Eich canllaw i TRURAPI® ▼

Inswlin fel rhan 100uned/mL

Mae'r llyfryn hwn wedi'i fwriadu ar gyfer pobl â diabetes sydd wedi cael eu rhagnodi â Trurapi®.

SANOFI

Cynnwys

Beth yw Trurapi®? 3

Defnyddio Trurapi® 4

Sut ydw i'n defnyddio fy inswlin? 5

Sgîl-effeithiau posibl a'u rheoli 8

Meddyginiaethau eraill a Trurapi® 10

Rhai cysylltiadau a allai fod yn ddefnyddiol i chi 11

Fy nghysylltiadau 12

Nodiadau 13

Mae'r llyfryn hwn wedi cael ei gynllunio i'ch cynorthwyo mewn defnyddio Trurapi®. Mae'n cael ei fwriadu'n unig fel cymorth i'r cyngor gan eich meddyg neu nyrs ac nid yw'n cymryd lle'r daflen wybodaeth i gleifion, felly darllenwch y daflen honno ochr yn ochr â'r llyfryn hwn.

Beth yw Trurapi®?

Rydych chi wedi cael eich rhagnodi â Trurapi®, sy'n feddyginiaeth fydd yn eich helpu i reoli'r lefel o siwgr yn eich gwaed ar adegau prydau bwyd.

Mae Trurapi® yn fath o inswlin sy'n gweithredu'n gyflym. Mae'n gallu cael ei gymryd ychydig cyn neu'n fuan ar ôl pryd o fwyd i reoleiddio lefelau siwgr (glwcos) yn y corff i oedolion a phlant 1 oed neu drosodd â naill ai diabetes Math 1 neu fath 2.

Wrth i lefelau glwcos gwaed godi ar ôl bwyta pryd o fwyd, mae'r pancreas fel arfer yn cynhyrhu 'chwistrelliad' sydyn o inswlin sy'n gweithredu'n gyflym i ddod â lefelau glwcos gwaed yn ôl i normal. Mae Trurapi® yn gweithio'n gyflym ond am amser byr yn unig i ddynwared y chwistrelliad inswlin hwn.

Defnyddio Trurapi®

Mae Trurapi® ar gael mewn piniau tafladwy wedi'u llenwi ymlaen llaw a chetris i'w ddefnyddio â phin ailddefnyddadwy. Dylai'ch nyrs neu feddyg diabetes siarad â chi am ba un o'r opsiynau sy'n iawn i chi a sut i'w ddefnyddio.

Bydd yr wybodaeth yn yr adran hon yn helpu i gadw'ch inswlin mewn cyflwr da wrth ei storio'n gywir.

Gwiriwch y dyddiad dod i ben

Cyn defnyddio Trurapi®, gwiriwch y label bob tro i sicrhau bod gennych yr inswlin cywir ac nad yw wedi mynd heibio i'w ddyddiad dod i ben. Mae'r dyddiad dod i ben i'w ganfod ar y pin, cetrisen neu ffiol a'i flwch allanol.

Y nodwydd gywir i chi.

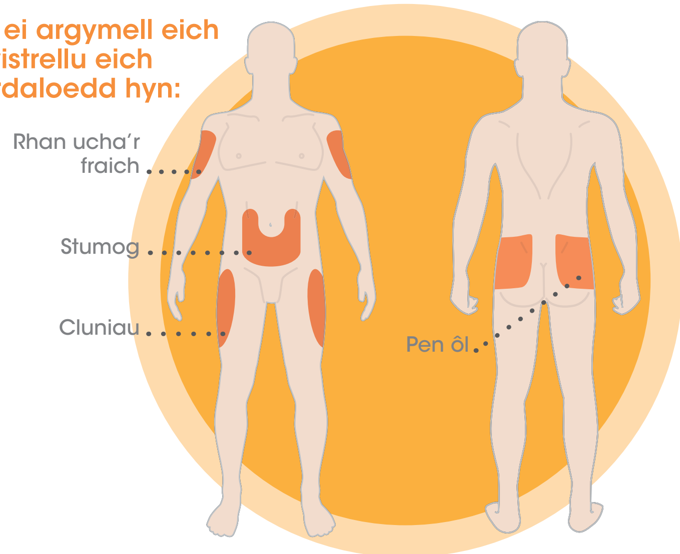
Gall eich SoloSTAR® neu ddyfais cetrisen gael eu defnyddio gydag amrywiaeth o nodwyddau tafladwy o feintiau gwahanol. Mae'r nodwyddau'n fach i leihau unrhyw anghysur. Bydd eich meddyg neu nyrs yn dewis y maint cywir o nodwydd i chi.

Sut ydw i'n defnyddio fy inswlin?

Mae Trurapi® yn doddiad clir a ddylai gael ei chwistrellu ychydig cyn bwyta pryd o fwyd neu'n fuan ar ôl pryd o fwyd.

Mae'n hanfodol i wirio eich bod yn defnyddio'r inswlin cywir bob tro rydych chi'n chwistrellu. Bydd eich nyrs neu feddyg diabetes yn siarad â chi am sut a lle i chwistrellu'ch inswlin. Byddant yn helpu i addasu'r dos i ateb eich gofynion.

Mae'n cael ei argymell eich bod yn chwistrellu eich hun yn yr ardaloedd hyn:



Mae Trurapi® i'w chwistrellu o dan y croen. Peidiwch byth â chwistrellu eich hun yn uniongyrchol i wythïen neu gyhyr. Mae Trurapi® yn addas i chwistrellu o dan y croen yn unig. Siaradwch â'ch meddyg os oes angen i chi chwistrellu'ch inswlin trwy ddull arall.

Gyda phob chwistrelliad, newidiwch y fan chwistrellu o fewn yr ardal benodol o groen rydych chi'n ei defnyddio. Gall hyn leihau'r risg o ddatblygu lympiau neu'r croen yn mynd yn dyllog. Y lleoedd gorau i roi chwistrelliad i'ch hun yw: blaen eich gwasg (abdomen), rhan ucha'r fraich neu flaen eich cluniau. Bydd yr inswlin yn gweithio'n gyflymach os byddwch chi'n chwistrellu i mewn i flaen eich gwasg (abdomen), Dylech fesur siwgr eich gwaed yn rheolaidd bob amser.

Cetris

Dylai'ch nyrs neu feddyg diabetes siarad â chi am ba un o'r piniau hyn sy'n iawn i chi a sut i'w ddefnyddio.

Mae'r cetris yn cynnwys 3ml o doddiad ac maen nhw'n gallu cael eu rhoi i mewn i'r pin AllStar®PRO neu bin ailddefnyddadwy JuniorStar®.

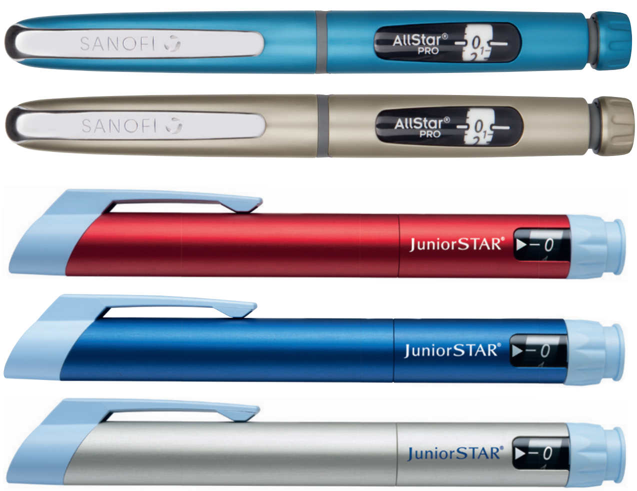
Cyn defnyddio am y tro cyntaf, dylai cetris Trurapi® gael eu storio yn eu cartonau allanol mewn oergell rhwng 2*C a 8*C. Ni ddylent gael eu rhewi ac mae'n rhaid eu cadw allan o wres a golau uniongyrchol.

Cyn rhoi cetrisen i mewn i'ch pin inswlin, gadewch hi ar dymheredd ystafell am awr neu ddwy i gynhesu ychydig. Gwiriwch i sicrhau bod y getrisen yn gyfan a bod y toddiad yn ymddangos fel hylif clir heb ddim gronynnau solet.

Wrth gael ei ddefnyddio, peidiwch â rhoi eich pin sy'n dal cetrisen yn ôl yn yr oergell na'i adael unrhyw le uwchben 30*C ond cadwch hwy yn eu carton allanol i'w diogelu rhag golau. Ar ôl ei agor, mae'ch inswlin yn gallu cael ei ddefnyddio am hyd at 28 diwrnod yn unig. Felly, ysgrifennwch y dyddiad defnyddio erbyn ar y label i'ch helpu i gofio a thaflwch unrhyw inswlin sydd ar ôl yn y getrisen ar ôl pedair wythnos.

Mae piniau AllStar®PRO a JuniorSTar® i'w cael o'ch clinig diabetes.

Maer cyfarwyddiadau ar sut i ddefnyddio'r piniau AllStar®PRO a JunioStar® i'w canfod yn y Daflen Wybodaeth i Gleifion o fewn y carton.



Piniau wedi'u llenwi ymlaen llaw

Mae piniau tafladwy SoloSTAR® yn cynnwys `unedau' o Trurapi®. Cyn eu defnyddio am y tro cyntaf, storiwch eich piniau yn eu carton allanol mewn lle claear, megis yn yr oergell. Bydd rhewi'n niweidio'r inswlin felly cadwch hwy i ffwrdd o'r rhewgell neu unrhyw becynnau rhewi.

Pan gymerwch bin newydd allan o'r oergell, gadewch ef ar dymheredd ystafell am awr neu ddwy iddo gynhesu ychydig cyn ei ddefnyddio. Cyn gynted a'ch bod wedi cymryd pin allan o'r oergell i'w ddefnyddio, neu fel un sbar, mae'n gallu cael ei ddefnyddio am 28 diwrnod. Yn ystod yr amser hwn, peidiwch â'i roi yn ôl yn yr oergell; cadwch ef ar dymheredd ystafell ond heb fod yn gynhesach na 30*C. Cofiwch beidio â'i adael yn unrhyw fan lle gallai orboethi a sicrhewch ei fod yn cael ei ddiogelu rhag golau.

Ar ôl, 28 diwrnod, taflwch y pin SoloSTAR® rydych chi'n ei ddefnyddio, hyd yn oed os yw'n dal i gynnwys rhywfaint o inswlin, a dechreuwch ddefnyddio pin newydd. Peidiwch â defnyddio piniau SoloSTAR® ar ôl y dyddiad dod i ben wedi'i argraffu ar label neu garton y pin.

Mae cyfarwyddiadau ar sut i ddefnyddio'r pin SoloSTAR® tafladwy i'w ganfod yn y Daflen Wybodaeth i Gleifion o fewn y carton.

Sgîl-effeithiau posibl a'u rheoli

Fel pob meddyginiaeth, gall Trurapi® achosi rhai sgîl-effeithiau. Mae'n bwysig i fod yn ymwybodol ohonynt. Am restr lawn o'r sgîl-effeithiau, darllenwch y Daflen Wybodaeth i Gleifion. Os oes gennych unrhyw gwestiynau am sgîl-effeithiau, siaradwch â'ch meddyg neu nyrs.

Sgîl-effeithiau posibl.

Hypoglycemia (siwgr gwaed isel)
Os ydych chi'n cymryd Trurapi® mae siawns bob tro y gallech chi gael hypoglycemia (2hypo"). Mae hyn yn digwydd pan fydd eich lefelau glwcos gwaed yn mynd yn rhy isel ac mae rhy ychydig o glwcos yn y gwaed ar gyfer anghenion eich corff.

Bydd eich meddyg neu nyrs yn esbonio sut y gallwch adnabod arwyddion o hypoglycemia a sut i gywiro'ch lefelau glwcos gwaed (gweler y dudalen nesaf am ragor o wybodaeth).

Arwyddion o hypoglycemia

Mae'r rhain yn gallu cynnwys:

- Chwysu, crynu, nerfusrwydd, teimlo'n benysgafn, teimlo awydd am fwyd, crychlamiadau

Os byddwch chi'n sylwi ar unrhyw un o'r arwyddion hyn, mae'n bwysig i chi drafod hyn â'ch meddyg neu nyrs a chyfeiriwch at y cyngor a roddir ganddynt hwy bob tro.

Beth i'w wneud os ydych chi'n adnabod unrhyw arwyddion o hypoglycemia?

Bwytwch neu yfwch rywbeth uchel mewn siwgr, cyn gynted â phosibl. Bydd hyn yn helpu i godi glwcos eich gwaed. Mae'r canlynol yn ffynonellau da o siwgr:

- Tabledi glwcos, sudd ffrwyth, melysion caled:

Osgowch gacennau, bisgedi a siocled os yn bosibl
Mae gan y bwydydd hyn ddigon o siwgr, ond llawer o fraster hefyd, felly gallant beidio â gweithio gystal oherwydd bod y braster yn arafu amsugno'r siwgr.

Mesurwch lefelau glwcos gwaed a gorffwyswch
Os yn bosibl, dylech fesur eich lefelau glwcos gwaed a gorffwys.

Os nad yw'r arwyddion o hypoglycemia yn mynd i ffwrdd ar ôl 15-20 munud
Cymerwch ragor o siwgr. Cyn gynted â'ch bod yn teimlo'n well, byddwch yn siwr o fwtya'ch prydau fel y byddech yn arferol i gadw lefelau glwcos eich gwaed i fyny.

Arwyddion o hypoglycemia mwy difrifol

Gall y rhain gynnwys y canlynol:

- Pendro, blinder, cur pen, dryswch, diffyg canolbwyntio, llefaru bloesg, gweld yn anneglur neu ymddygiad a allai gael ei gamgymryd am feddwdod

Os byddwch chi'n sylwi ar unrhyw un o'r arwyddion mwy difrifol hyn, ceisiwch gymorth meddygol ar unwaith.

Sgîl-effeithiau posibl eraill

Newidiadau i'r croen ar fan y chwistrelliad
Mae'r rhain yn gallu digwydd os byddwch chi'n chwistrellu'ch inswlin yn rhy aml yn yr un man. Gall meinweoedd brasterog o dan y croen yn y fan grebachu neu dewhau. Dylai'r man chwistrellu gael ei gylchdroi i atal newidiadau i'r croen fel lympiau o dan y croen. Gall yr inswlin beidio â gweithio gystal os byddwch chi'n chwistrellu i ardal lympiog. Cysylltwch â'ch meddyg os ydych chi'n chwsitrellu i ardal lympiog ar hyn o bryd cyn i chi ddechrau chwistrellu i ardal wahanol. Gall eich meddyg ddweud wrthych i wirio'ch siwgr gwaed yn agosach ac i addasu'ch inswlin neu'ch meddyginiaeth gwrth-ddiabetig arall.

Adweithiau Alergaidd Difrifol
Ceisiwch gyngor meddygol ar unwaith os yw arwyddion o alergedd yn lledu i rannau gwahanol o'ch corff neu os nad ydych chi'n teimlo'n dda yn sydyn, yn dechrau chwysu, teimlo'n benysgafn, cael anhawster i anadlu a churiad calon cyflym gan y gall y rhain ddangos adwaith alergaidd difrifol.

Adweithiau Alergaidd Lleol
Gallwch brofi adweithiau yn, ac o gwmpas, man y chwistrelliad (fel cochi, poen ar chwistrellu, cosi, llosg danadl, chwyddo neu lid). Mae'r rhain fel arfer yn diflannu ar ôl ychydig wythnosau o ddefnyddio'ch inswlin. Os nad ydynt yn diflannu, neu os ydynt yn lledu ar hyd eich corff, siaradwch â'ch meddyg ar unwaith.

Meddyginiaethau eraill a Trurapi®

Dywedwch wrth eich meddyg, fferyllydd neu nyrs os ydych chi'n cymryd, wedi cymryd yn ddiweddar neu y gallech chi gymryd unrhyw feddyginiaethau eraill. Mae rhai meddyginiaethau yn gallu newid lefel siwgr eich gwaed. Gall hyn olygu bod rhaid i'ch dos inswlin newid. Felly, cyn cymryd meddyginiaeth gofynnwch i'ch meddyg os bydd yn effeithio ar siwgr eich gwaed a pha weithredu, os o gwbl, mae angen i chi ei gymryd. Mae angen i chi hefyd fod yn ofalus pan fyddwch yn rhoi'r gorau i gymryd meddyginiaeth.

Rhai a allai fod yn ddefnyddiol i chi

Diabetes UK

Tel: 0345 123 2399

Gyrru â diabetes

DVLA
www.gov.uk/diabetes-driving 0300 790 6806

Byw'n iach

Cymorth GIG mewn rhoi'r gorau i ysmygu
Tel: 0300 123 1044

Fy nghysylltiadau

Nyrs diabetes

Enw:

Tel:

Meddyg arbenigol diabetes

Enw:

Tel:

Meddyg Teulu

Enw:

Tel:

Deietegydd

Enw:

Tel:

Ceiropodydd/Podiatrydd

Enw:

Tel:

Nyrs gymunedol

Enw:

Tel:

Fferyllydd

Enw:

Tel:

Arall

Enw:

Tel:

Nodiadau

Nodiadau

Nodiadau

Mae’r llyfryn hwn wedi’i fwriadu ar gyfer pobl â diabetes sydd wedi cael eu rhagnodi â Trurapi®.

Adrodd am sgîl-effeithiau: Os byddwch chi’n profi unrhyw sgîl-effeithiau, siaradwch â’ch meddyg, fferyllydd neu nyrs. Mae hyn yn cynnwys unrhyw sgîl-effeithiau posibl sydd ddim wedi’u rhestru yn nhaflen y pecyn. Gallwch chi hefyd adrodd am sgîl-effeithiau’n uniongyrchol trwy’r cynllun Cerdyn Melyn yn **www.yellowcard.mhra.gov.uk.**

Dylai sgîl-effeithiau gael eu hadrodd i Sanofi hefyd. Tel **0800 090 2314** neu e-bostiwch i**Uk-drugsafety@sanofi.com**

Trwy adrodd am sgîl-egffeithiau, rydych chi’n gallu helpu i ddarparu rhagor o wybodaeth ar ddiogelwch y feddyginiaeth hon.

▼Mae’r feddyginiaeth hon yn destun monitro ychwanegol. Bydd hyn yn caniatáu adnabod gwybodaeth diogelwch newydd yn gyflym.

Gwybodaeth Feddygol Sanofi: **08000 35 25 35**
Sanofi, 410 Thames valley Drive, Reading, Berkshire, RG6 1PT

Dyddiad paratoi: Rhagfyr 2021 | MAT-GB-2103281(v1.0)