、他人に刺してしまった場合は、直ちに主治医にご連絡ください。



ペン

終了後



シリンジの使い方



● お薬の入ったシリンジの保管

医療機関からお渡しするもの	25
お薬の入ったシリンジの保管方法	26

● 注射の準備

注射用セットの用意	27
-----------	----

● 注射の仕方

ヒュープラスN(補助具)を使わない場合

注射する場所	29
自己注射の実際	30

ヒュープラスN(補助具)を使う場合

ヒュープラスN(補助具)の取り付け方	33
ヒュープラスN(補助具)を使った自己注射の実際	34

● 注射が終わったら

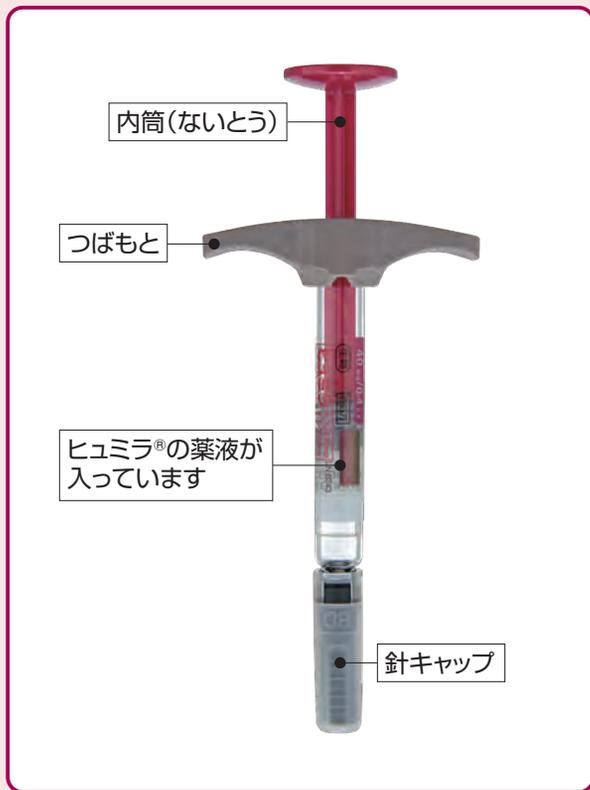
シリンジの廃棄	37
---------	----



お薬の入ったシリンジの保管

● 医療機関からお渡すもの

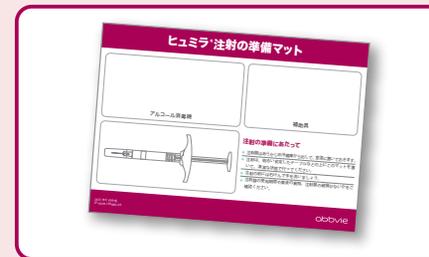
① 注射器(シリンジ)



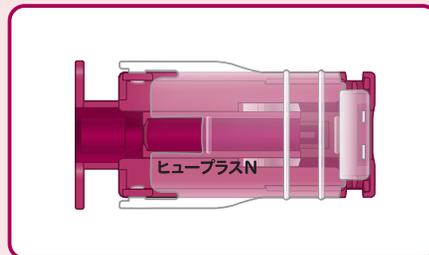
② 使用済みのシリンジを廃棄する専用容器



③ 準備マット



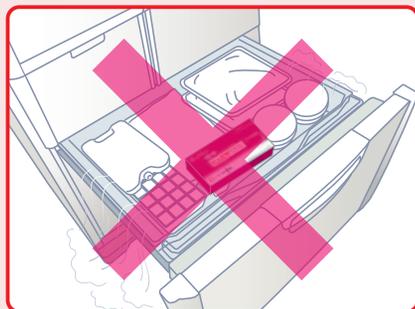
④ ヒュープラスN(補助具)* *必要に応じて



⑤ アルコール消毒綿

※ここに掲載されているイラストはサンプルです。
実際にお渡しするものとは異なる場合があります。

● お薬の入ったシリンジの保管方法



冷凍庫に保管して凍結させたり、直射日光の当たる場所や高温多湿の場所に置かないようにしてください。



! 注意

ご家族の方にもお薬（注射器）であることを説明し、ご家族（とくにお子さん）が誤って使用したり、捨てたり、汚したりしないよう、取り扱いにはご注意ください。



注射の準備

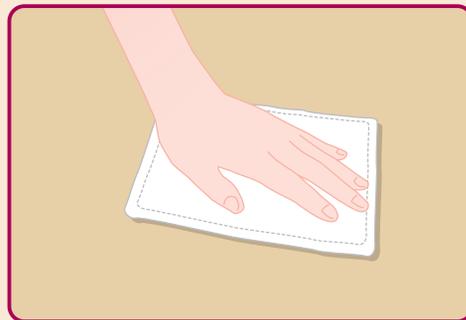
● 注射用セットの用意

1 シリンジを冷蔵庫から出しておく



シリンジを冷蔵庫から取り出し、室温に10～15分置いておきます。
※使用期限を確認します。使用期限が過ぎたものは使用しないでください。

2 場所の確保



明るい場所で、安定した清潔なテーブルの上などに清潔にした準備マットを用意してください。

3 手の洗浄

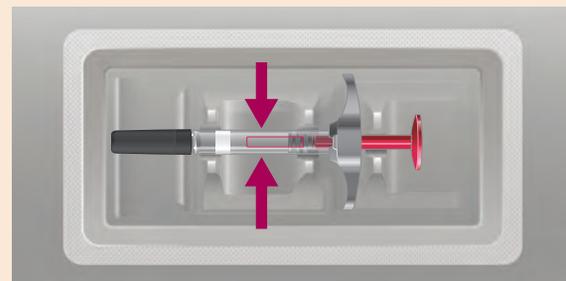


手をセッケンでていねいに洗います。

! 注意

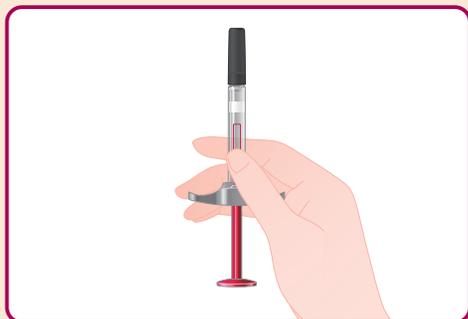
冷蔵庫から取り出した後は、以下の点にご注意ください。

- 電子レンジや湯せんで温めない。
- 注射する直前まで針キャップははずさない。なお、針キャップをはずしてしまっただけの際は、再度針キャップはしない（針刺し事故のほか、針曲がりや針折れにつながる恐れがあります）。
- シリンジをふらない。
- シリンジを長時間放置しない。
- お薬が凍結していたもの（解凍した場合も含む）は使用しない。



シリンジを透明なケースから取り出す際は、シリンジの中央部分をつまんで持ち上げてください。
シリンジの両端から持ち上げると針が曲がる恐れがあります。

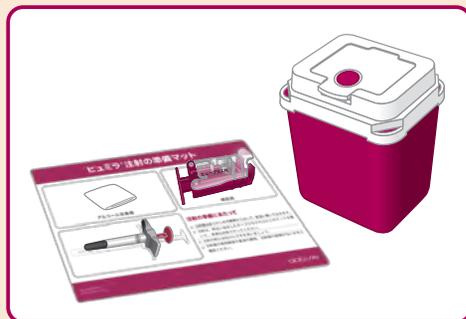
4 シリンジ・薬液の確認



シリンジ・薬液について、以下を確認します。

- シリンジに異物が入っていないか
- シリンジが破損していないか
- 薬液は透明あるいは、わずかな乳白色か

5 注射用セットの準備



清潔な自己注射準備マットに以下のものを用意します。

- シリンジ
- 清潔なヒュープラスN
(補助具。必要に応じて)
- アルコール消毒綿
- 廃棄用容器



注意

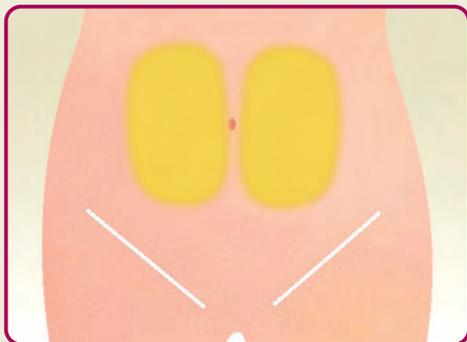
万一、使用期限が過ぎている場合や、薬液に粒や塊があったり、薬液が本来の色(透明あるいはわずかな乳白色)とは異なっている場合、シリンジが破損していた場合は、使用せずに主治医や看護師、薬剤師に必ずご連絡ください。



注射の仕方 ヒュープラスN (補助具)を使わない場合

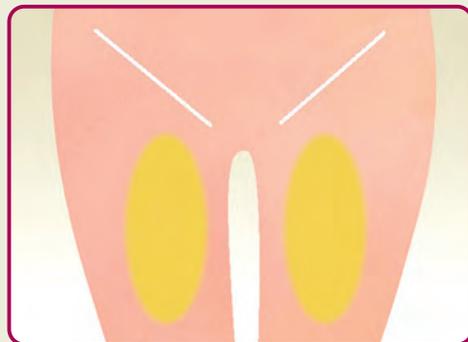
● 注射する場所

注射する場所は、腹部または大腿部(それぞれ右、左の合計4カ所)からお選びください。
また、つまみ上げた指と指の幅が1cm以上ある場所を選んでください。

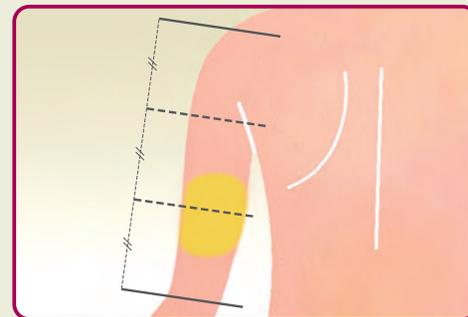


① 腹部(おなか)

へその周囲は避けて注射してください。



② 大腿部(太もも)



※ 二の腕の後ろ側

患者さん以外の方に注射してもらう場合は、上腕部後ろ側に注射してください。

! 注意

- 前回注射した場所とは違う場所に注射してください。なお、前回注射したところから少なくとも3cm離れたところに注射してください。
- 皮フ病変のある部位や皮フが赤くなっていたり、傷があったり、硬くなっている場所には注射しないでください。

注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

● 自己注射の実際

1 注射する場所の消毒



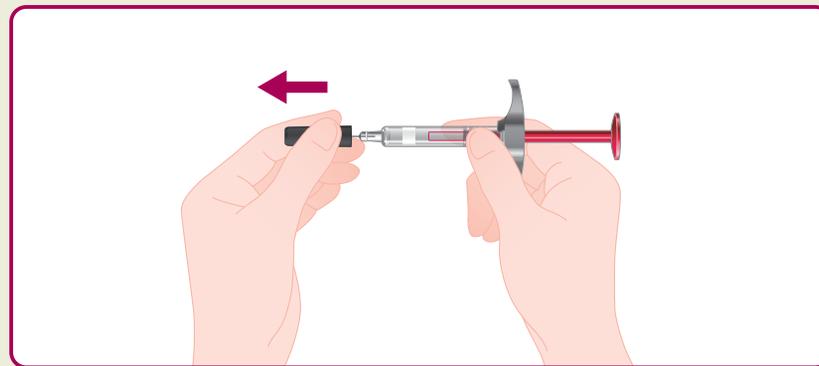
注射する場所をアルコール消毒綿で、円を描くように動かしながら消毒します。

※シリンジ内には多少の気泡(空気)がありますが、皮下注射なので問題ありません。そのまま注射をしてください。

! 注意

消毒した場所は注射するまで手を触れないようにしてください。

2 針キャップをはずす



注射針を横に向け、針キャップをはずします。はずした針キャップは捨ててください。

! 注意

- 針キャップをはずす際には、注射針に触れない(曲げない、手に刺さない)ように気をつけてください。
- 針キャップをはずしたあとは、再度針キャップはしないようにしてください(針刺し事故のほか、針曲がりや針折れにつながる恐れがあります)。

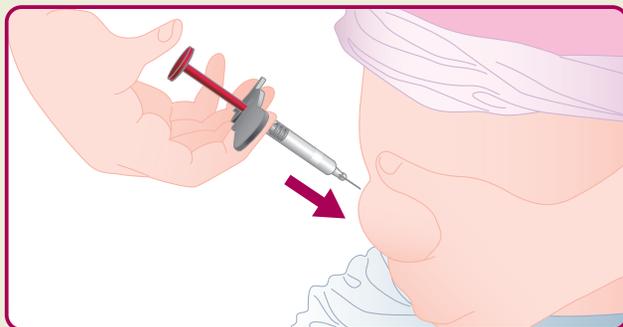


シリンジ

注射方法
(補助員なし)

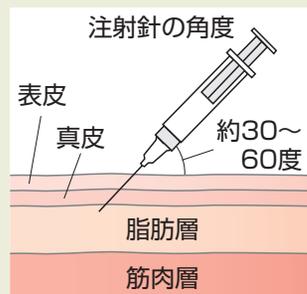
注射の仕方 ヒュープラスN (補助具)を使わない場合

3 注射針を斜めに刺す

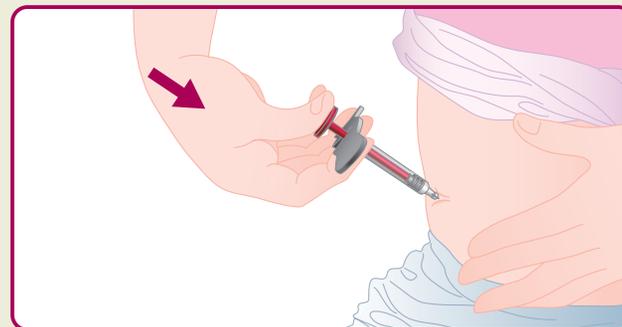


消毒した場所の周囲の皮フを軽くつまみ、皮フに対して注射針を斜め(約30~60度)に、針が全部見えなくなるまで刺します。

※針を刺すまで、内筒は押さないでください。



4 注射する



そのままシリンジをしっかりと持ち、「ゆっくり」と時間をかけて内筒を最後まで押し切ってください。

注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

5 注射針を抜く



シリンジ内の薬液が空になったのを確認して、注射針を刺したときと同じ角度で抜きます。

6 アルコール消毒綿で押さえる



注射針を抜いた後、アルコール消毒綿で約10秒間静かに押さえます。消毒綿を離して血が出ていないことを確認して、注射は終了です。

! 注意

注射した場所をもむと腫れることがあるので、もまないでください。



シリンジ

注射方法
(補助具なし)

注射の仕方 ヒュープラスN (補助具)を使う場合

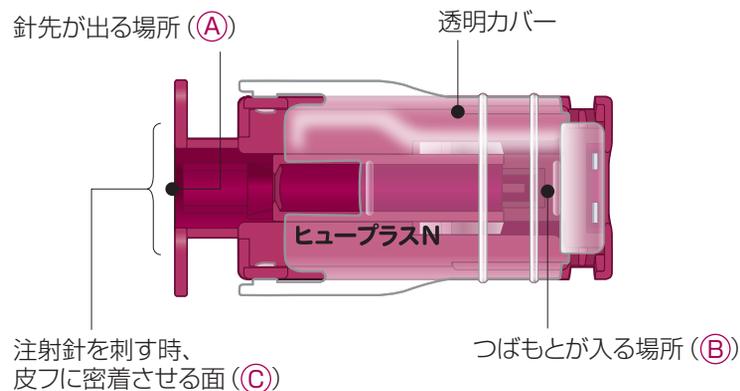
このヒュープラスN(補助具)は、より適切に自己注射をしていただくためのものです。

- 清潔な補助具を準備してください。(注射する場所はp.29をご覧ください。)

ヒュープラスN(補助具)を使うことによって…

- ① シリンジの針キャップを安全にはずすことができます。
- ② シリンジが持ちやすくなり、安定して注射することができます。
- ③ 注射時に針が一定の深さに入ります。
- ④ (希望の方は)注射針を見なくても投与可能です。

各部の説明



●ヒュープラスN(補助具)の取

1 透明カバーを開く

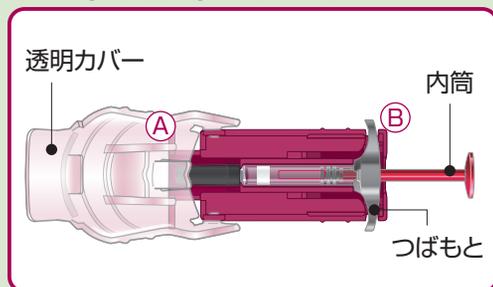


透明カバーに親指をかけて引き上げると開きます。

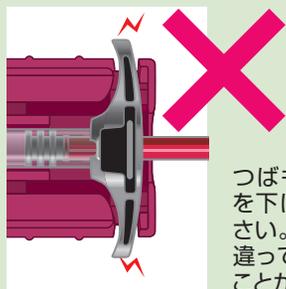
注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

取り付け方

2 シリンジをヒュープラスN(補助具)に取り付ける



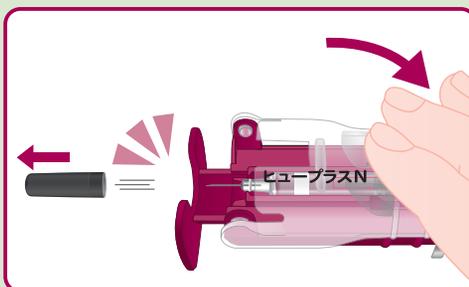
シリンジは、針キャップをつけたまま
①側に針先を、②側の溝につばもと
を置きます。



つばもとの凹みがある面
を下にしてセットしてくだ
さい。つばもとの向きが間
違っていると、取り付ける
ことができないため注意し
てください。

●ヒュープラスN(補助具)を使った自己注射の実際

1 針キャップをはずす



透明カバーを上から押すとロックが
かかり、針キャップがはずれます。
はずした針キャップは捨ててください。

! 注意

針キャップをはずしたあと
は、再度針キャップはしない
ようにしてください(針刺し
事故のほか、針曲がりや針
折れにつながる恐れがあり
ます)。

2 注射する場所を消毒する



注射する場所をアルコール消毒
綿で、円を描くように動かしな
がら消毒します。

※シリンジ内には多少の気泡(空
気)がありますが、皮下注射な
ので問題ありません。
そのまま注射をしてください。



シ
リ
ン
ジ

(補助具あり)
注
射
方
法

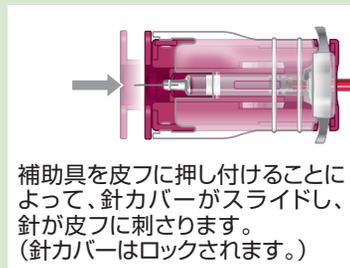
注射の仕方 ヒュープラスN (補助具)を使う場合

※ 注射の方法は「両手でする方法」「片手でする方法」があります。ご自身のしやすい方法で行ってください。

3 注射針をまっすぐ刺し、ゆっくりと注射する



ヒュープラスN(補助具)をしっかり持ち、もう片方で消毒した場所の周囲の皮フを軽くつまみます。つまみ上げた指と指の幅が1cm以上あるかどうか確認してください。そして、ヒュープラスN(補助具)のC面を皮フに密着させるように、注射針をまっすぐ刺します。



補助具を皮フに押し付けることによって、針カバーがスライドし、針が皮フに刺さります。(針カバーはロックされます。)



裏面を上にした状態でも使用可能です。裏面にすることで注射針が見えなくなります。



そのあとヒュープラスN(補助具)をしっかり持ったまま皮フをつまんでいる手を離し、離れた手で「ゆっくり」と内筒を最後まで押し切ってください。



片手で注射することも可能です。

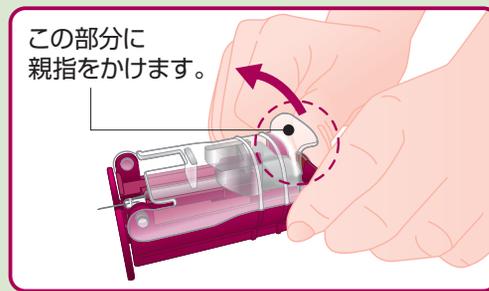
注射の方法は、主治医の指示にしたがってください。

4 注射針を抜き、アルコール消毒綿で押さえる



シリンジ内の薬液が空になったのを確認して、注射針を刺したときと同じ角度で抜きます。
アルコール消毒綿で約10秒間静かに押さえ、消毒綿を離して血が出ていないことを確認します。
これで注射は終了です。

5 ヒュープラスN(補助具)からシリンジを取り出す



透明カバーに親指をかけ、引き上げるとカバーが開きます。シリンジを取り出し、廃棄します(詳細はp.37をご覧ください)。



! **注意**

- 注射した場所をもむと腫れることがあるので、もまないでください。
- ヒュープラスN(補助具)はくり返しご使用いただけません。汚れた場合は水洗いをし、十分に乾かしてからご使用ください。
- ヒュープラスN(補助具)が「故障した」と思ったら、そのまま使用せず、ヒュープラスN(補助具)にシリンジをセットしたまま医療機関にお持ちください。



シリンジ

(補助具あり)
注射方法

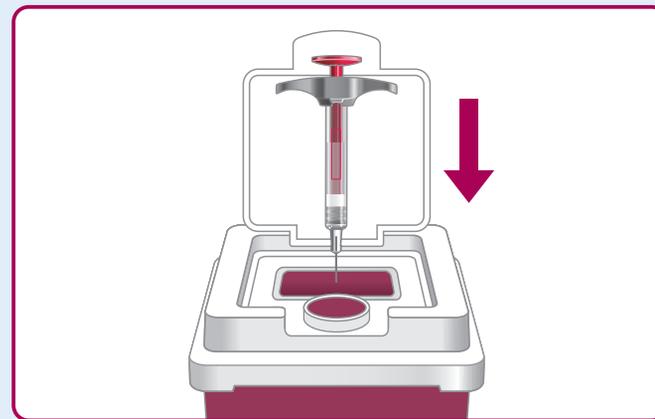
注射が終わったら

● シリンジの廃棄

- ① 使用済みのシリンジ(注射針)は、取り扱いに十分注意し、廃棄用容器に入れて、医療機関から指示された方法で、処分してください。
- ② 使用済みのアルコール消毒綿は、とくに指示がない限り、家庭ごみとして各市町村の収集方法にしたがって捨ててください。

廃棄にあたっては、下記の点にご注意ください。

- 針刺し事故を防止するため、注射後は針先をふったりせず、針キャップをしないで速やかに廃棄用容器に入れてください。
- 針キャップは家庭ごみとして廃棄することが可能です。
- 廃棄用容器は、必ずお子さんの手の届かないところに保管してください。



使用済みのシリンジは針キャップをせずに、廃棄用容器に入れてください。

! 注意

万一、針を身体のどこかに刺してしまったり、他人に刺してしまった場合は、直ちに主治医にご連絡ください。



シリンジ

終了後

困ったときは (Q&A)

● こんなときは、どうすればいい?

Q 予定日に注射を忘れてしまったのですが、どうすればよいですか？



A 決して2回分を一度に使用しないでください。

病気によって注射の頻度(何週おきに注射するのか)が異なりますので、注意してください。

関節リウマチ*1 / 尋常性乾癬、乾癬性関節炎、膿疱性乾癬*2 / 強直性脊椎炎*3 / X線基準を満たさない体軸性脊椎関節炎*4 / 多関節に活動性を有する若年性特発性関節炎*5 / 腸管型ベーチェット病*6 / クローン病*7 / 非感染性の中間部、後部又は汎ぶどう膜炎*8 の場合	気がついた時に、1回分を注射してください。その後は、2週間に1回の注射となるよう次の注射を行ってください。
潰瘍性大腸炎*9 / 化膿性汗腺炎の場合	気がついた時に、1回分を注射してください。患者さんによって注射の頻度が異なります。主治医の指示にしたがって、その後は「1週間に1回」又は「2週間に1回」の注射となるよう次の注射を行ってください。
壊疽性膿皮症	気がついた時に、1回分を注射してください。その後は、1週間に1回の注射となるよう次の注射を行ってください。

*1 関節リウマチ(関節の構造的損傷の防止を含む) *2 既存治療で効果不十分な尋常性乾癬、乾癬性関節炎、膿疱性乾癬 *3 既存治療で効果不十分な強直性脊椎炎 *4 既存治療で効果不十分なX線基準を満たさない体軸性脊椎関節炎 *5 既存治療で効果不十分な多関節に活動性を有する若年性特発性関節炎 *6 既存治療で効果不十分な腸管型ベーチェット病 *7 中等症又は重症の活動期にあるクローン病の寛解導入及び維持療法(既存治療で効果不十分な場合に限り) *8 既存治療で効果不十分な非感染性の中間部、後部又は汎ぶどう膜炎 *9 中等症又は重症の潰瘍性大腸炎の治療(既存治療で効果不十分な場合に限り)



ペン



シリンジ

Q 予定日に注射ができないのですが、どうすればよいですか？  

A 予定日に注射できないことがあらかじめわかっている場合は、主治医に連絡して指示を受けてください。

Q 注射する時間に決まりはありますか？  

A 注射をする時間は何時でも結構です。ただし、注射の時間を忘れないためにも、毎回同じ時間に決めておいたほうがよいでしょう。主治医の指示を受けてください。

Q 薬液の中に気泡があった場合は、どうすればよいですか？  

A 皮下注射のため、薬液の中に気泡があっても問題ありません。
気泡は人体や投与量には影響ありませんので、そのまま注射を行ってください。

Q 緑色の作動ボタンが押せないのですが、どうすればよいですか？ 

A 針カバーが注射部位にしっかりと押しつけられていない可能性があります。
ペンを針カバーが隠れるまでしっかりと押しつけたまま緑色の作動ボタンを押すと、本品が作動します。

困ったときは (Q&A)

● こんなときは、どうすればいい?

Q 注射針を刺したら、注射器内に血液が入ってきたのですが、どうすればよいですか？ 

A 刺した場所での注射はやめて、その場所から少なくとも3cm離れた場所を選び、注射してください。

Q 40mg ペンと 80mg ペンで注射にかかる時間は同じですか？ 

A どちらも約10秒かかります。
注射の終了は次のように確認してください。

- 2回目の「カチッ」という音が鳴ります。
- 確認窓が黄色に変わります。

Q 注射前に体調に変化がみられたときは、どうすればよいですか？  

A 熱がある、風邪気味であるなど体調に変化があった場合には、注射をやめて主治医に連絡して指示を受けてください。とくに、咳、痰^{たん}が出るといった症状があらわれたら、すぐに主治医にご連絡ください。

Q 廃棄容器または廃棄袋*を持っていませんが、どうすればよいですか？  

A 処方された医療機関にて廃棄容器または廃棄袋を受け取ってください。

*ペンは廃棄袋、シリンジは廃棄容器をご利用ください。



ペン



シリンジ

● 注射の痛みを和らげる方法は？

Q 注射が痛いのですが、痛みをとるにはどうすればよいですか？

注射の痛みを和らげる方法はいくつかあります。ご自分に合う方法を工夫してみてください。

- 薬液が冷たいことで痛みを感じることもあるので、薬液を冷蔵庫から取り出して10～15分置くか、手のひらで1分程度温める(イラスト)。



注意

針キャップをはずした状態で温めることは避けてください。



- 注射する場所の感覚を鈍くするため、注射する前に約1～3分間、保冷剤などでその場所を冷やす(冷やしたあとで消毒を行う)。



- 脂肪の厚い部分に注射する(詳細は p.9 または 29 をご覧ください)。



- 針を刺す時間が長いと痛みを感じやすいため、すばやく針を刺す。



- 薬液を急速に注入すると痛みを感じやすいため、注射前に3回深呼吸をし、4回目の深呼吸で息を吐く時に合わせて針を刺し、次の呼吸に合わせて薬液を「ゆっくり」と時間をかけて注入する。



とくに大切な注意

注射後に体調の変化がみられたときは、次の診察日を待たずに直ちに主治医もしくは看護師に連絡し指示を受けてください。とくに下記のような症状があらわれた場合は、早急にご連絡ください。

ご注意ください症状

- 風邪のような症状
 - ◆ 熱っぽい、熱がある
 - ◆ 息切れや息苦しさがある
 - ◆ 咳、痰^{たん}が出る
 - ◆ のどが痛む
- 皮フにかゆい発疹ができた(じんましん)
- 皮フや白目が黄色くなった(黄だん)
- 皮フにかゆみがある
- 疲れやすく、だるさを感じる
- 口内炎がよくできるようになった

ヒュミラ[®]に関するお問い合わせ

アッヴィ合同会社 くすり相談室

フリーダイヤル(通話無料)

【9時～17時30分(土日・祝日、当社休日を除く)】

0120-587-874

製造販売元

アッヴィ合同会社

東京都港区芝浦3-1-21

[文献請求先及び問い合わせ先]

くすり相談室

フリーダイヤル 0120-587-874

2025年2月作成

JP-HUM-190001-10.0

abbvie