如何
在家
注射CLEXANE®
(enoxaparin sodium)

患者指南

本手冊是由賽諾菲製作及出資，
供獲開立 Clexane 的患者使用

SANOFI

目錄

簡介	3
您的數位資源	4
為何我需要 **CLEXANE**？	5
我該如何得知自己是否患有 **DVT** 或 **PE**？	7
我該如何使用 **CLEXANE**？	8
我該如何注射 **CLEXANE**？	9
該做什麼和不該做什麼	13
注意事項	15
有關您問題的解答	17
請記錄您的注射資訊	19
其他資訊	24

簡介

您的護士或醫生可能已在醫院向您示範過該如何自行注射 CLEXANE。您可能也已觀賞過有關注射方式技巧的影片。

本手冊為您提供了一些有關在家進行注射的簡單說明。本手冊旨在供您留存以方便您作為提醒之用。

您也可將與您的注射有關的詳細資訊記錄在本手冊的特別記錄表中。這將有助於您追蹤自己的注射情況。

本指南中的資訊旨不在取代您護士或醫生的建議。
如果您有任何疑問或者您不確定該如何注射 CLEXANE，
您的社區護士或醫生將可協助您。

通報副作用

如果您發生副作用，請洽詢您的醫生、藥劑師或護士。
這包括未列於藥品仿單上的任何可能副作用。
您也可直接透過黃卡 (Yellow Card) 方案通報副作用，
網址為 yellowcard.mhra.gov.uk，或在 Google Play 或
Apple App Store 中搜尋 MHRA Yellow Card。

透過通報副作用，您可協助提供更多與本藥物安全有關的資訊。

您的數位資源

您可在 VTEMatters 網站取得有關血栓形成和 CLEXANE 的資訊。

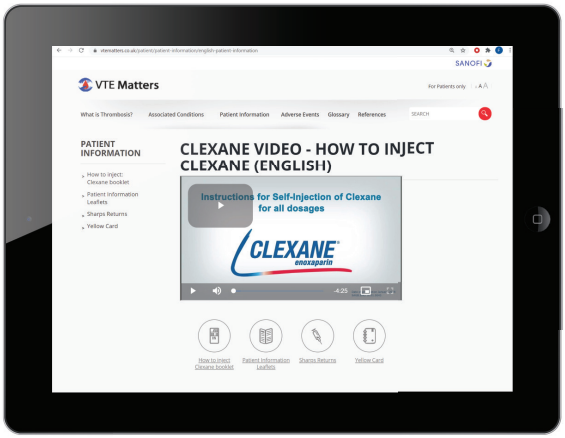
www.vtematters.co.uk/patient

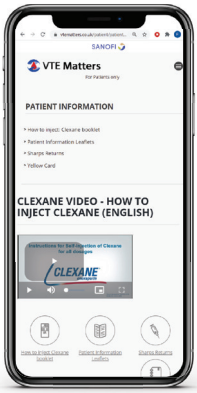
您可觀賞有關如何安全地自我注射 CLEXANE 的影片。

您可自我們的網站**下載本手冊**，以便在您需要時隨時參閱。

您也可取得有關**您所在地區的尖銳物品回收**的資訊。

這些資源以 18 種不同語言提供：英語、阿拉伯語、孟加拉語、希臘語、古吉拉特語、北印度語、立陶宛語、波蘭語、葡萄牙語、旁遮普語、羅馬尼亞語、俄語、簡體中文、繁體中文、索馬利族語、西班牙語、烏都語和威爾斯語。





為何我需要 CLEXANE？

什麼是 CLEXANE？

CLEXANE 已知是一種抗凝血劑，有助於降低血栓的風險（凝血是血栓的醫學名詞）。在某些情況下，此藥物可實際用於治療曾經罹患血栓的患者。

為何我需要 CLEXANE？

血栓可在體內的大靜脈中形成，通常發生於腿部。此病症的醫學名詞為深層靜脈栓塞 (Deep Vein Thrombosis)，（有時簡稱為 DVT）。由於 DVT 會導致可能相當嚴重的問題，故需要加以治療。

有時候，血栓可能會碎裂剝落並在血液中流竄。如果血栓停留在肺部，則可能會導致胸痛及呼吸困難等現象，且若是情況嚴重甚至可能會導致死亡。此病症的醫學名詞為肺栓塞 (Pulmonary Embolism, PE)。

誰有罹患血栓的風險？

有許多原因皆可能會使您罹患血栓的風險提高。

以下是一些最常見的原因：

- ☑ **年齡 – 一旦您年滿 40 歲之後，血栓的風險便會隨著您年齡的增長而增加**
- ☑ **使用複方口服避孕藥**
- ☑ **接受一些類型的荷爾蒙補充療法 (Hormone Replacement Therapy, HRT)**
- ☑ **某些心臟問題**
- ☑ **肥胖症**
- ☑ **如果您先前曾罹患 DVT**
- ☑ **手術（如膝關節置換、髖關節置換或腹部手術）**
- ☑ **靜脈曲張**
- ☑ **患有癌症並接受癌症治療**
- ☑ **懷孕**
- ☑ **長途旅行或活動範圍有限**

我該如何得知自己是否患有 DVT 或 PE？

DVT（深層靜脈栓塞）的早期徵兆

當您罹患深層靜脈栓塞時，您可能會發現您的單腿或雙腿發生下列任何一項徵兆：

- ☑ **小腿或大腿部位疼痛或觸痛**
- ☑ **腫脹、發紅或膚色改變**
- ☑ **小腿或大腿部位發熱**

有時候，您可能不會有任何明顯的徵兆，因而您可能無法得知自己患有 DVT。

PE（肺栓塞）的早期徵兆

如果您的肺部發生血栓（肺栓塞），您較有可能發現自己不對勁。您可能會發現下列一項或多項徵兆：

- ☑ **胸痛**
- ☑ **呼吸困難急促**
- ☑ **咳嗽（或咳血）**
- ☑ **心跳加快（或脈博率加快）**
- ☑ **呼吸急促**
- ☑ **疲勞**
- ☑ **發燒**

我該如何使用 CLEXANE？

CLEXANE 必須透過注射方式使用。您應在每天同一時間注射 CLEXANE。

您的護士或醫生將會告訴您，您的 CLEXANE 治療將會持續多久。

CLEXANE 有數種不同劑量，因此您的注射器可能會和本手冊中所示的注射器看起來有些微不同。

我該如何注射 CLEXANE？

您的護士或醫生應已向您展示過該如何使用 CLEXANE 注射器自行進行注射。在您嘗試自行注射之前，請務必瞭解正確的注射方式。如果您不確定，您應洽詢您的護士或醫生。

CLEXANE 有數種不同劑量，因此您的注射器可能會和本手冊中所示的注射器看起來有些微不同。

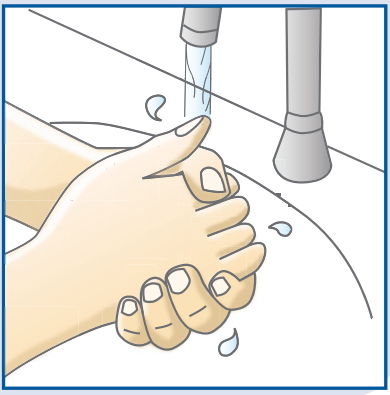
請記得，您可造訪 VTE Matters -
www.vtematters.co.uk/patient
觀看「如何在家注射 Clexane」影片

注射 CLEXANE 的步驟說明

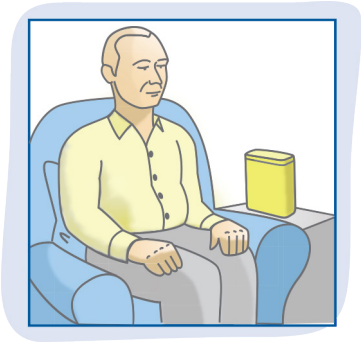
*備註：*如果下述說明與您的護士或醫生所提供給您的說明有出入，請遵循您護士或醫生的建議。

1 **首先，請使用肥皂和清水洗手。**

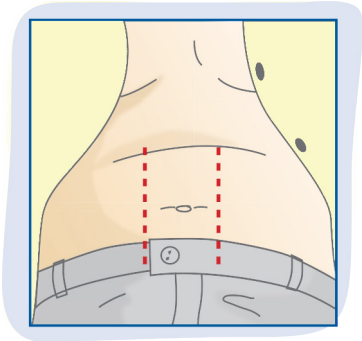
接著，請將手完全擦乾。



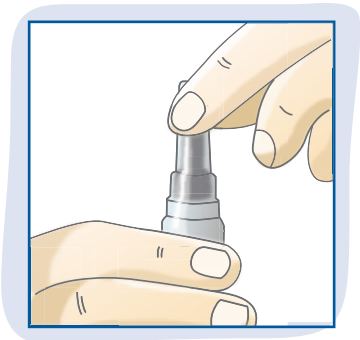
請以舒適的姿勢坐下或躺下，以便您可以看見您自己的腹部，也就是您即將進行注射的部位。不論您是在床上或扶手椅上，如果您可以使用靠墊或枕頭來支撐自己，這可能會對您有所幫助。請確認您的特殊安全棄置盒（有時稱為尖銳物品棄置盒）位於您隨手可及之處。



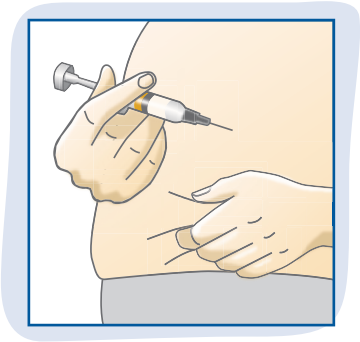
請選擇您腹部左邊或右邊的區域，並且朝您身體側邊向外，至少距離您的肚臍兩英吋。（如虛線所示）



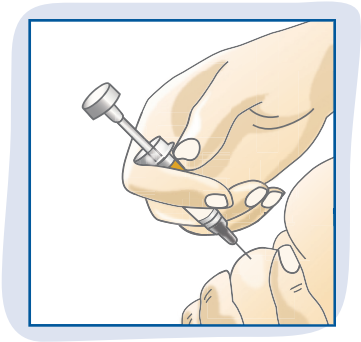
請小心移除注射器頂端的保護蓋，並注意不要折到針頭。將針頭蓋丟棄在特殊安全棄置盒中，因為您之後將無需再用到該針頭蓋。



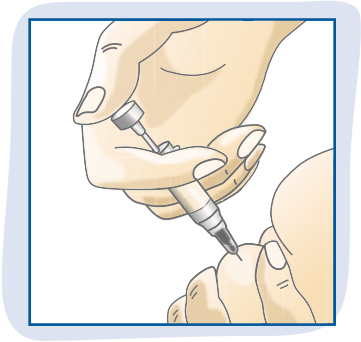
5 **用您平時寫字的那一隻手像握鉛筆一般地握住注射器。**用您另一隻手的大拇指和食指將您即將進行注射部位的皮膚捏出一層皺褶。



6 **將整段針頭插入皮膚的皺摺處，並持續用您的大拇指和食指捏住該部位的皮膚。**請確認您有讓針頭保持筆直狀態並與您的身體形成 90 度直角。



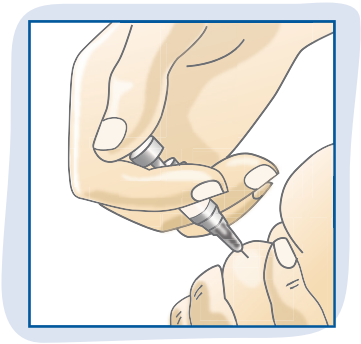
7 **輕輕以穩定的速度將注射器的柱塞向下按，直到柱塞停止不動且注射器內的藥物淨空為止。**



8 您的注射已經結束，現在您可輕輕將針頭抽出，並注意讓針頭保持筆直狀態。

保護套將會自動把針頭覆蓋起來。現在您可鬆開您捏住的皮膚皺摺處。

備註：僅有在您將注射器的柱塞向下按到底以使注射器淨空的情況下，安全系統才會啟動而保護套才會被釋放出來。



9 讓針頭保持朝下的方向並且不要靠您自己太近，然後將使用完的注射器直接丟入安全棄置盒中。

您的護士或醫生將可告訴您當安全棄置盒裝滿時該如何處置。**切勿將針頭丟入您的家居垃圾中，這一點非常重要。**

該做什麼和不該做什麼

在您注射完全結束之前，**請**確認您有持續捏住您腹部的皮膚皺摺處。這將有助於確保藥物進入脂肪組織而非進入肌肉，藥物進入肌肉可能會導致瘀青。

請輪流換邊注射 – 一天右邊，一天左邊。

請確認您每次注射完後均有將使用完的注射器放入安全棄置盒中 – **絕對不要將使用完的注射器隨意放在家中其他地方。**

在進行注射時，**請**確實遵循您護士或醫生的建議。

請每天在同一時間進行注射。

請注意異常的流血徵兆 – 請參閱第 17 頁。

由於您比一般人更容易出血，因此在刮除體毛或使用刀具以及其他尖銳物品時**請**多加小心。

請告知您的護士或醫生有關您正在使用的任何其他藥物 – 包括藥劑師所提供的藥物以及任何草藥補充劑。其他藥物有時可能會影響 CLEXANE 的運作方式。

該做什麼和不該做什麼

在您進行注射之前，**切勿**將注射器隨意放在任何地方，也切勿觸碰針頭 - 這將有助於保持針頭的無菌狀態並降低感染的風險。

切勿使用扭轉方式取下針頭蓋，這樣做可能會導致針頭折損。

切勿注射在有瘀青或有傷口的皮膚部位，也切勿注射在可能會因服裝而摩擦到的任何部位。

在注射完後，**切勿**摩擦注射部位的皮膚，這樣做可能會導致瘀青。

切勿讓其他任何人使用您的注射器。

切勿將 CLEXANE 放在冰箱或冷凍庫中 – 請將其保存在室溫之下。

除非是根據您護士或醫生的指示，否則在您使用 CLEXANE 的期間，**切勿**服用下列任何藥物：

- 阿斯匹靈或含有阿斯匹靈的任何藥物
- 屬於非類固醇之抗發炎藥物的止痛藥（如布洛芬）

請謹記，感冒藥和咳嗽藥皆可能含有上述藥物成分。

上述所有藥物皆有可能會使您更加容易出血。

如果您對伊諾肝素鈉或肝素有過敏症（過敏），**切勿**使用 CLEXANE。

注意事項

如同其他所有藥物，CLEXANE 可能會對某些人產生副作用。最常見的副作用為您可能會比一般人更加容易瘀青和出血。

您可能也會發現您腹部注射部位的皮膚出現輕微刺激現象或其他反應。這些反應可能包括發紅、疼痛、小腫塊（稱為結節）或皮下出血（有時稱為血腫）。

這些副作用可能是由注射所導致，但如果他們是在注射完一段時間後才發生，其有可能是感染的徵兆。

如果您發現先前注射部位周遭的皮膚出現發紅、腫脹、發熱、膚色改變或滲液的情況，您應立即與您的護士或醫生聯絡。

如果您發現下列任何副作用，請立即與您的護士或醫生聯絡：

- 手術傷口**出血**
- **任何其他形式的出血–** 例如：注射部位的皮膚出血、流鼻血、血尿（粉紅色或深褐色）或是咳血或吐血
- 非由毆打或任何其他顯而易見的原因所造成的**異常瘀青**

如果您發生以下情況，您也應告知您的護士或醫生：

- 您**嚴重摔傷或您頭部嚴重受傷**
- 您**懷孕了**或您計劃要懷孕
- 您發現任何其他**異常症狀**

有關您問題的解答

我可以注射在腹部以外的任何部位嗎？

您應洽詢您的護士或醫生。

我該如何處理使用完的注射器？

請將使用完的注射器以針頭朝下的方向放入您所獲得的安全棄置盒或尖銳物品收集盒中。

請將注射器放在兒童接觸不到的地方。

當盒子裝滿時，請洽詢您的護士或醫生接下來該怎麼做。**絕對不要將注射器丟入您其他的家居垃圾中。**

我該將 CLEXANE 注射器存放在何處？

未使用過的注射器應存放在安全且兒童接觸不到的地方。請將注射器保存在室溫之下（約 22˚C），並避開光照及潮濕之處。

如果注射器內有氣泡我該怎麼辦？

您的 CLEXANE 注射器內應會有氣泡。此為正常現象，您在進行注射前無需採取任何動作將氣泡移除。

如果我認為自己已注射過量的 CLEXANE 該怎麼辦？

您應洽詢您的護士或醫生。

如果我漏掉某劑注射該怎麼辦？

您應洽詢您的護士或醫生。

我該如何瞭解更多有關 CLEXANE 的資訊？

您應洽詢您的護士或醫生。或者，您可造訪 www.vtematters.co.uk/patient 取得有關血栓形成和 CLEXANE 的更多資訊。

www.vtematters.co.uk/patient

我該如何知道自己是否已進行注射？

本手冊的末尾處有一個核對清單表。在此處記下您進行注射的時間可能會對您有所幫助。這將有助於您進行追蹤，以便您能夠以正確的劑量使用您的藥物。

請記錄您的注射資訊

	星期幾/日期	時間	注射部位
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			

請記錄您的注射資訊

	星期幾/日期	時間	注射部位
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			

請記錄您的注射資訊

	星期幾/日期	時間	注射部位
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			
41			
42			

請記錄您的注射資訊

	星期幾/日期	時間	注射部位
43			
44			
45			
46			
47			
48			
49			
50			
51			
52			
53			
54			
55			
56			

備註

本指南中的資訊旨不在取代您護士或醫生的建議。

如果您有任何疑問或者您不確定該如何注射 CLEXANE®，
您的護士或醫生將可協助您。

Sanofi, 410 Thames Valley Park Drive, Reading,
Berkshire, RG6 1PT, UK（英國）

CLEXANE® 是由 Sanofi 提供

MAT-GB-2001481(v1.0) | 製作日期：2020 年 8 月