

Verensokerin mittaaminen: Pistämisohje

Verensokerin mittamiseen tarvittava kapillaariverinäyte voidaan ottaa eri kohdista kehoa. Verensokerimittareiden ensisijainen näytetyyppi on sormenpää. Yleensä se otetaan sormenpään reunasta, ei kuitenkaan liian läheltä kättä, koska siinä on enemmän verisuonia. Huom. vaihtoehtoisesta paikasta mitattu verensokeri ei aina välttämättä ole sama kuin sormenpäätästä mitattu. Näytteen ottaminen sormenpäätästä kts. myös ohje Valmistautuminen näytteenottoon.

- Varmista** että kätesi ole lämpimät, jolloin verenvirtaus on hyvä riittävän verimäärän saamiseksi.
Hiero valitsemaasi sormea kämmenestä sormepäähän suuntautuvin liikkein. Tai lämmitä sormea lämmimässä vedessä 3-10 minuuttia juuri ennen näytteenottoa.
Pese ja kuivaa kädet hyvin. Älä käytä desinfektioainetta.



Laita pistolaite valmiiksi. Käytä uutta steriiliä lansettia pistolaitteessa Jos lansettia käytetään useamman kerran, se voi vahingoittua ja kudosisä vaurioitua Älä koskaan pistä pelkällä lansetilla ilman pistolaitetta.

Valitse pistolaitteen pistonsyvyys ja lansetin koko (ihon paksuuden mukaan) niin, että saat riittävän määrän verta sen omalla paineella. Aloita pienemmästä pistosyvyydestä löytääksesi itsellesi sopivin. Paras pistosyvyys saattaa vaihdella sormen mukaan

Valitse näytteenottoa. Ota näyte sormenpään reunasta.

Paina pistolaitetta tukevasti sormea vasten ja ota näyte. (Mitä voimakkaammin pistolaitetta painetaan sormea vasten, sitä syvempi on pisto).



Huom! Älä pistä samaan kohtaan kahta kertaa peräkkäin. Vaihtelee sormia pistoskohtia, säästä peukaloa ja etusormea, ettei muodostu kovettumia.

Suosittelavaa on pyyhkiä ensimmäinen pisara pois, ja suorittaa mittaus toisesta pisarasta mahdollisimman nopeasti. Ensimmäinen pisara saattaa sisältää kudosisä nestettä, joka vaikuttaa mittaustulokseen. On tärkeää, ettei sormea näytteen saamiseksi puristella ja ”lypsetä”, tällöin saatava tulos saattaa olla todellista arvoa matalampi.

