

アクテムラを自己注射される患者さんへ

アクテムラ[®]皮下注162mgシリンジ
皮下注162mgオートインジェクター

自己注射ガイドブック

アクテムラの自己注射を はじめられる患者さんへ

このガイドブックは、アクテムラを処方されている患者さんもしくは
そのご家族の方にアクテムラ皮下注162mg(オートインジェク
ター、シリンジ)を適切かつ安全に使用していただくための手順と
ポイントを解説しています。

1回1本の注射を、主治医に指定された日に注射することで、効果
が期待されます。

自己注射について、不安なことやわからないことなどがありまし
たら、主治医、看護師または薬剤師にご相談ください。



● アクテムラは処方された患者さん以外は使用できません。

目次

オートインジェクター

- お薬の保管方法・・・P3
- 注射の前に・・・P5
- 注射のしかた・・・P9
- 注射が終わったら・・・P25

注射器(シリンジ)

- お薬の保管方法・・・P31
- 注射の前に・・・P33
- 注射のしかた・・・P37
- 注射が終わったら・・・P49

Q&A

- よくあるご質問……P53

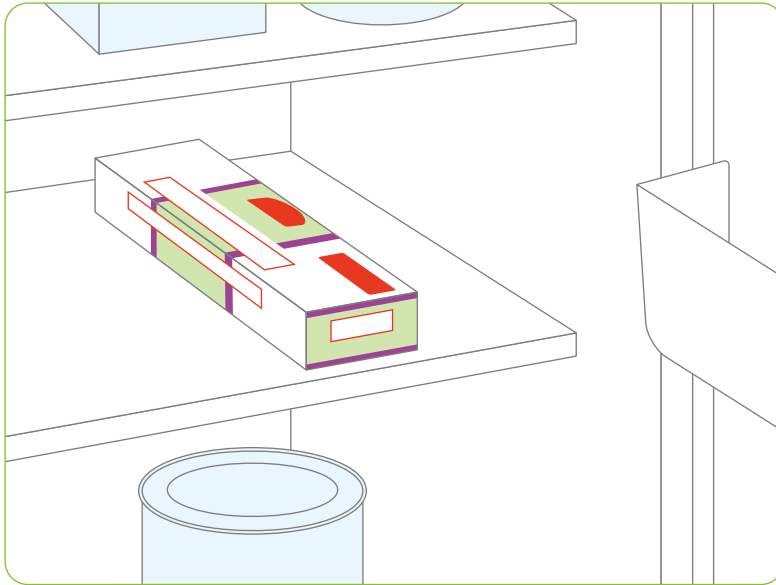
お薬の保管方法(オートインジェクター)

お薬の保管方法

オートインジェクターは、病院・薬局から帰宅後速やかに、箱のまま冷蔵庫*¹(2~8℃)で保管してください。
やむを得ず室温(30℃以下)で保存する場合は、14日以内に使用してください。14日以内に使用しない場合は、再度冷蔵保存(2~8℃)することも可能ですが、室温での保存が累積*²14日を超えた場合には破棄してください。

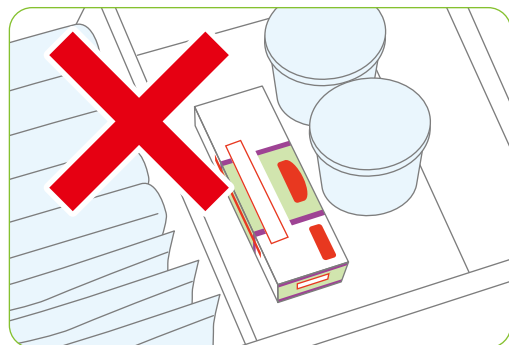
※1 チルド室、野菜室、冷気の吹き出し口付近には入れないでください。(お薬が凍結してしまうおそれがあります)

※2 室温保存した合計日数

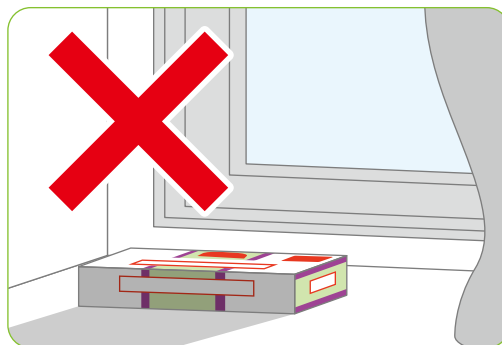


オートインジェクターは、箱のまま冷蔵庫で保管してください。

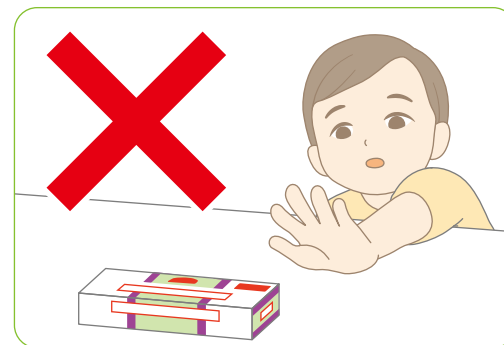
保管に関する注意



冷凍庫には入れないでください。
(お薬が凍結してしまうおそれがあります)



直射日光の当たる場所に置かないでください。
(お薬が変性してしまうおそれがあります)



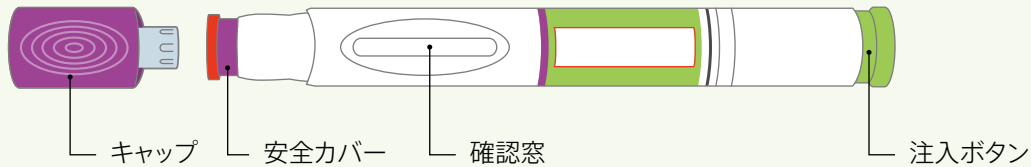
- お薬の入った箱が冷蔵庫内に保管されていることを、ご家族全員に伝えてください。
- 特に、小さなお子さんがあるご家庭では、お子さんがお薬の箱やオートインジェクターにさわることがないように十分ご注意ください。

注射の前に(オートインジェクター)

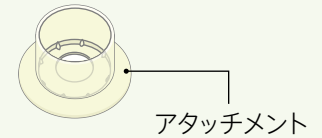
注射に必要なもの

- オートインジェクター
- 準備マット
- タイマー
- アルコール綿
- 注射補助具(アタッチメントまたは注射

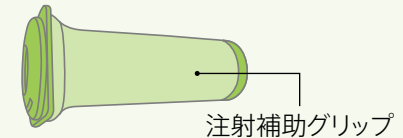
●オートインジェクター



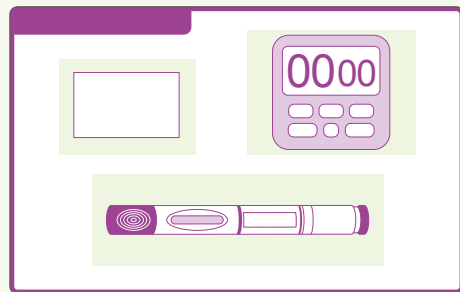
●注射補助具 (アタッチメントまたは注射補助グリップ)



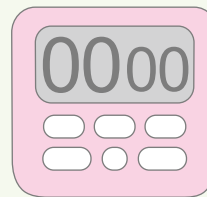
または



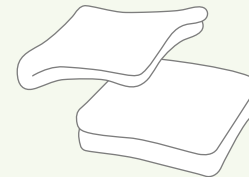
●準備マット



●タイマー



●アルコール綿



必要な患者さんのみ医療機関から提供されます。

医療機関から提供されない場合は主治医または看護師にご相談ください。

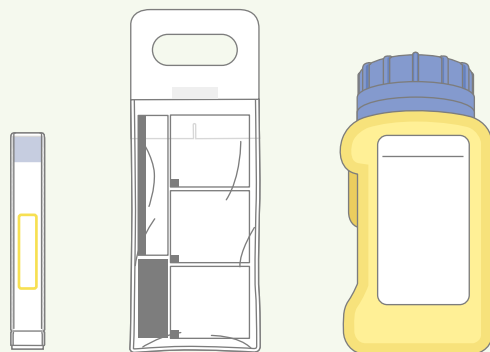


●アタッチメントと注射補助グリップを一緒に使用することは、針刺し事故や誤作動などの原因となりますのでお止めください。

補助グリップ) ●廃棄ケース、廃棄袋、廃棄ボックスなど ●体調チェック表

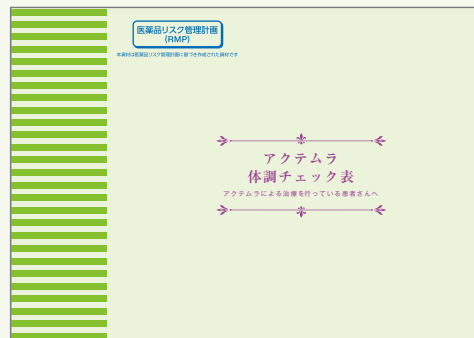
●廃棄容器

(廃棄ケース、廃棄袋、廃棄ボックス)



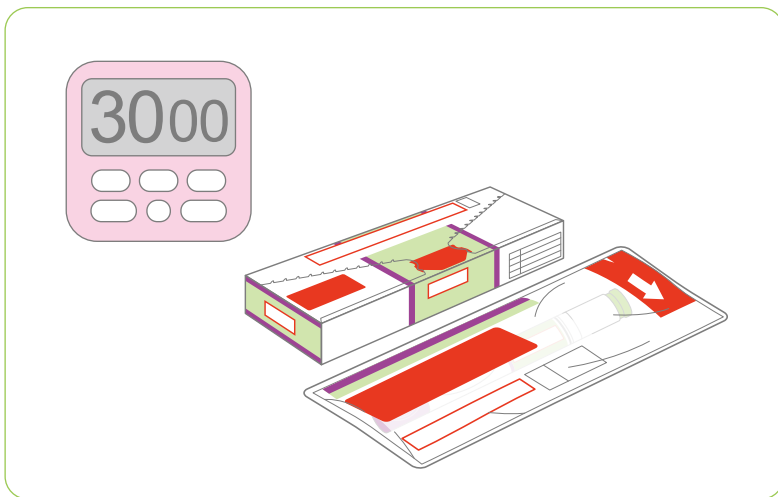
いずれかの廃棄容器が医療機関から提供されます。

●体調チェック表



注射の前に(オートインジェクター)

注射の準備



1 オートインジェクターの入った箱を冷蔵庫から取り出し、箱からオートインジェクターを出して、30分かけて室温に戻します。



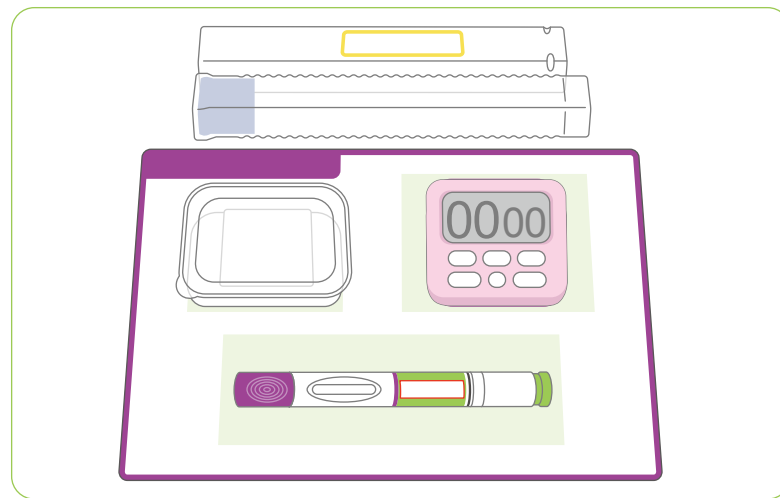
2 注射する場所は、明るく、安定したテーブルを使います。テーブルの表面を清潔にします。



- 室温に戻している間は、オートインジェクターが入っている袋を開けないでください。
- 電子レンジや湯せんでオートインジェクターを温めないでください。
- オートインジェクターを振らないでください。



3 両手を石鹸で十分に洗い、清潔なタオルで拭きます。



4 オートインジェクターを室温に戻したら、袋からオートインジェクター本体を取り出します。
テーブルに準備マットを敷き、イラストの上に自己注射に使用する器具一式を並べます。
オートインジェクター、アルコール綿、そして廃棄容器が揃っているかを確認します。

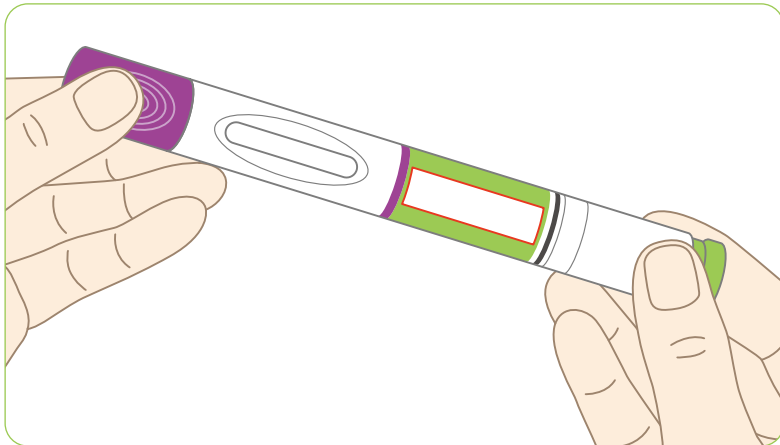


●この時点では、まだオートインジェクターのキャップをはずさないでください。

注射のしかた(オートインジェクター)

注射前のオートインジェクターと薬液の確認

注射の前にオートインジェクターと薬液について異常がないかを確認します。



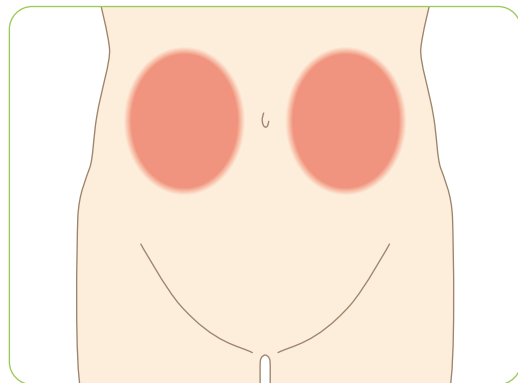
以下の場合、使用せずに医療機関に連絡してください。

- オートインジェクターが破損している。
- オートインジェクターのラベルに記載されている使用期限が切れている。
- 確認窓から見える薬液が濁っている。
- 薬液が変色している。
(通常は、無色透明～微黄色)
- 薬液に異物が混じっている。
(薬液中に気泡が見られることがありますが、問題ありません)

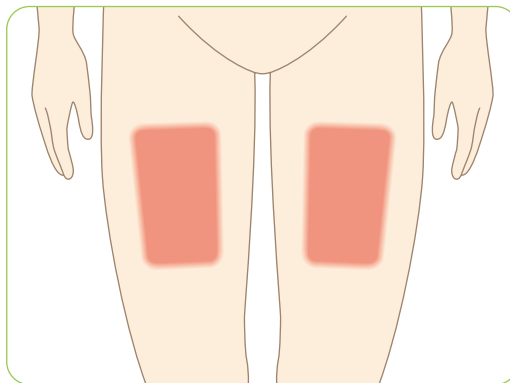


注射する部位の確認と消毒

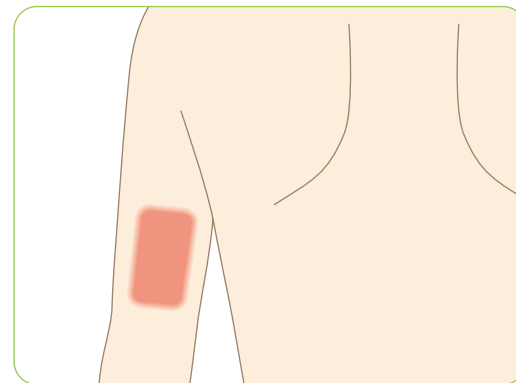
「腹部」「大腿部(太もも)」「上腕部(二の腕)」のいずれかに注射することが可能です。
どこに注射するかは主治医または看護師の指示に従います。



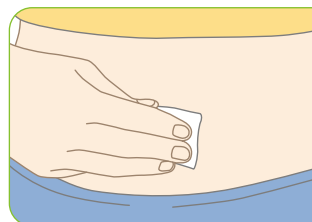
腹部



大腿部



上腕部



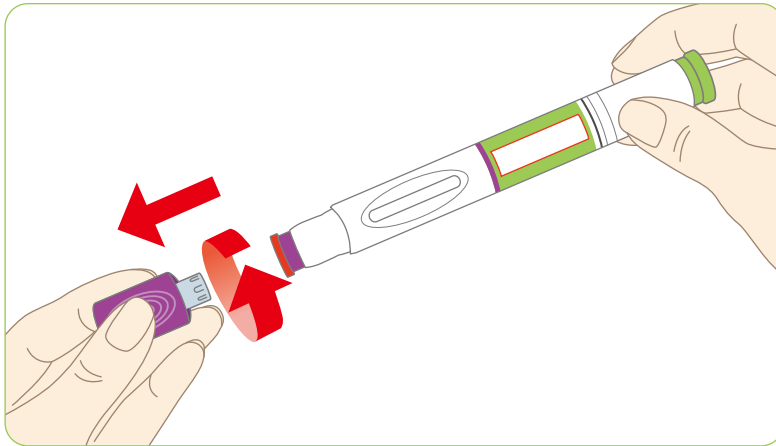
注射する部位とその周辺を、アルコール綿で十分に消毒します。消毒したところは、注射するまで手を触れないでください。



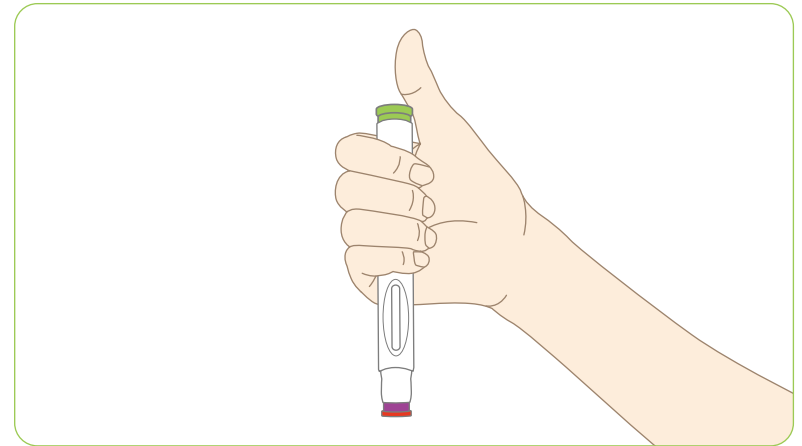
- 上腕部への注射は力こぶができない側に行うため、自己注射には適しません。
- 医療機関もしくはご家族の方に注射をお願いしてください。

注射のしかた(オートインジェクター)

基本的な注射のしかた



- 1** オートインジェクターのキャップをはずします。
オートインジェクター本体をしっかり持って、キャップの滑り止め部分に指をあて、軽くひねりながら横に引っ張るとスムーズにキャップをはずせます。



- 2** オートインジェクターを正しく持ちます。
緑色の注入ボタンが上になるように、正しく握っているかを確認します。



- キャップをはずしたら、すぐに注射してください。キャップをはずしたまま放置すると薬液が固まるおそれがあります。

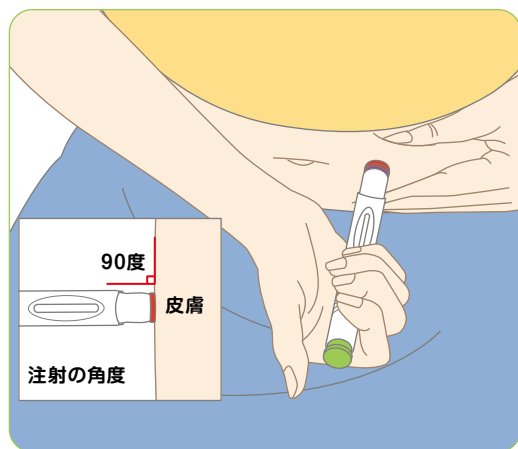


- オートインジェクターを逆さまに持たないように注意してください。指に針が刺さるおそれがあります。



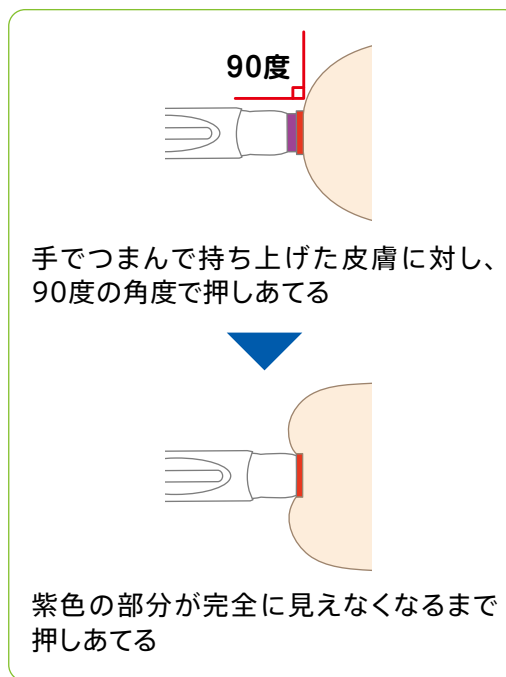
ロック解除が難しい場合は、アタッチメントを使用することができます。(P19参照)

● 注射のようす



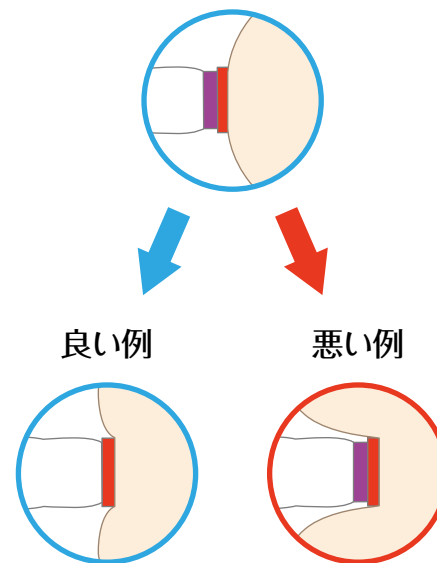
皮膚を持ち上げて
オートインジェクターを押しあてる。

● 注射の角度とロックの解除 (横から見た図)



● ロックの解除のめやす

安全カバーの紫色の部分が完全に見えなくなるまで押しあてないと、注入ボタンのロックが解除できない仕組みになっています。



先端部が皮膚に
しっかり押しあてら
れており、ロックが
解除された状態

先端部が皮膚に
十分に押しあてられ
ておらず、ロックが解除
されていない状態

3 消毒した注射部位の皮膚をしっかりと持ち上げて、皮膚に対して90度の角度で、オートインジェクターの安全カバーを注射部位に押しあてます。

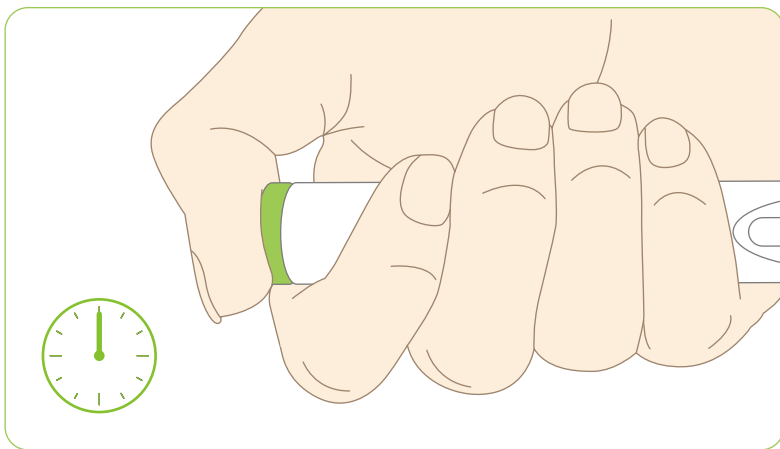
安全カバーの紫色の部分が完全に見えなくなるまで押しあてると、ロックが解除され、注入ボタンを押すことができます。



● 皮膚に押しあてるときは、注入ボタンに指をかけないようにしてください。

注射のしかた(オートインジェクター)

基本的な注射のしかた(続き)

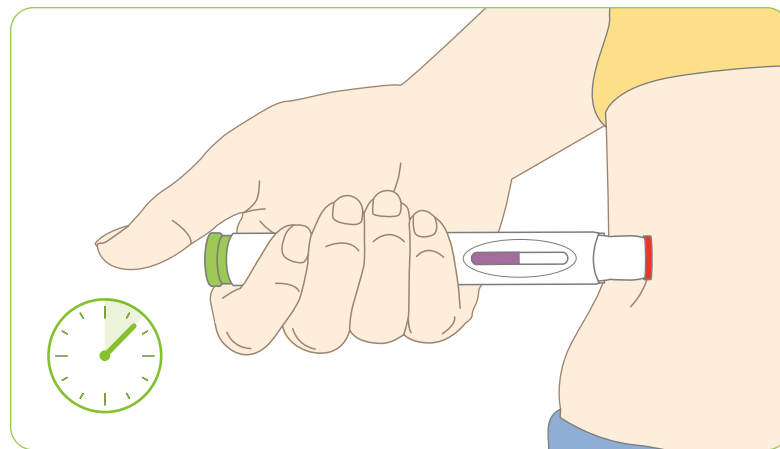


4 注入ボタンを押すと、「カチッ」(1回目)と音がして、薬液の注入が始まります。

注入ボタンを押した後、もしくは、すぐに指を離すことが難しい場合は注入が完了したら、必ず注入ボタンから指を離すようにしてください。注入ボタンから指を離すことで安全カバーのロックがかかります。



- すぐに指を離すことが難しい場合は、注入が完了したら必ず注入ボタンから指を離すようにしてください。

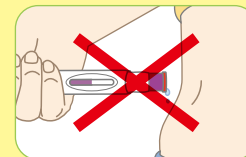


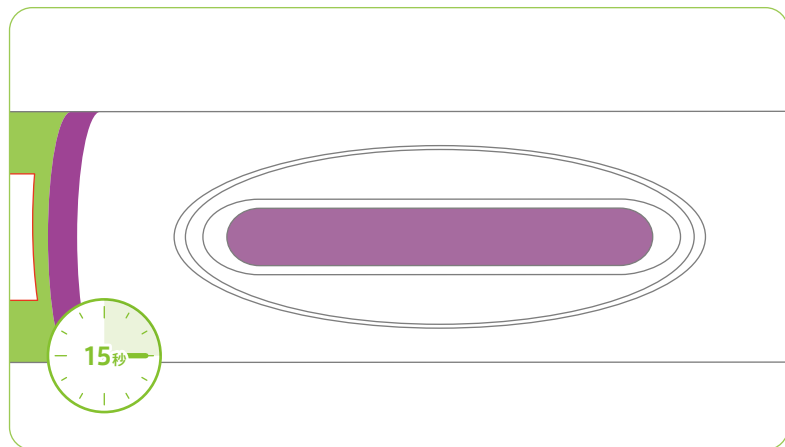
5 薬液の注入には15秒間かかります。

- 注入が終わるまでオートインジェクターをしっかりと皮膚に押しあてた状態を保ち、先端が皮膚から離れないようにしてください。
- タイマーなどを使用して、しっかり15秒間計ってください。
- 薬液の注入中に「カチッ」(2回目)と音がしますが、安全カバーにロックがかかる音であり、注入が終了したわけではありません。



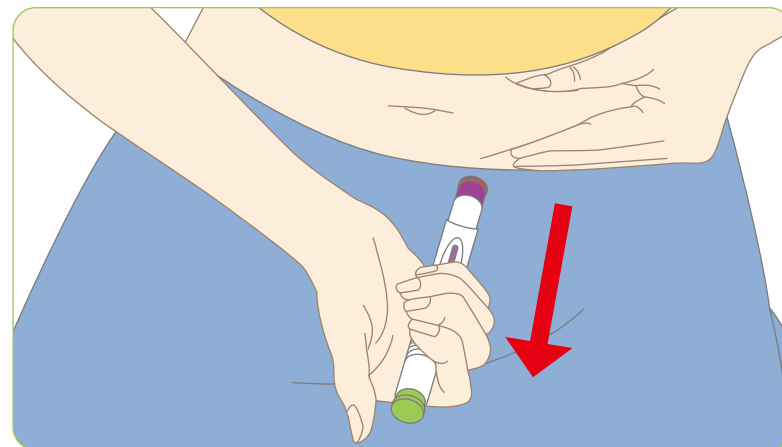
- 必ず15秒間は、オートインジェクターをしっかりと皮膚に押しあて続けてください。
- 途中で先端を皮膚から離すと、薬液が漏れてしまいます。





6 注入が終わると確認窓の中の確認バーが下がりきり、確認窓が完全に紫色になります。

確認窓が完全に紫色になったことを確認してください。



7 注入が終わったら、オートインジェクターを注射部位からまっすぐに離し、注射針を抜きます。

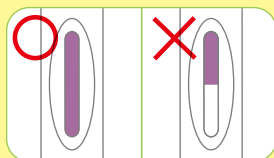
その後、注射部位を新しいアルコール綿で10秒間ほど押さえます。

アルコール綿をはずして、注射部位から血が出ていないことを確認し、注射は終了です。

腫れがひかない、出血が止まらないなどの異常がみられたら、医療機関に連絡してください。



● 確認窓全体が紫色になっていない場合は、医療機関に連絡してください。



● 注射した部位をもむと腫れることがあるので、もまないでください。

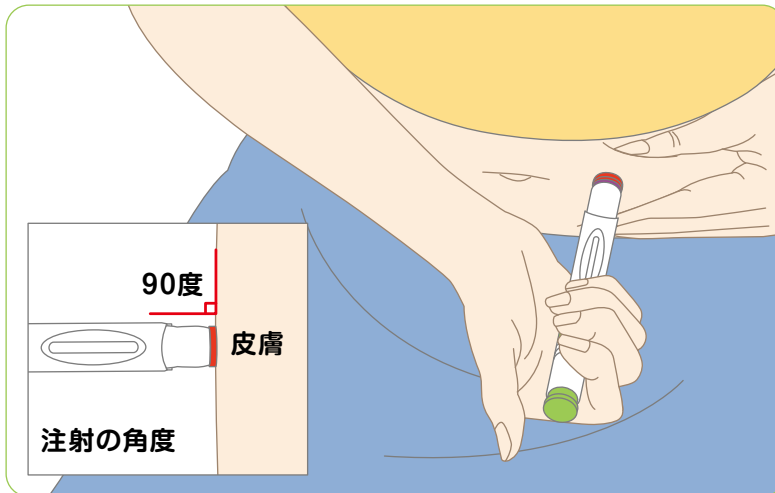


注射のしかた(オートインジェクター) 腹部



腹部への注射

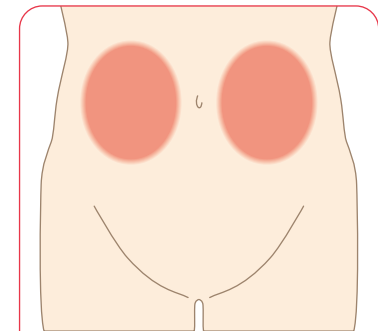
● 前から見た腹部への注射のしかた



消毒した腹部の皮膚をしっかり持ち上げて、皮膚に対して90度の角度で、オートインジェクターの安全カバーを注射部位に押しあてます。

注射すべき部位

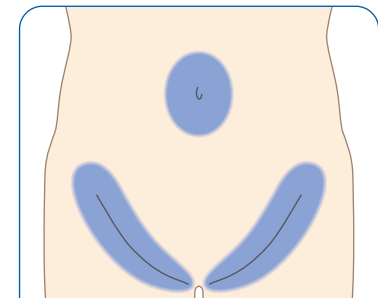
- 前回と同じ場所には注射しないでください。
- 前回の注射部位から3cm以上離れたところに注射してください。



おへその周囲を避けた腹部

避けるべき部位

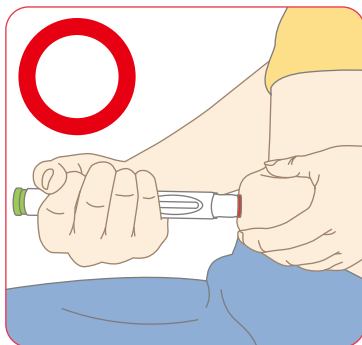
- 皮膚が赤い、傷がある、硬くなっている部位には注射しないでください。



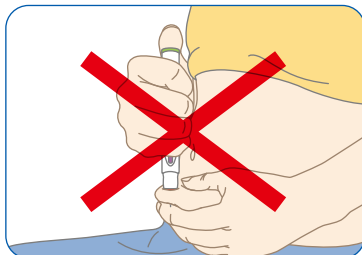
おへその周囲、鼠径部など

● 横から見た腹部への注射のしかた

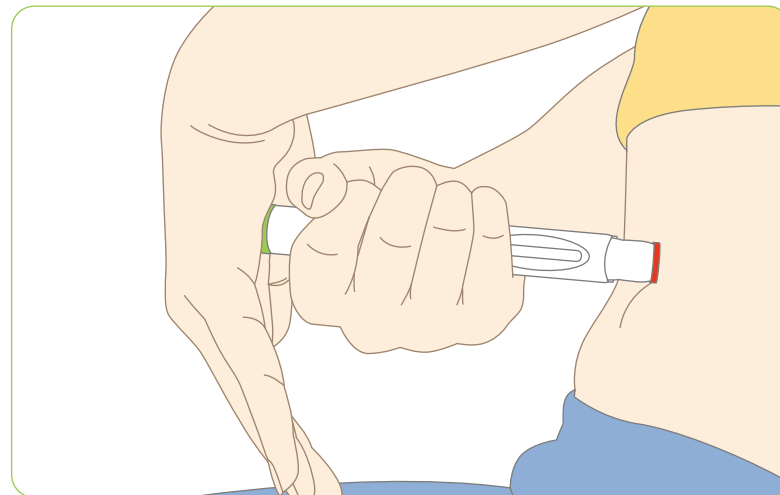
- つまんだ皮膚に対して、90度の角度で押しあてます。



- つまんだ皮膚に対して、真上からオートインジェクターを押しあてないでください。
- 適切な部位に薬液が入らないおそれがあります。
- また、皮膚を貫通して、指などへの針刺しの原因となります。



● 片手で注射することが難しい場合



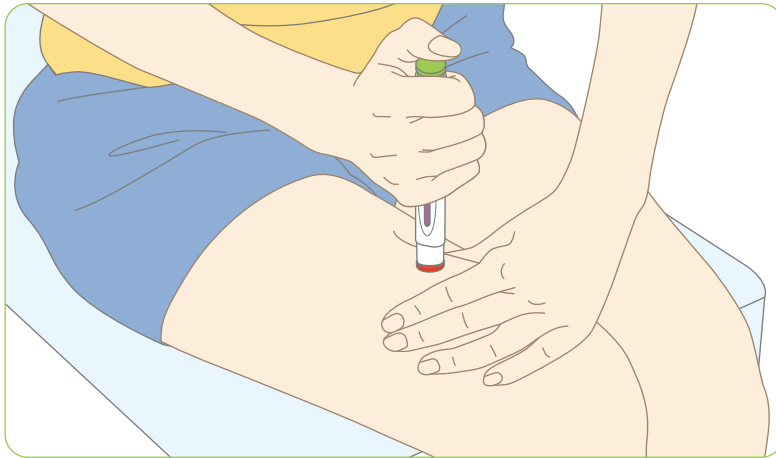
オートインジェクターを握っている手と反対の手のひらで注入ボタンを押すこともできます。

注射のしかた(オートインジェクター) 大腿部



大腿部(太もも)への注射

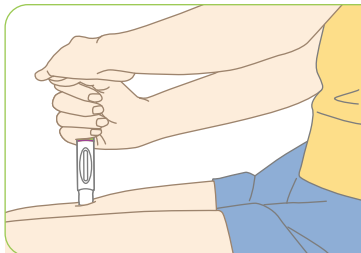
大腿部に注射する場合は、オートインジェクターを押し付けず、オートインジェクターを握っている手と反対の手で皮膚をしっかり持ち上げて注射してください。



消毒した大腿部の皮膚をしっかり持ち上げます。皮膚に対して90度の角度で、オートインジェクターの安全カバーを注射部位に押しあて、注入ボタンを押してください。

※注射方法は、必ず主治医の指示に従ってください。

● 片手で注射することが難しい場合

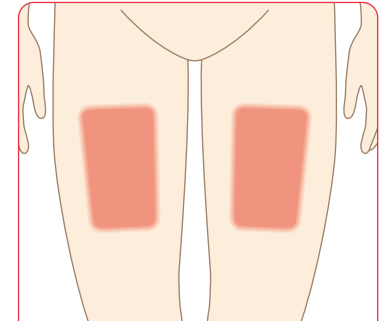


● オートインジェクターを握っている手と反対の手のひらで注入ボタンを押すこともできます。

● やせている方で大腿部の皮下脂肪が著しく少ない方には、この注射方法は推奨できません。

注射すべき部位

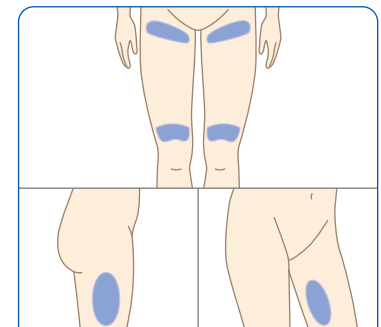
- 前回と同じ場所には注射しないでください。
- 前回の注射部位から3cm以上離れたところに注射してください。



大腿部の前面

避けるべき部位

- 皮膚が赤い、傷がある、硬くなっている部位には注射しないでください。



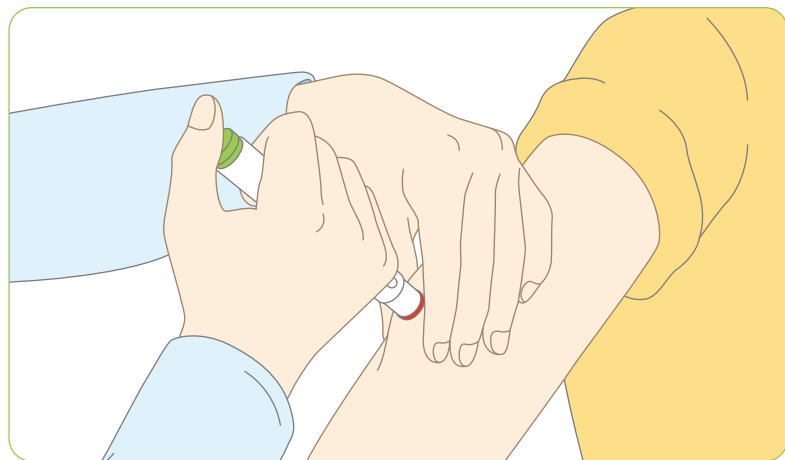
鼠径部や膝に近い部位、
大腿部の外側・内側

注射のしかた(オートインジェクター) 上腕部



上腕部への注射

上腕部への注射は力こぶができない側に行うため、自己注射には適していません。
医療機関もしくはご家族の方に注射をお願いしてください。



ご家族の方が、消毒した上腕部(力こぶができない側のやわらかい部位)の皮膚をしっかり持ち上げます。皮膚に対して90度の角度で、オートインジェクターの安全カバーを注射部位に押しあて、注入ボタンを押してください。

※注射方法は、必ず主治医の指示に従ってください。

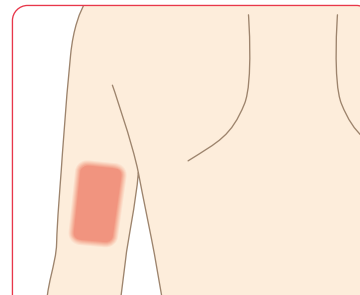


- やせている方で上腕部の皮下脂肪が著しく少ない方には、この注射方法は適しません。



注射すべき部位

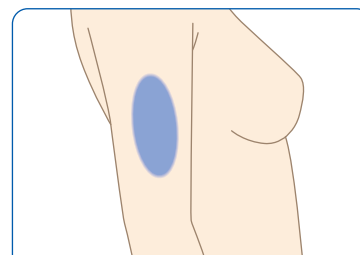
- 前回と同じ場所には注射しないでください。
- 前回の注射部位から3cm以上離れたところに注射してください。



上腕部のやわらかい部位
(力こぶができない側)

避けるべき部位

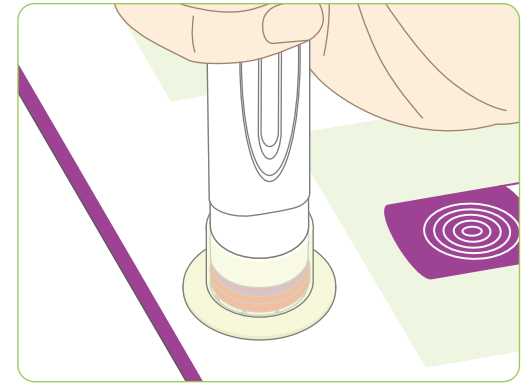
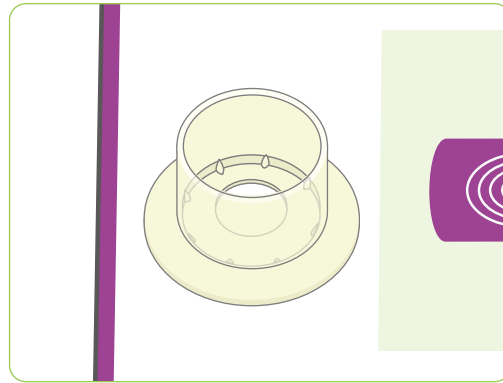
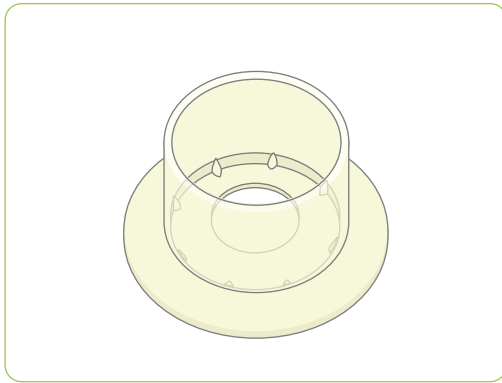
- 皮膚が赤い、傷がある、硬くなっている部位には注射しないでください。



上腕部の外側

注射のしかた(オートインジェクター) 注射補助具(アタッチメント)を使う場合

注射補助具(アタッチメント)が必要な方は、医療機関にお問い合わせください。



自己注射を確実に行っていただくためのサポートとして、アクテムラ皮下注オートインジェクター専用アタッチメントがあります。オートインジェクターを皮膚に押しあてた際に、安全カバーをしっかりと押し込むことが困難な方がご使用になるツールです。

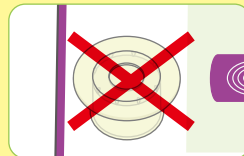
1 準備マットの上にアタッチメントを置き、オートインジェクターにアタッチメントを取り付ける準備をします。

2 アタッチメントの穴に、オートインジェクターの先端をまっすぐに差し込みます。

- アタッチメントと注射補助グリップを一緒に使用することは、針刺し事故や誤作動などの原因となりますのでお止めください。



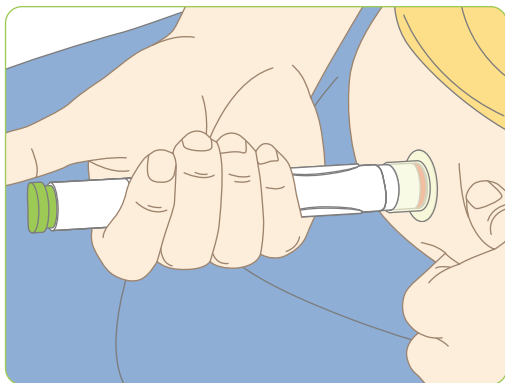
- アタッチメントを逆さまに置かないでください。



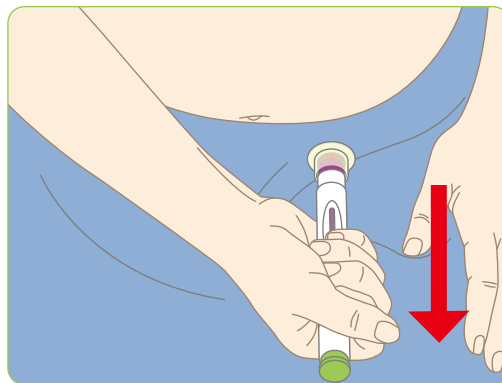
- アタッチメントがオートインジェクターの先端にしっかり装着されたことを確認してください。
- アタッチメントをセットする際には、注入ボタンに指をかけないでください。



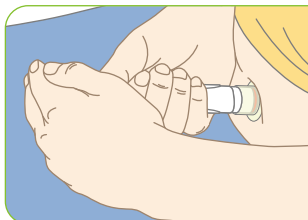
注射補助具（アタッチメント）を使用する場合も、オートインジェクターの基本的な注射のしかたについては、P11～14をご覧ください。



- 3** 消毒した皮膚をしっかり持ち上げ、オートインジェクターを皮膚に対して90度の角度で押しあて、注射します。



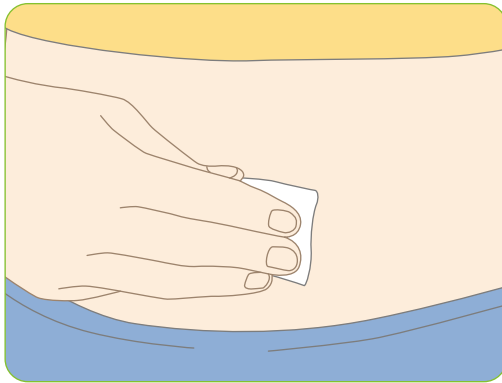
- 4** 注射が終わったら、オートインジェクターを注射部位からまっすぐに離し、針を抜いてください。



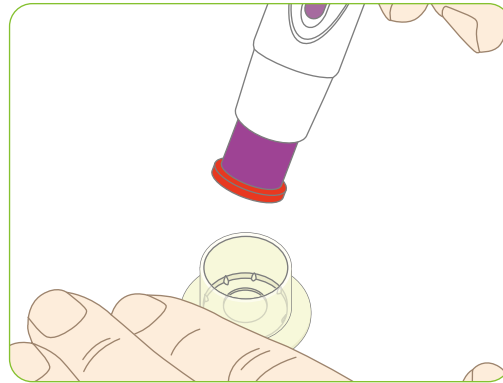
オートインジェクターを握っている反対手のひらで注入ボタンを押して注射することもできます。

注射のしかた(オートインジェクター) 注射補助具(アタッチメント)を使う場合

注射補助具(アタッチメント)が必要な方は、医療機関にお問い合わせください。



- 5** 針を抜いた後、注射部位を新しいアルコール綿で10秒間ほど押さえます。アルコール綿をはずして、注射部位から血が出ていないことを確認し、注射は終了です。
腫れがひかない、出血が止まらないなどの異常がみられたら、医療機関に連絡してください。



- 6** 注射が終わったら、オートインジェクターからアタッチメントをはずします。アタッチメントを押さえ、オートインジェクターを斜めにしてはずすとはずしやすくなります。このとき、針に触れないように十分注意してください。



- 注射した部位をもむと腫れることがあるので、もまないでください。



注射のしかた(オートインジェクター)注射補助具(注射補助グリップ)を使う場合

注射補助具(注射補助グリップ)が必要な方は、医療機関にお問い合わせください。

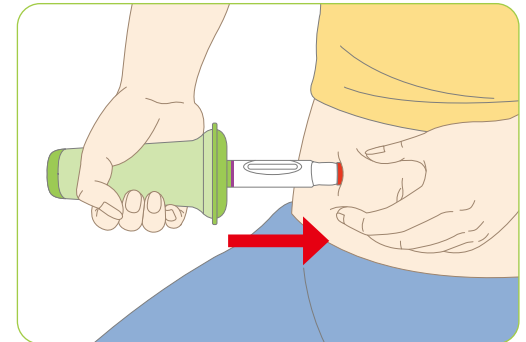
注射補助具(注射補助グリップ)を使用する場合も、オートインジェクターの基本的な注射のしかたについては、P11~14をご覧ください。



自己注射を確実に行っていただくためのサポートとして、注射補助グリップがあります。オートインジェクターを皮膚に押しあてた際に、注入ボタンを押すことが困難な方がご使用になるツールです。



1 注射補助グリップをしっかり持って、オートインジェクターの安全カバーおよび先端部分には触れないように注意をしながら、注射補助グリップの挿入口から奥までオートインジェクターを差し込みます。装着完了後は、速やかに注射をしてください。

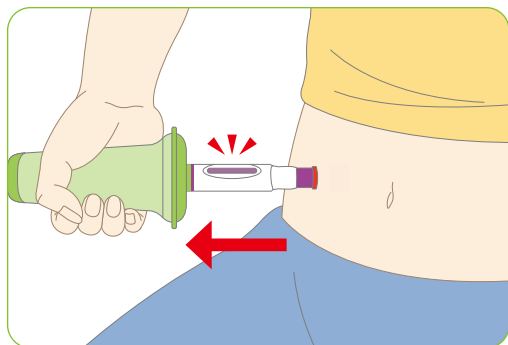


2 消毒した皮膚をしっかり持ち上げ、注射補助グリップを握り、皮膚に対して90度の角度でオートインジェクターの安全カバー部分を注射部位に押しあて、注射します。

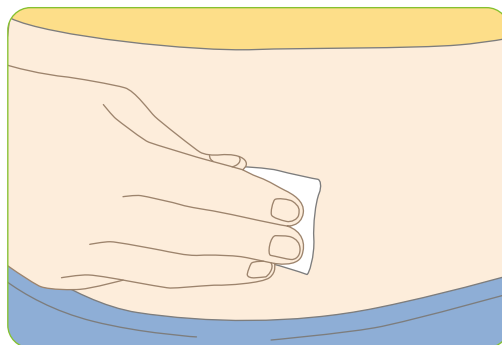


● アタッチメントと注射補助グリップを一緒に使用することは、針刺し事故や誤作動などの原因となりますのでお止めください。

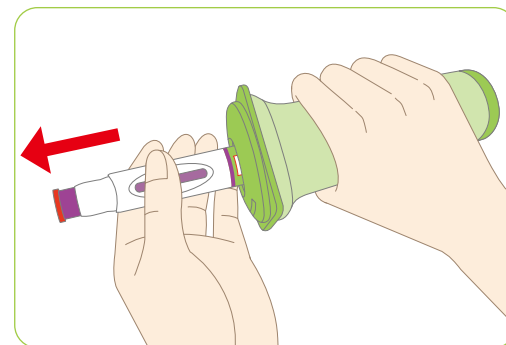




- 3 注射が終わったら、オートインジェクターを注射部位からまっすぐに離し、針を抜いてください。



- 4 針を抜いた後、注射部位を新しいアルコール綿で10秒間ほど押さえます。アルコール綿をはずして、注射部位から血が出ていないことを確認し、注射は終了です。腫れがひかない、出血が止まらないなどの異常がみられたら、医療機関に連絡してください。



- 5 注射が終わったら、オートインジェクターから注射補助グリップをはずします。注射補助グリップをしっかり持ち、オートインジェクターを引き抜きます。このとき、針に触れないように十分注意してください。



- 注射した部位をもむと腫れることがあるので、もまないでください。



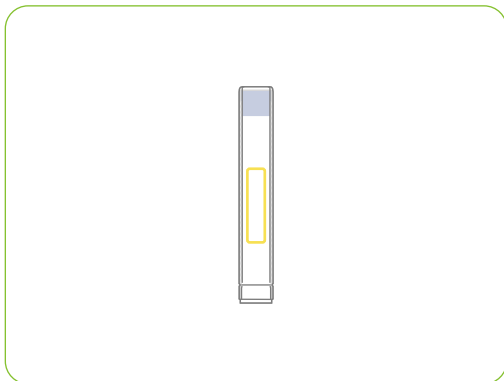
注射が終わったら(オートインジェクター)

オートインジェクターの廃棄

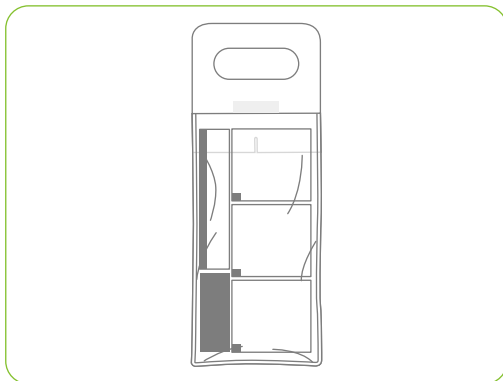
使い終わったオートインジェクターは、廃棄容器にすぐに廃棄します。

いずれかの廃棄容器が医療機関から提供されます。

● 廃棄ケース



● 廃棄袋

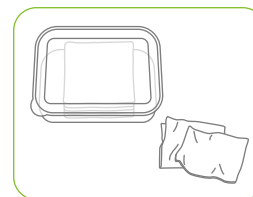


● 廃棄ボックス



● 使用済みアルコール綿の廃棄

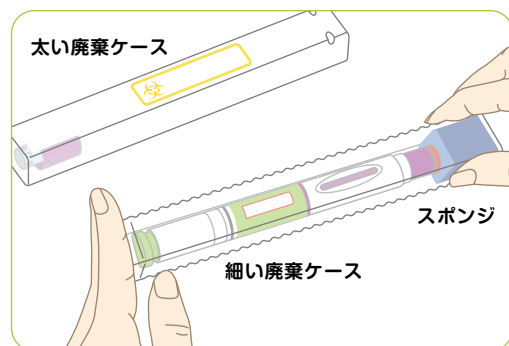
使用済みのアルコール綿は、主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示が特にな
限り、家庭ごみとして各市区町村の収集方法に従って捨ててください。



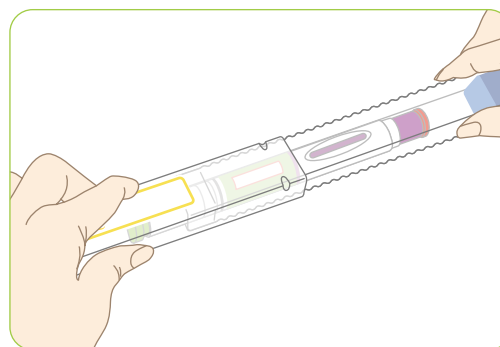
● 使用済みのオートインジェクターは医療廃棄物です。医療廃棄物および廃棄容器の取り扱いには十分注意し、処理については主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示に従ってください。

廃棄ケースの場合

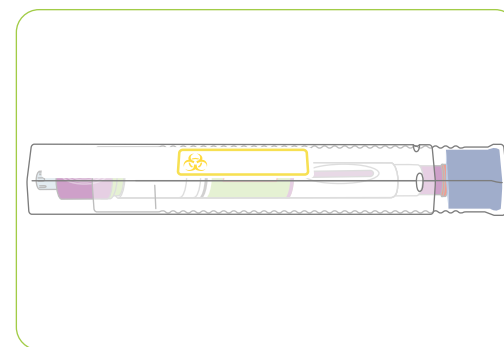
※廃棄ケースには、使用済みのオートインジェクターが1本収納できます。



- 1** オートインジェクター本体をスポンジの入っている細い廃棄ケースに、キャップを太い廃棄ケースに入れてください。



- 2** ケース同士を差し込み、オートインジェクター本体が奥にあたるまでしっかりと押し込んでください。



- 3** 廃棄ケースは、次回通院される際に医療機関へお持ちください。

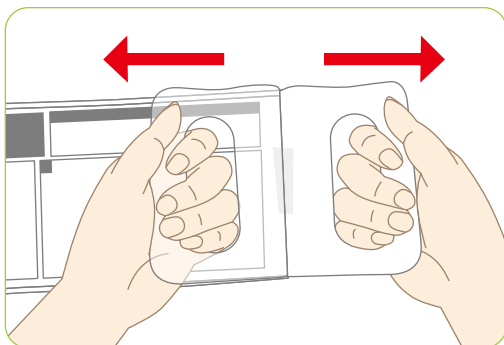


- 針刺し事故を防ぐため、キャップはオートインジェクターに戻さず、そのまま廃棄ケースに入れてください。
- 使用済みのオートインジェクターは医療廃棄物です。絶対にご自分で廃棄せず、主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示に従って処理し、取り扱いには十分注意してください。ご家族、特に小さなお子さんがさわらないようにご注意ください。

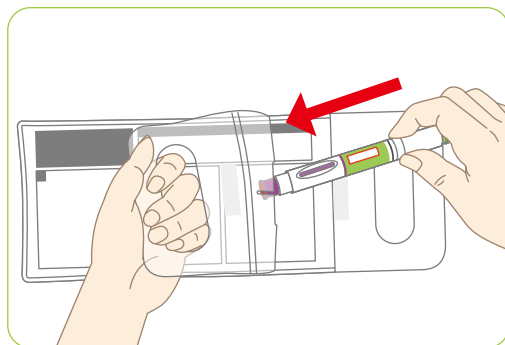
注射が終わったら(オートインジェクター)

廃棄袋の場合

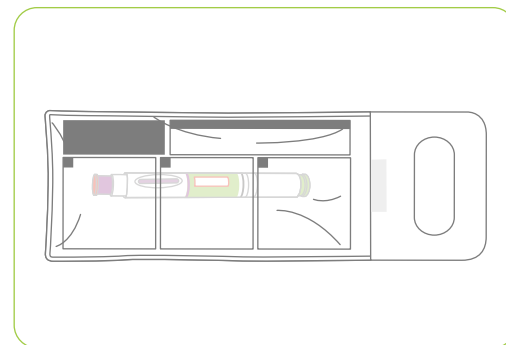
※廃棄袋には、使用済みのオートインジェクターが最大4本収納できます。



- 1** 袋の取っ手を持って、両側に開いてください。
※力を入れ過ぎて袋を破かないように注意してください。



- 2** 開いた袋の中央の穴に使用済みのオートインジェクターを先端から入れてください。このとき針側の先端には触れないでください。



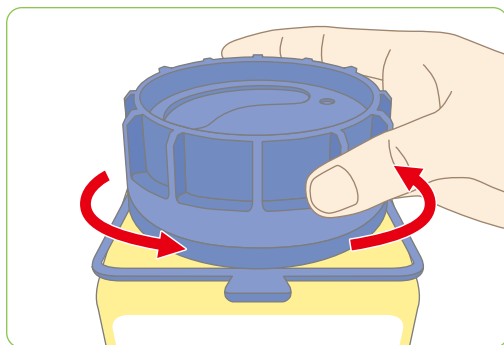
- 3** オートインジェクターを袋に入れたら、取っ手を閉じてください。その際、マジックテープがしっかり付いているか確認してください。



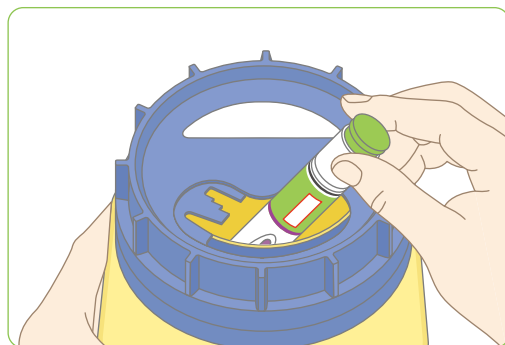
- 針刺し事故を防ぐため、キャップはオートインジェクターに戻さないでください。廃棄袋にキャップを入れるスペースがない場合は、キャップは家庭ごみとして各市区町村の収集方法に従って捨ててください。
- 使用済みのオートインジェクターは医療廃棄物です。絶対にご自分で廃棄せず、主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示に従って処理し、取り扱いには十分注意してください。ご家族、特に小さなお子さんがさわらないようにご注意ください。

廃棄ボックスの場合

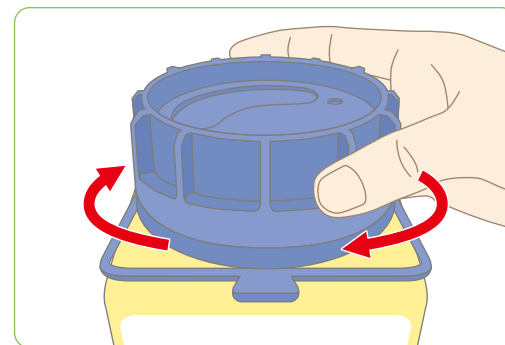
※廃棄ボックスには、使用済みのオートインジェクターが最大18本収納できます。



1 廃棄ボックスのフタを「ひらく」の方向に回し、廃棄口を開けます。



2 廃棄口に使用済みのオートインジェクターとキャップを入れてください。このとき針側の先端には触れないでください。



3 オートインジェクターとキャップを廃棄ボックスに入れたら、フタを「とじる」の方向に回し、廃棄口を閉じてください。



- 針刺し事故を防ぐため、キャップはオートインジェクターに戻さず、そのまま廃棄ボックスに入れてください。
- フタは完全にロックすると開かなくなります。医療機関に持参するときまでは、完全にロックしないように気をつけて使用してください。
- 使用済みのオートインジェクターは医療廃棄物です。絶対にご自分で廃棄せず、主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示に従って処理し、取り扱いには十分注意してください。ご家族、特に小さなお子さんがさわらないようにご注意ください。

注射が終わったら(オートインジェクター)

体調をチェックし、注射の記録をつけましょう

注射の記録

注射が終わったら、注射した日時と注射した部位を体調チェック表に記録します。この記録により、次回の注射予定日や注射部位を確認することができます。

なお、通院時には体調チェック表を持参しましょう。

記録例

※ご本人が記入できない場合は、ご家族や代理の方がご記入ください。

第1週

使用日	使用方法		からだの状態						検査値・その他	
	点滴	皮下注射	皮下注射の注射部位	体温	SpO ₂	せき・痰	息切れ	胸の痛み	注射部位の異常	[吐き気、下痢、動悸、皮疹やかゆみなど] 必要に応じてご記入ください
7/2 (月)		<input type="radio"/>		36.5℃	98				少し赤くなった	
7/3 (火)			右	36.7℃	97	<input type="radio"/>				くしゃみがでる
7/4 (水)			左	36.0℃	99					
/ ()			腕部	℃						
/ ()			腕部	℃						
/ ()			大腿部	℃						
/ ()			大腿部	℃						
/ (日)				℃						

注射した部位をチェックします。

注射部位に反応や異常がみられた場合は記入します。

健康状態を記録します。
また、注射に関して気になることがある場合は記入します。



- 注射後に体調の不良がみられた場合は、すぐに医療機関に連絡してください。発熱、吐き気、発疹、腫れ、かゆみ、出血などが発現する可能性があります。
- 自己注射を実施している場合でも、体調の変化を確認し適切な治療を行うために、定期的に主治医の診察を受けることが必要です。

MEMO

Lined area for writing notes, consisting of 15 horizontal green lines.

オートインジェクター

注射器(シリンジ)

Q & A

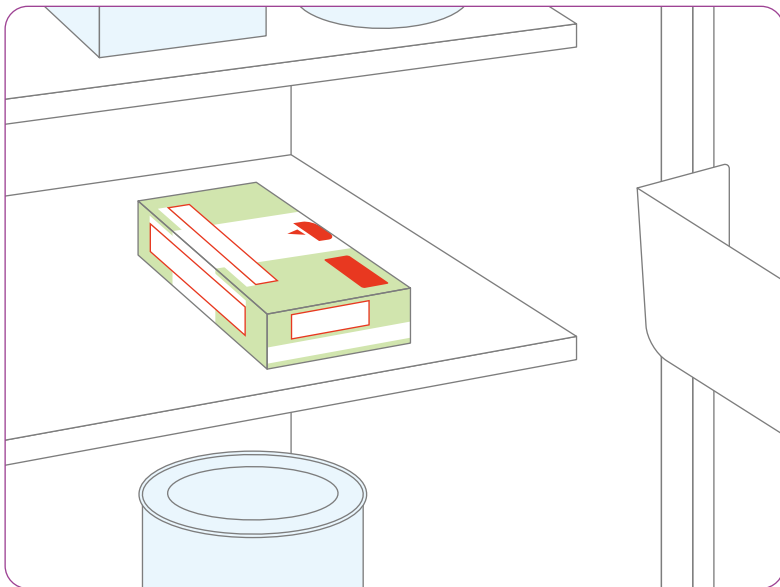
お薬の保管方法(シリンジ)

お薬の保管方法

注射器(シリンジ)は、病院・薬局から帰宅後速やかに、箱のまま冷蔵庫*¹(2~8℃)で保管してください。
やむを得ず室温(30℃以下)で保存する場合は、14日以内に使用してください。14日以内に使用しない場合は、再度冷蔵保存(2~8℃)することも可能ですが、室温での保存が累積*²14日を超えた場合には破棄してください。

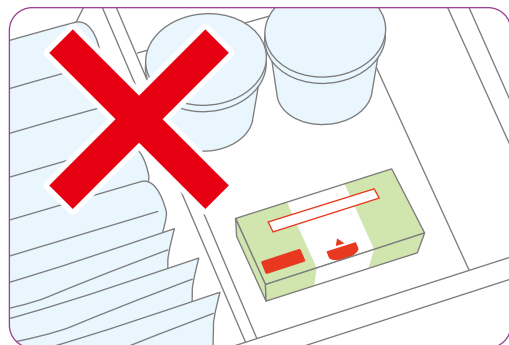
※1 チルド室、野菜室、冷気の吹き出し口付近には入れないでください。(お薬が凍結してしまうおそれがあります)

※2 室温保存した合計日数

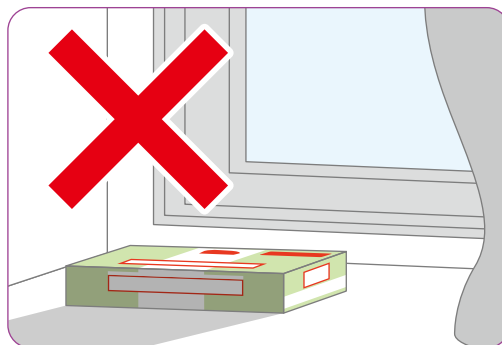


注射器(シリンジ)は、箱のまま冷蔵庫で保管してください。

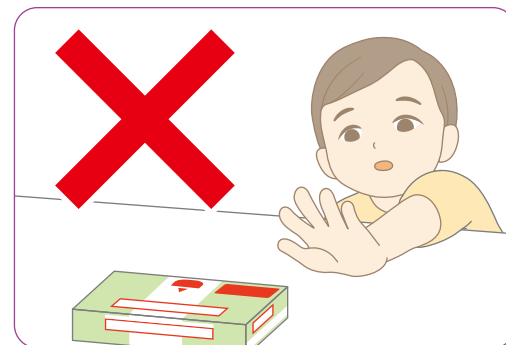
保管に関する注意



冷凍庫には入れないでください。
(お薬が凍結してしまうおそれがあります)



直射日光の当たる場所に置かないでください。
(お薬が変性してしまうおそれがあります)



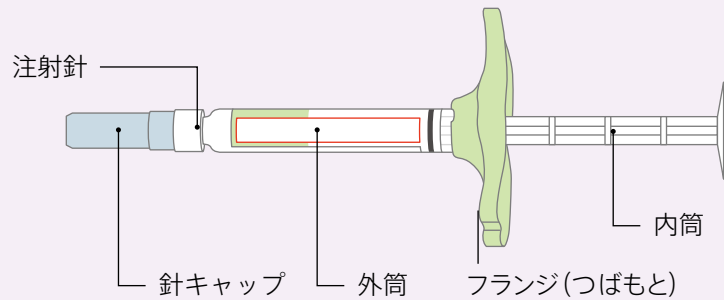
- お薬の入った箱が冷蔵庫内に保管されていることを、ご家族全員に伝えてください。
- 特に、小さなお子さんがあるご家庭では、お子さんがお薬の箱やシリンジにさわることがないように十分ご注意ください。

注射の前に(シリンジ)

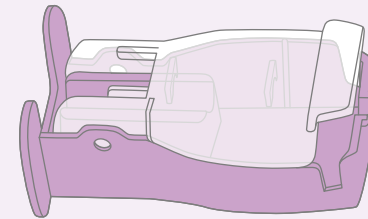
注射に必要なもの

- 注射器(シリンジ)
- 準備マット
- アルコール綿
- 注射補助具(アクテミー)
- 廃棄ボックス
- 体調

●シリンジ

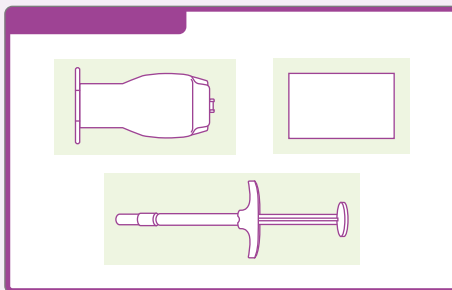


●注射補助具(アクテミー)

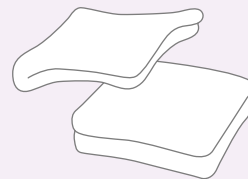


必要な患者さんのみ医療機関から提供されます。

●準備マット



●アルコール綿



医療機関から提供されない場合は主治医または看護師にご相談ください。

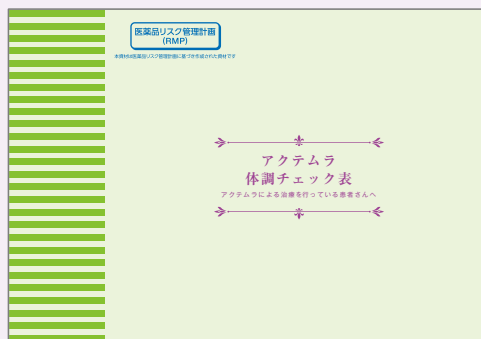
チェック表

● 廃棄ボックス



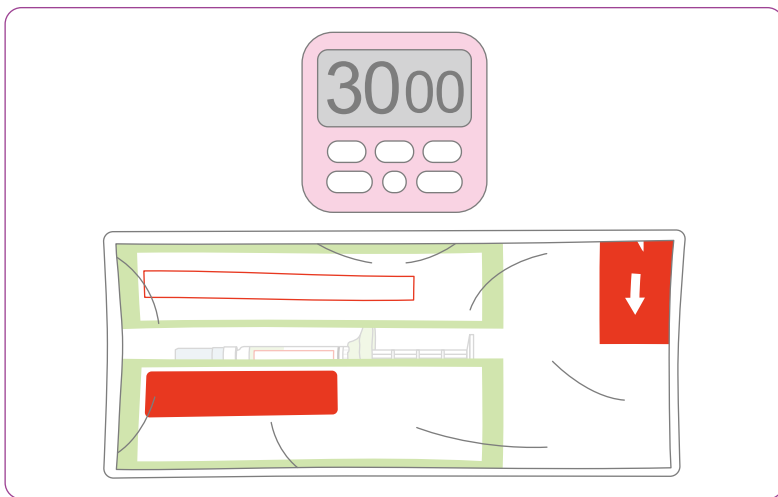
廃棄容器として医療機関から提供されます。

● 体調チェック表



注射の前に(シリンジ)

注射の準備



① シリンジの入った箱を冷蔵庫から取り出し、箱からシリンジを出して、30分かけて室温に戻します。



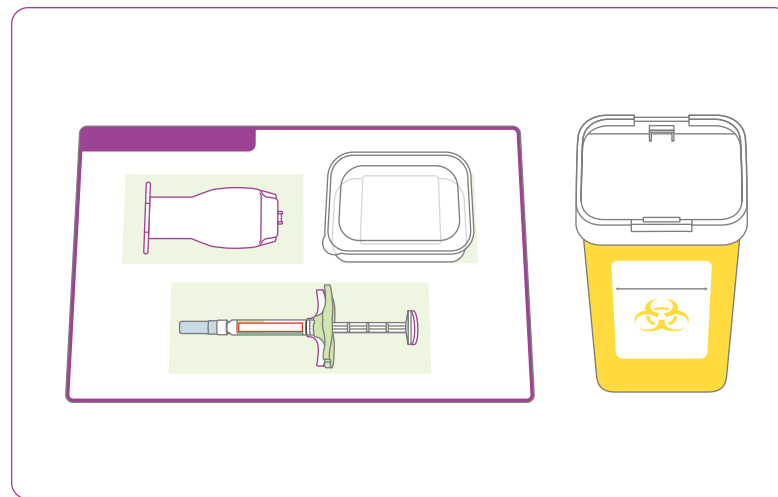
② 注射する場所は、明るく、安定したテーブルを使います。テーブルの表面を清潔にします。



- 室温に戻している間は、シリンジが入っている袋を開けないでください。
- 電子レンジや湯せんでシリンジを温めないでください。
- シリンジを振らないでください。



3 両手を石鹸で十分に洗い、清潔なタオルで拭きます。



4 シリンジを室温に戻したら、袋からシリンジ本体を取り出します。
テーブルに準備マットを敷き、イラストの上に自己注射に使用する器具一式を並べます。
シリンジ、アルコール綿、そして廃棄ボックスが揃っているかを確認します。

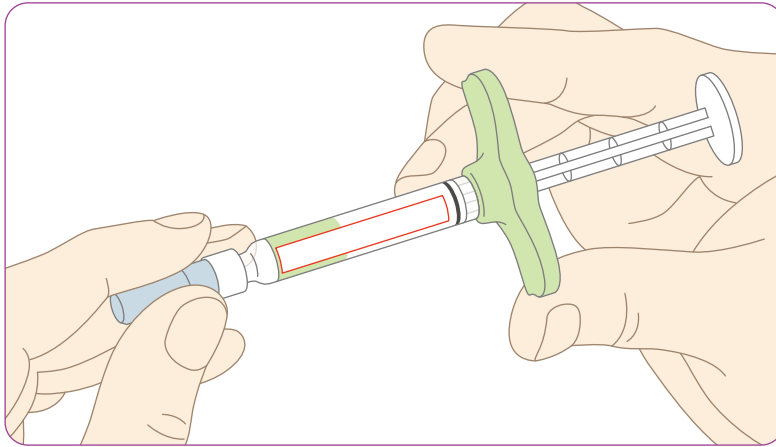


●この時点では、まだシリンジのキャップをはずさないでください。

注射のしかた(シリンジ)

注射前のシリンジと薬液の確認

注射の前にシリンジと薬液について異常がないかを確認します。



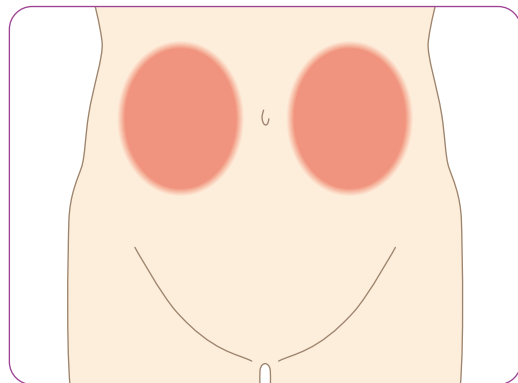
以下の場合、使用せずに医療機関に連絡してください。

- シリンジが破損している。
- シリンジのラベルに記載されている使用期限が切れている。
- 薬液が濁っている。
- 薬液が変色している。
(通常は、無色透明～微黄色)
- 薬液に異物が混じっている。
(薬液中に気泡が見られることがありますが、問題ありません)

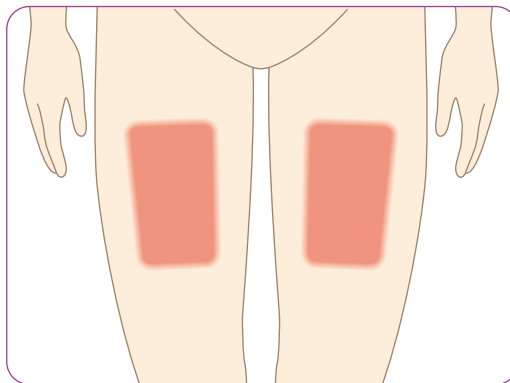


注射する部位の確認と消毒

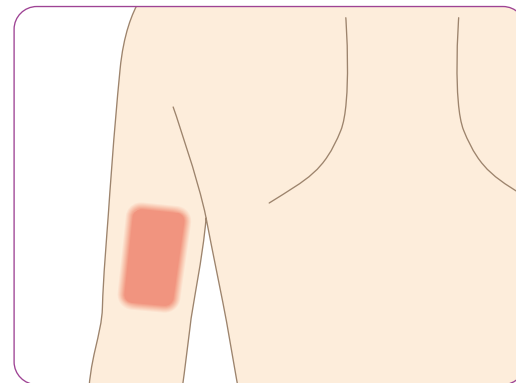
「腹部」「大腿部(太もも)」「上腕部(二の腕)」のいずれかに注射することが可能です。
どこに注射するかは主治医または看護師の指示に従います。



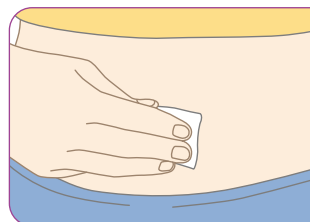
腹部



大腿部



上腕部



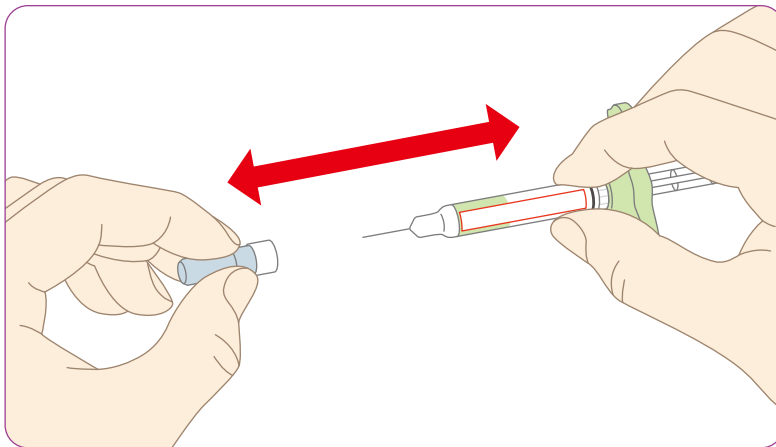
注射する部位とその周辺を、アルコール綿で十分に消毒します。消毒したところは、注射するまで手を触れないでください。



- 上腕部への注射は力こぶができない側に行うため、自己注射には適しません。
- 医療機関もしくはご家族の方に注射をお願いしてください。

注射のしかた(シリンジ)

基本的な注射のしかた



- 1** シリンジのキャップをはずします。
シリンジ本体を横にして持ち、本体を動かさずに針キャップのみをまっすぐ引っ張るようにしてはずします。針キャップをはずす際は、注射針を曲げないように注意してください。



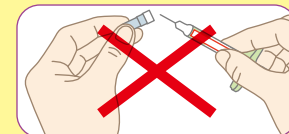
- 内筒を引っ張らないでください。



- 内筒を押さないでください。



- 針キャップを片手ではずそうとしないでください。

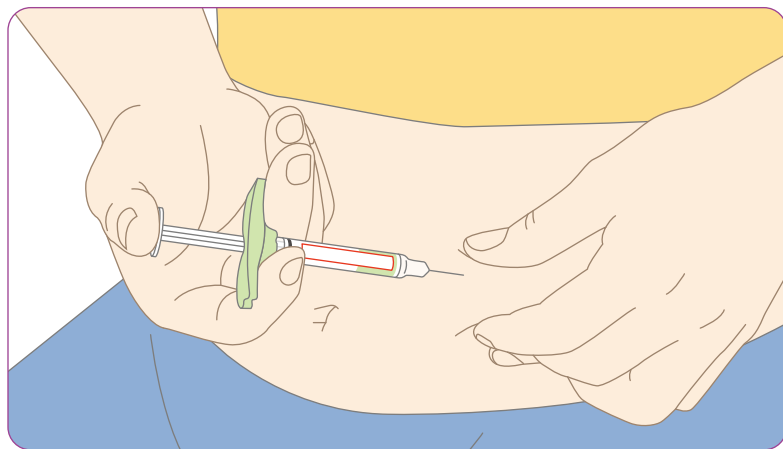


- 針キャップを斜めにはずさないでください。

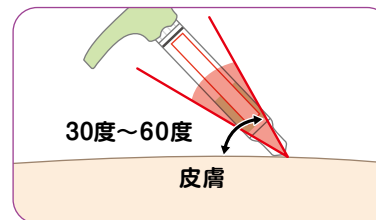


- 針先に指など他のものが触れて、誤って指を刺したり、注射針を曲げないようにしてください。

- 針キャップをはずしたら、すぐに注射してください。薬液が針先で固まるおそれがあります。



● 注射の角度



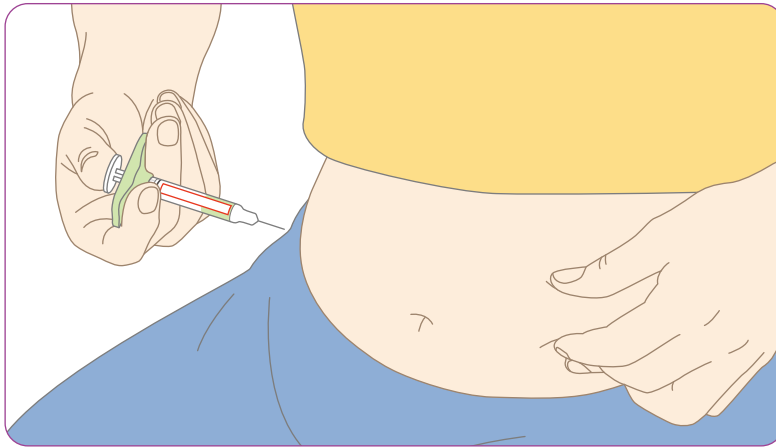
- 2** 消毒した注射部位の皮膚をしっかり持ち上げて、皮膚に対して注射針を斜め30度から60度の角度で刺します。
このとき、針が全部見えなくなり、根元まで入っていることを確認してください。
そのままシリンジをしっかり持ち、同じ角度を保ちながら、内筒を最後までゆっくりと押し切ります。



- 内筒が硬くて押せないなど、抵抗を感じる場合は、無理に注射しないで、医療機関に連絡してください。

注射のしかた(シリンジ)

基本的な注射のしかた(続き)



3 薬液が空になったことを確認して、刺したときと同じ角度で注射針をすばやく皮膚から抜きます。

その後、注射部位を新しいアルコール綿で10秒間ほど押さえます。アルコール綿をはずして、注射部位から血が出ていないことを確認し、注射は終了です。

腫れがひかない、出血が止まらないなどの異常がみられたら、医療機関に連絡してください。



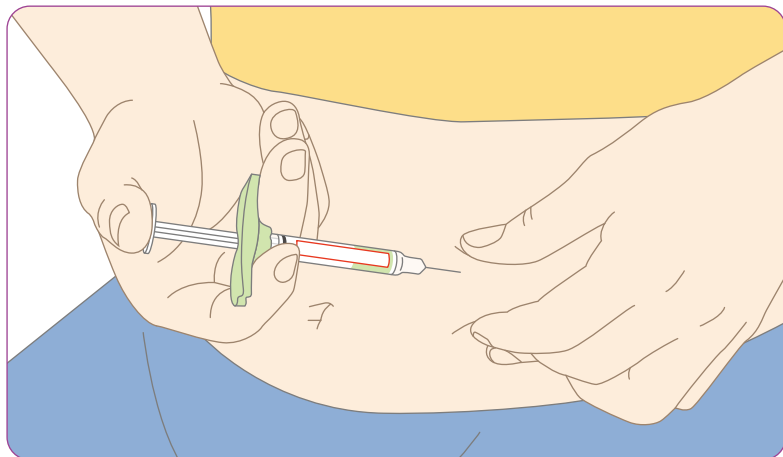
● 注射した部位をもむと腫れることがあるので、もまないでください。



注射のしかた(シリンジ) 腹部

腹部への注射

● 前から見た腹部への注射のしかた



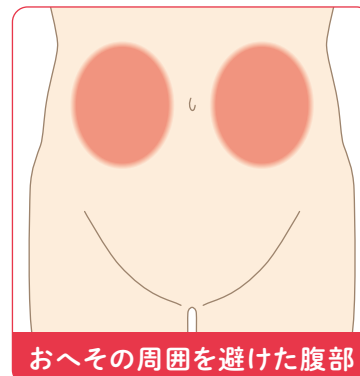
消毒した腹部の皮膚をしっかり持ち上げて、皮膚に対して注射針を斜め30度から60度の角度で刺します。このとき、針が全部見えなくなり、根元まで入っていることを確認してください。そのままシリンジをしっかり持ち、同じ角度を保ちながら、内筒を最後までゆっくりと押し切ります。



● 内筒が硬くて押せないなど、抵抗を感じる場合は、無理に注射しないで、医療機関に連絡してください。

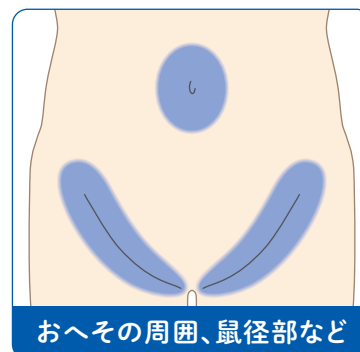
注射すべき部位

- 前回と同じ場所には注射しないでください。
- 前回の注射部位から3cm以上離れたところに注射してください。

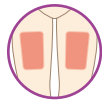


避けるべき部位

- 皮膚が赤い、傷がある、硬くなっている部位には注射しないでください。

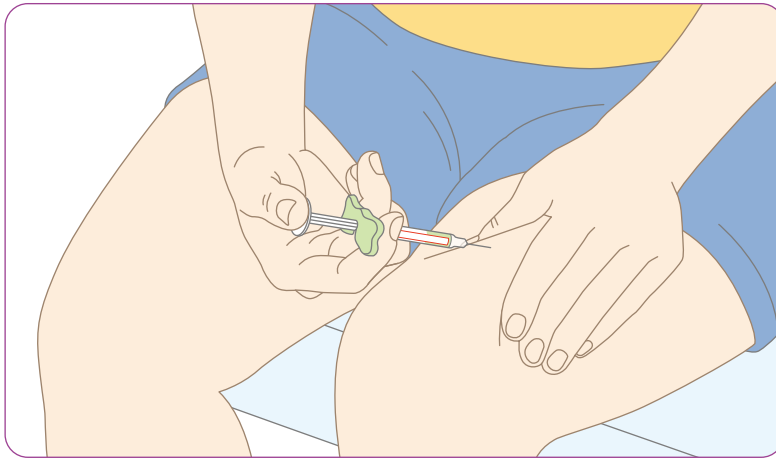


注射のしかた(シリンジ) 大腿部



大腿部(太もも)への注射

大腿部に注射する場合は、シリンジを押し付けず、もう片方の手で皮膚をしっかりと持ち上げて注射してください。



消毒した大腿部の皮膚をしっかりと持ち上げます。皮膚に対して注射針を斜め30度から60度の角度で刺します。このとき、針が全部見えなくなり、根元まで入っていることを確認してください。そのままシリンジをしっかりと持ち、同じ角度を保ちながら、内筒を最後までゆっくりと押し切ります。

※注射方法は、必ず主治医の指示に従ってください。

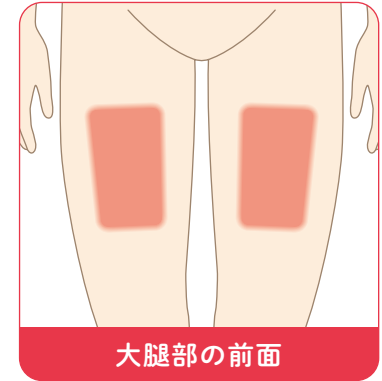


- やせている方で大腿部の皮下脂肪が著しく少ない方には、この注射方法は推奨できません。



注射すべき部位

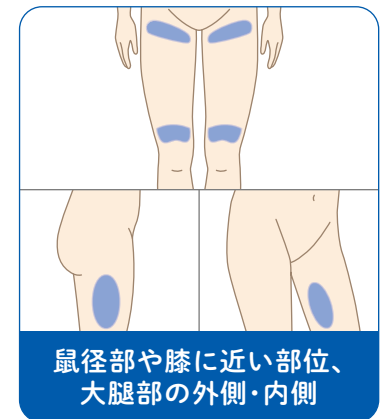
- 前回と同じ場所には注射しないでください。
- 前回の注射部位から3cm以上離れたところに注射してください。



大腿部の前面

避けるべき部位

- 皮膚が赤い、傷がある、硬くなっている部位には注射しないでください。



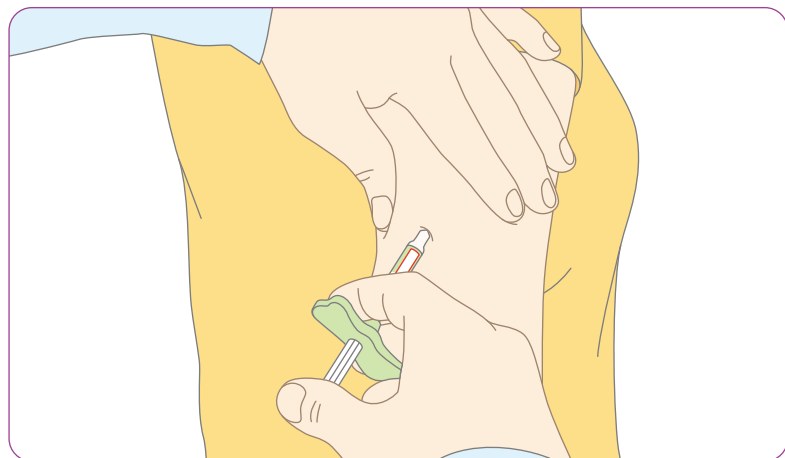
鼠径部や膝に近い部位、
大腿部の外側・内側

注射のしかた(シリンジ) 上腕部



上腕部への注射

上腕部への注射は力こぶができない側に行うため、自己注射には適していません。
医療機関もしくはご家族の方に注射をお願いしてください。



ご家族の方が、消毒した上腕部(力こぶができない側のやわらかい部位)の皮膚をしっかり持ち上げます。皮膚に対して注射針を斜め30度から60度の角度で刺します。このとき、針が全部見えなくなり、根元まで入っていることを確認してください。

そのままシリンジをしっかり持ち、同じ角度を保ちながら、内筒を最後までゆっくりと押し切ります。

※注射方法は、必ず主治医の指示に従ってください。

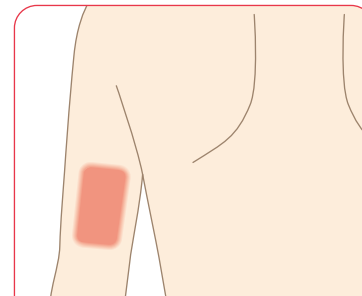


- やせている方で上腕部の皮下脂肪が著しく少ない方には、この注射方法は適しません。



注射すべき部位

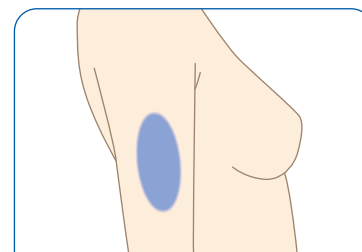
- 前回と同じ場所には注射しないでください。
- 前回の注射部位から3cm以上離れたところに注射してください。



上腕部のやわらかい部位
(力こぶができない側)

避けるべき部位

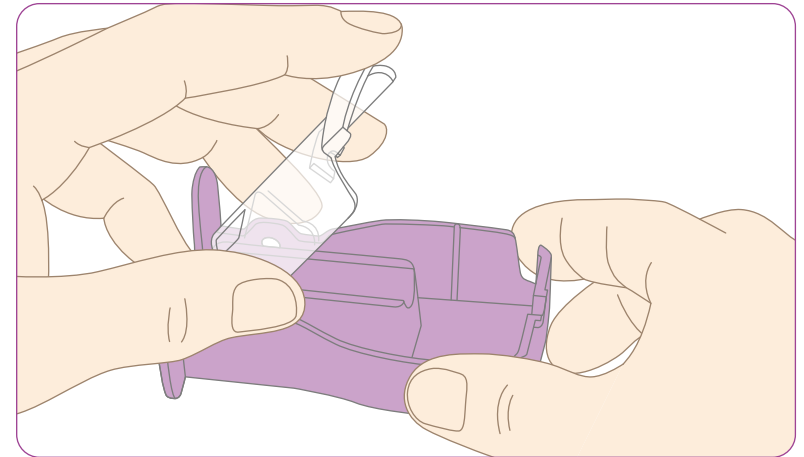
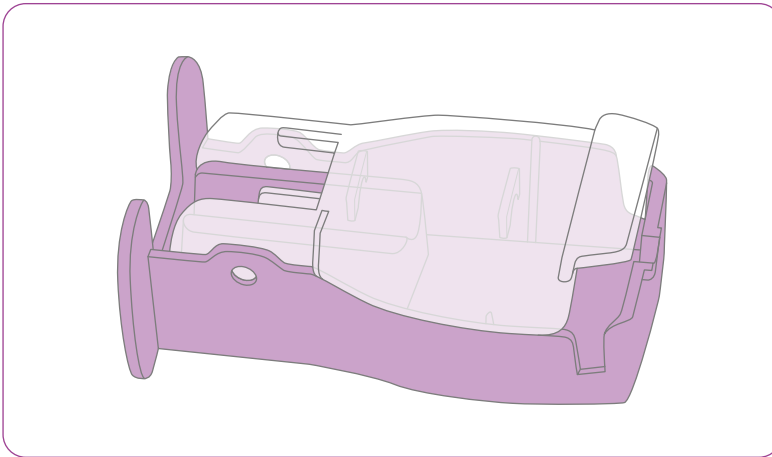
- 皮膚が赤い、傷がある、硬くなっている部位には注射しないでください。



上腕部の外側

注射のしかた(シリンジ) 注射補助具(アクテミー)を使う場合

注射補助具(アクテミー)が必要な方は、医療機関にお問い合わせください。



自己注射を安全に行っていただくためのサポートとして、アクテムラ専用自己注射補助具(アクテミー)があります。

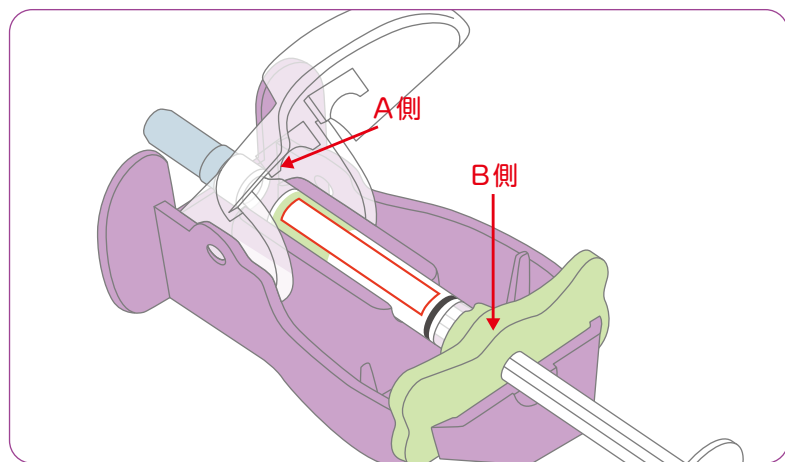
アクテミーをご使用いただくことで、以下が可能になります。

- 針キャップを安全にはずす
- 注射する際にシリンジを固定する
- 注射針が入る深さを一定にする

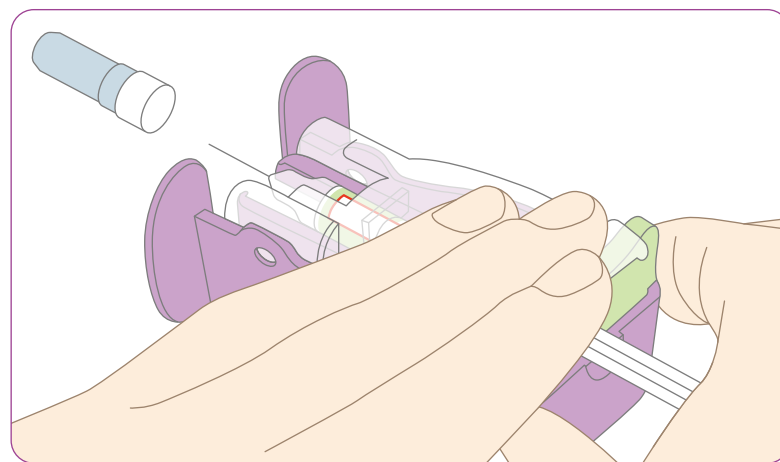
- 1 注射補助具をテーブルなどの広く安定した場所に置き、本体をしっかりと押さえて、プッシュカバーを開きます。



● 注射補助具は、腹部または大腿部に注射する際のみ、ご使用ください。



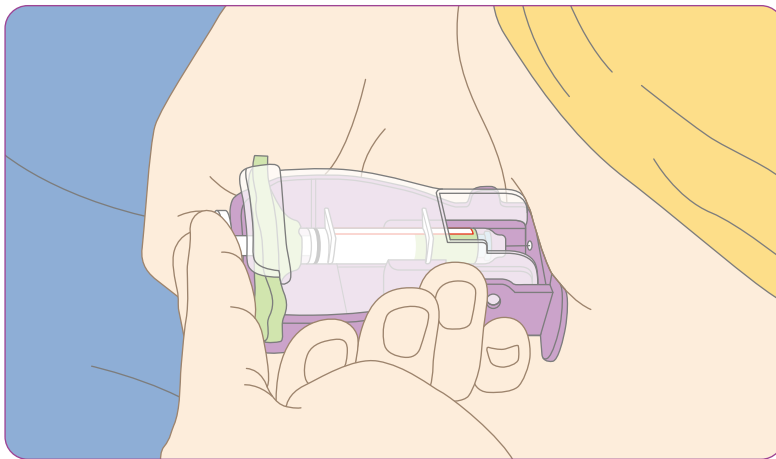
- 2 針キャップを付けたままシリンジを斜めに差し込み、針先をA側に置き、次に黄緑色のフランジ(つばもと)をB側の溝に置きます。



- 3 本体をしっかり押さえながらプッシュカバーを下げ、しっかり閉じると針キャップがはずれます。

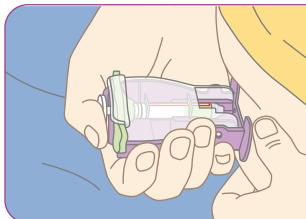
注射のしかた(シリンジ) 注射補助具(アクテミー)を使う場合

注射補助具(アクテミー)が必要な方は、医療機関にお問い合わせください。

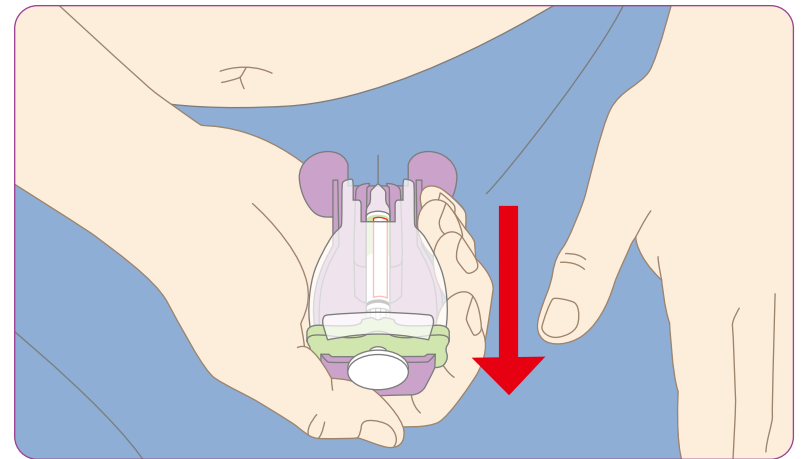


4 消毒した皮膚をしっかりと持ち上げて、注射補助具をしっかりと持って注射針を皮膚に対して90度の角度でまっすぐ刺します。このとき、針が全部見えなくなり、根元まで入っていることを確認してください。

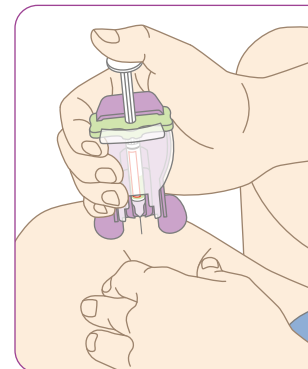
そのまま注射補助具をしっかりと持ち、もう片方の手で同じ角度を保ちながら、内筒を最後までゆっくりと押し切ります。



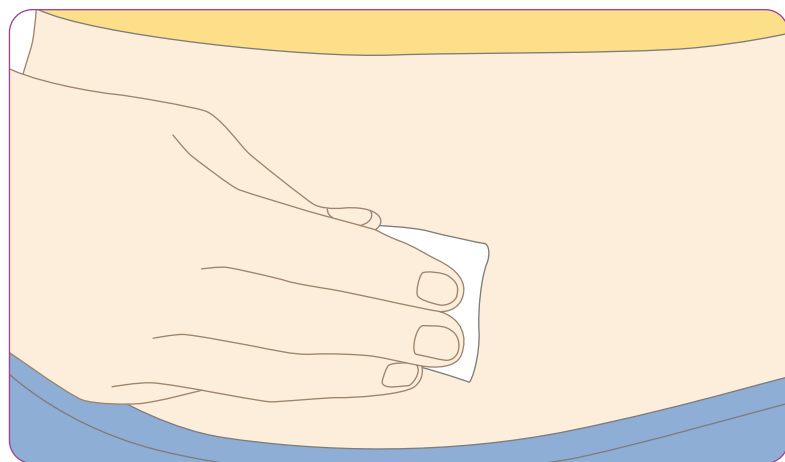
注射補助具を持った手の指で内筒を押し、片手で注射することもできます。



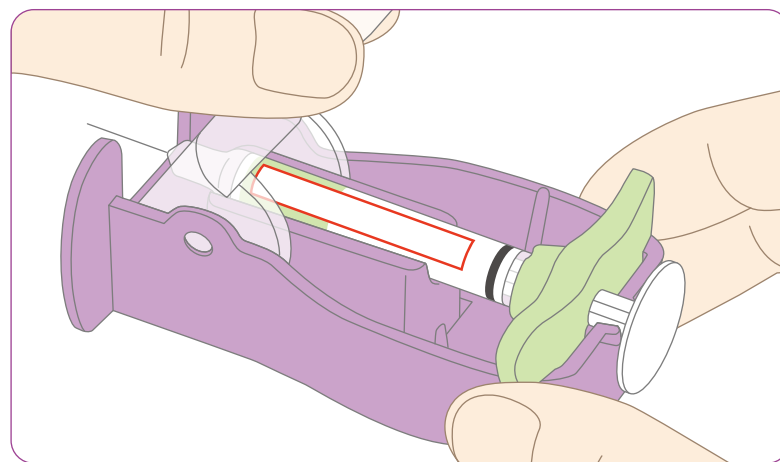
5 注射が終わったら、注射補助具を、刺したときと同じ角度でまっすぐ引き抜きます。



- アクテミーを使用して大腿部へ注射することもできます。大腿部への注射の場合は、皮下脂肪内に確実に注射できるように片手でしっかりと皮膚を持ち上げて注射を行ってください。
- やせている方で大腿部の皮下脂肪が著しく少ない方には、この注射方法は推奨できません。



- 6 注射針を抜いた後、注射部位を新しいアルコール綿で10秒間ほど押さえます。
アルコール綿をはずして、注射部位から血が出ていないことを確認し、注射は終了です。
腫れがひかない、出血が止まらないなどの異常がみられたら、医療機関に連絡してください。



- 7 注射補助具を広く安定した場所に置き、本体をしっかりと押さえて、プッシュカバーを開きます。セットしたときと逆の手順で、まずシリンジのフランジ(つばもと)を溝からはずし、シリンジを斜めにして取り出します。このとき、危険ですので針先に触れないように十分注意してください。



- 注射した部位をもむと腫れることがあるので、もまないでください。



注射が終わったら(シリンジ)

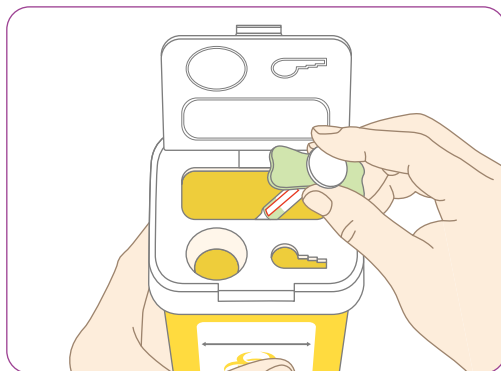
シリンジの廃棄

※廃棄ボックスには、使用済みのシリンジが約10本収納できます。

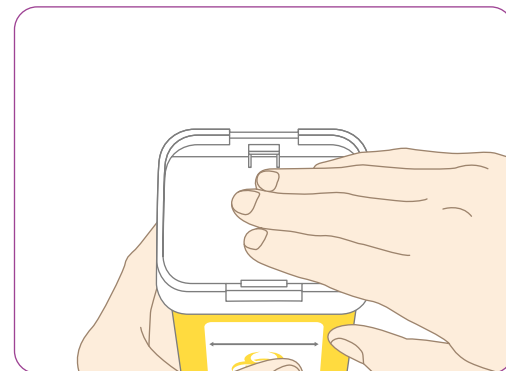
使い終わったシリンジは、廃棄ボックスにすぐに廃棄します。



① 廃棄ボックスのフタを開けます。



② 廃棄口に使用済みのシリンジと針キャップを入れてください。このとき針側の先端には触れないでください。



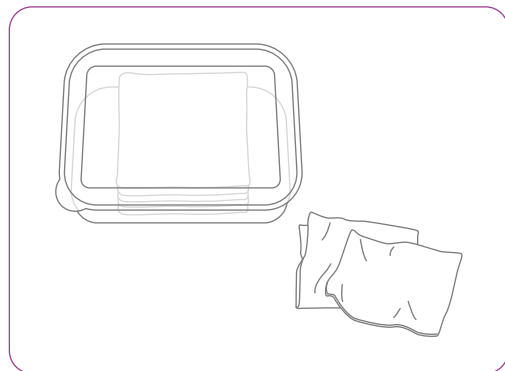
③ シリンジ、針キャップを廃棄ボックスに入れたら、フタを閉じてください。



- 針刺し事故を防ぐため、針キャップはシリンジに戻さず、そのまま廃棄ボックスに入れてください。
- 使用済みのシリンジは医療廃棄物です。絶対にご自分で廃棄せず、主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示に従って処理し、取り扱いには十分注意してください。ご家族、特に小さなお子さんがさわらないようにご注意ください。



- フタは完全に閉じるとロックされ、開かなくなります。医療機関へ持参するときまでは、完全に閉じないように気をつけて使用してください。



- 4 使用済みのアルコール綿は、主治医、看護師、薬剤師または医療機関の指示が特にない限り、家庭ごみとして各市区町村の収集方法に従って捨ててください。

注射が終わったら(シリンジ)

体調をチェックし、注射の記録をつけましょう

注射の記録

注射が終わったら、注射した日時と注射した部位を体調チェック表に記録します。この記録により、次回の注射予定日や注射部位を確認することができます。

なお、通院時には体調チェック表を持参しましょう。

記録例

※ご本人が記入できない場合は、ご家族や代理の方がご記入ください。

第1週

使用日	使用方法		からだの状態						検査値・その他	
	点滴	皮下注射	皮下注射の注射部位	体温	SpO ₂	せき・痰	息切れ	胸の痛み	注射部位の異常	[吐き気、下痢、動悸、皮疹やかゆみなど] 必要に応じてご記入ください
7/2 (月)		<input type="radio"/>		36.5℃	98				少し赤くなった	
7/3 (火)			右	36.7℃	97	<input type="radio"/>				くしゃみがでる
7/4 (水)			左	36.0℃	99					
/ ()			腕	℃						
/ ()			膝部 腹部	℃						
/ ()			大腿部 大腿部	℃						
/ ()				℃						
/ (日)				℃						

注射した部位をチェックします。

注射部位に反応や異常がみられた場合は記入します。

健康状態を記録します。
また、注射に関して気になることがある場合は記入します。



- 注射後に体調の不良がみられた場合は、すぐに医療機関に連絡してください。発熱、吐き気、発疹、腫れ、かゆみ、出血などが発現する可能性があります。
- 自己注射を実施している場合でも、体調の変化を確認し適切な治療を行うために、定期的に主治医の診察を受けることが必要です。

MEMO

Q&A

よくあるご質問をご参照ください。

Q 注射する時間帯に決まりはありますか？

A 注射する時間は特に定められていません。
ただし、注射を忘れないようにするために、毎回同じ時間に決めておいたほうがよいでしょう。

Q 注射の前に体調の変化があったら、どうしたらよいですか？

A かぜ気味である、熱っぽいなど、体調に変化を感じた場合は注射をやめて、主治医に連絡し指示を受けてください。

Q どのような体調に注意したらよいですか？

A 注射の前後にかかわらず、せきやたんが出るといった症状には特に注意してください。症状があらわれたら、すぐに主治医に連絡してください。

Q 注射の予定日に注射できなかった場合は？

A 主治医または看護師に連絡して指示を受けてください。

オートインジェクターの注入ボタン
(緑色)が押せない場合は、
どうしたらよいですか？

Q

A

安全カバー(赤い部分)が注射部位にしっかり押しあてられていない可能性があります。安全カバーの紫の部分が見えなくなるまで押しあてると、注入ボタンを押すことができます。

薬液が目や傷口に
入ってしまったら？

Q

A

薬液が目などの別の部位に入ってしまった場合は、すぐに水で洗い流し、しばらく様子を見てください。いつもと違うと感じた場合は、主治医に連絡し指示を受けてください。

注射した部位が腫れたり、
かゆくなってしまったときには？

Q

A

主治医に連絡して指示を受けてください。

もしものときの連絡先を控えておきましょう。

お名前

緊急連絡先 ()

医療機関名

主治医 先生

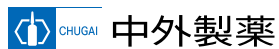
電話番号 ()

自己注射開始日 年 月 日

自己注射の手技に関するお問い合わせ

アクテムラ®自己注射 サポートセンター ☎ 0120-229-790 24時間受付・通話無料

すべての革新は患者さんのために



Roche ロシュ グループ

ACT0394.09
2023年4月改訂