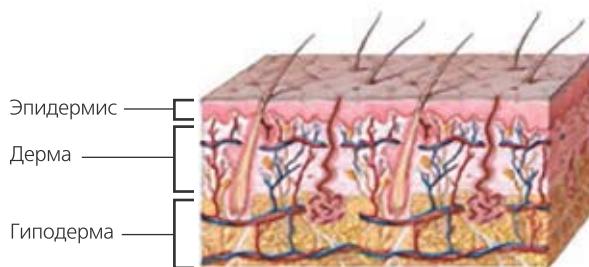


# Забота о коже при лечении Копаксоном®

Сэм Колхаун, специалист по уходу за больными рассеянным склерозом, Бирмингем,  
и Маргарет Дрейкот, Менеджер службы поддержки при рассеянном склерозе

В настоящее время все препараты для лечения рассеянного склероза выпускаются в форме инъекций для длительного применения.

В последние десять лет тысячи пациентов успешно контролируют заболевание при помощи ежедневных инъекций Копаксона®. Длительная терапия инъекционными иммуномодуляторами улучшает исход заболевания, для ее проведения очень важно заботиться о своем здоровье вообще и здоровье кожи в частности. Здоровье кожи часто воспринимается как нечто само собой разумеющееся, а медработники, окружающие пациента, часто уделяют основное внимание состоянию других ключевых органов, например, профилактике заболеваний сердца. Состоянию кожи часто уделяется недостаточно внимания, тогда как это самый большой орган человека, выполняющий много важных функций.



## ПОЧЕМУ ВАЖНО ПОМНИТЬ О ЗДОРОВЬЕ КОЖИ?

Десятки тысяч пациентов в мире получают лечение Копаксоном®, некоторые из них ежедневно делают инъекции уже более 26 лет. За это время медицинские сестры, работающие с больными РС в Великобритании, накопили большой опыт в уходе за пациентами, постоянно получающими инъекционные препараты. Кожа играет ключевую роль в возможности длительного применения инъекционных иммуномодуляторов, и с самого начала лечения Копаксоном® эту роль надо осознавать. Правильная техника инъекций и смена мест введения препарата очень важны для сохранения целостности кожи, особенно если предстоит длительный курс лечения.

В этой статье Вы найдете полезные советы, которые разработаны врачами и медицинскими сестрами, работающими с больными РС, и внедрены в их повседневную практику. Мы надеемся, что наши полезные советы помогут Вам извлечь максимум пользы из лечения.

## Знаете ли Вы шесть функций кожи?

### Защитная

Кожа действует как барьер для воды и микроорганизмов, а также способствует сохранению целостности организма. Кожа имеет слабокислый показатель рН.

### Терморегуляция

Кожа помогает регулировать температуру тела за счет потоотделения, а так же сужения и расширения ее сосудов.

### Рецепторная

Миллионы нервных окончаний позволяют нам чувствовать прикосновение, боль и, что характерно только для кожи, зуд.

### Психосоциальная

Вид кожи формирует наше восприятие себя, а также выражает эмоции, например, румянец при смущении.

### Иммунная

Когда инородное тело белковой природы проникает через кожу, возникает иммунный ответ. Это ключевой момент в процессе обработки чужеродных антигенов.

### Биохимическая

Кожа принимает участие в метаболизме витамина D, который участвует в естественном всасывании кальция и фосфатов, необходим для поддержания здоровья костей.

## КАК ИЗБЕЖАТЬ КОЖНЫХ РЕАКЦИЙ?

Некоторые пациенты отмечают реакции со стороны кожи при лечении Копаксоном®. Выраженность и длительность реакций у разных пациентов разные. Такого рода реакции часто встречаются при лечении хронических заболеваний различными инъекционными препаратами. Переносимость Копаксона® хорошая и, хотя кожные реакции могут причинять неудобство, особенно в начале лечения, мы надеемся, что наши советы помогут их избежать и понять, что делать при их возникновении.

### ЧТО ТАКОЕ МЕСТНЫЕ КОЖНЫЕ РЕАКЦИИ?

Реакции в местах инъекций могут включать в себя:

**Покраснение и отёк**

**Зуд**

**Уплотнения, припухлость**

**Дискомфорт (покалывание или жжение)**

**Кровоизлияния (синяки)**

**Гипертрофия (уплотнение, утолщение кожи)**

**Липоатрофия (углубление в коже из-за истощения слоя подкожной жировой клетчатки)**

## МЕСТА ИНЪЕКЦИЙ ОЧЕНЬ ВАЖНЫ

### Пояснение:

1. Смена мест введения препарата позволяет Вашей коже восстанавливаться и помогает избежать отдаленных последствий.
2. Постарайтесь вводить препарат в одно и то же место не чаще 1 раза в 7 дней.
3. Используйте дневник для записи смены мест инъекций, особенно в начале лечения.

Убедитесь, что место инъекции чистое и сухое.

Используйте только мыло и воду для очистки места инъекции.

Не используйте лосьоны для тела в этой области непосредственно перед инъекцией.

Не используйте лосьоны для загара и не посещайте солярий, так как это может вызвать раздражение кожи в месте инъекции.

Используйте только рекомендованные места инъекций.

Всегда меняйте места инъекций. Это даст коже возможность отдохнуть и поможет избежать боли и утолщения кожи из-за повторных инъекций.

Дни инъекций в труднодоступные места старайтесь планировать так, чтобы был доступен, тот, кто сможет помочь сделать инъекцию, или используйте автоинжектор, облегчающий самостоятельное введение препарата.

Людям с небольшой толщиной подкожного жира необходимо избегать тех мест, где не удается захватить в складку хотя бы 2,5–5 см кожи.

Если Вы используете автоинжектор, устанавливайте регулятор глубины инъекции в зависимости от толщины подкожной жировой ткани в данном месте инъекции. Если Вы не уверены в правильности подбора глубины инъекции, обратитесь к специалисту за советом.

Избегайте инъекций в области талии. Давление и трение одежды или ремня может вызвать раздражение.

Не вводите препарат в области, склонные или находящиеся в состоянии спазма.

Найдите удобное положение конечностей: возможно, Вы заметите, что в положении лежа Ваши ноги расслаблены, что облегчает введение препарата.

Избегайте введения препарата в места, где видны проходящие в коже мелкие кровеносные сосуды.

Избегайте введения препарата в стрии (видимые на коже растяжки). Инъекции между стриями возможны.

## КАК УХАЖИВАТЬ ЗА КОЖЕЙ ВО ВРЕМЯ ЛЕЧЕНИЯ ИНЪЕКЦИОННЫМ ПРЕПАРАТОМ?

### Пояснение:

1. Пока Вы не привыкнете к ежедневному введению препарата, во избежание ошибок выделите себе на это достаточно времени.

2. Могут помочь простые советы:

**Внесите проведение инъекции в свой распорядок дня.**

**Выполните инъекцию в оптимальное время дня (то есть когда Вы полны сил).**

**Не спешите с введением препарата.**

**Убедитесь, что обстановка расслабленная и тихая, например, когда дети ушли в школу, а не перед телевизором.**

**Не вводите препарат после занятий спортом.**

**Не вводите препарат после горячей ванны или душа.**

**Чтобы снизить риск инфекции, не забывайте мыть руки перед введением препарата. Не касайтесь кожи и волос после мытья рук.**

## ПОЧЕМУ ВАЖНА ТЕМПЕРАТУРА ВВОДИМОГО РАСТВОРА КОПАКСОНА® И ВАШЕЙ КОЖИ?

### Пояснение:

1. Препарат, извлеченный из холодильника непосредственно перед использованием, будет слишком холодным и его введение доставит дискомфорт.
2. Многие пациенты с РС отмечают ощущение холода в конечностях. Опыт показал, что наши советы могут сделать введение препарата более комфортным.

Убедитесь, что Вы достали препарат из холодильника минимум за 30 минут до инъекции, и он имеет комнатную температуру. Введение холодного раствора может вызвать боль и дискомфорт.

Подержите шприц с препаратом в руке несколько минут перед введением.

Если место инъекции холодное на ощупь, согрейте его. Можно использовать для этой цели гель-пакет.

Если место инъекции очень теплое на ощупь, охладите его. Для этого также можно использовать гель-пакет.

## ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ ИНЬЕКЦИИ

### Пояснение:

1. Правильная техника введения может снизить частоту местных реакций.

Нет необходимости удалять пузырьки воздуха из готового шприца перед инъекцией.

Чтобы игла была сухой при выполнении самостоятельной инъекции, снимите серый колпачок и стяжните избыток препарата с кончика иглы. Не вытирайте иглу салфеткой.

Чтобы игла была сухой при использовании автоинъектора, снимите держатель колпачка и мягко постучите по контейнеру для шприца.

Во время инъекции держите шприц перпендикулярно коже.

Извлекайте иглу из кожи также перпендикулярно (не смещайте кожу).

Не вводите препарат во внутреннюю поверхность бедра или плеча.

Не растирайте область инъекции после введения препарата, просто прижмите место инъекции ватным тампоном, кусочком бинта или чистой салфеткой.

Используйте дневник для записи мест инъекций и отмечайте в нем, если замечаете, боль, образование кровоподтека и другие кожные реакции. Затем Вам будет легче обсудить возникшие проблемы со специалистом.

Используйте дневник и для записи наиболее удобных мест для инъекций, но помните, что вводить препарат в одну точку можно не чаще 1 раза в 7 дней.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКАЕТ МЕСТНАЯ КОЖНАЯ РЕАКЦИЯ?

### ПОКРАСНЕНИЕ И ОТЁК

- \* Если покраснение или отёк делятся менее 24 часов, можно приложить охлажденный гель-пакет к месту инъекции, но не дольше чем на 2-3 минуты.
- \* Если покраснение или отёк делятся более 24 часов, можно нанести противовоспалительный крем или успокаивающий гель, например, содержащий алоэ, гамамелис или арнику на область инъекции. Эти кремы и гели можно купить в любой аптеке. Не используйте лекарственные средства, продающиеся без рецепта, не обсудив это со специалистом, так как они могут усилить раздражение.
- \* Не вводите препарат в место раздражения, пока симптомы не пройдут.
- \* Убедитесь, что ткань одежды не прилегает плотно к месту инъекции и не раздражает его.
- \* Если Вы заметили кровянистые или иные выделения из места инъекции, срочно обратитесь к врачу, так как возможно инфицирование раны, для лечения которого необходимо назначение антибиотиков.

### ЗУД

- \* Если Вы испытываете зуд, попробуйте прикладывать охлажденный гель-пакет на 2-3 минуты после инъекции. Если это не поможет, обратитесь к специалисту, и он, возможно, назначит Вам антигистаминный препарат для облегчения симптомов.
- \* Убедитесь, что ваша одежда сидит свободно и не натирает место инъекции.
- \* Возможно, Вам необходимо изменить глубину инъекции в автоинъекторе. Обсудите этот вопрос со специалистом.
- \* Возможно, Вам придется отказаться от автоинъектора и делать инъекции самостоятельно, или наоборот – обсудите этот вопрос со специалистом.

## УПЛОТНЕНИЯ

- \* Если Ваша кожа склонна к формированию уплотнений в местах инъекций, возможно, поможет наложение теплого гель-пакета или 2-3 минутный компресс на область инъекции перед инъекцией, чтобы ускорить кровоток и распределение препарата в коже.
- \* Если уплотнение сохраняется, то после окончания раздражения и боли можно проводить легкий массаж места инъекции.
- \* Уменьшить уплотнения помогают ручные и электрические массажеры.
- \* Некоторым пациентам помогает силиконовый гель-пакет. Обсудите вопрос со специалистом.
- \* Если в каком-либо уплотнении вы заметили отделяемое, срочно обратитесь к врачу, так как возможно инфицирование, которое потребует назначения антибиотиков.
- \* Возможно, Вам необходимо изменить глубину инъекции в инжекторе. Обсудите этот вопрос со специалистом.
- \* Возможно, Вам придется отказаться от автоинжектора и делать инъекции самостоятельно, или наоборот – обсудите этот вопрос со специалистом.

## ДИСКОМФОРТ

- \* Покалывание может появляться после инъекции, но обычно оно быстро проходит. Однако, если оно доставляет Вам неудобство, попробуйте прикладывать охлажденный гель-пакет к месту инъекции на 2-3 минуты до и после введения препарата.
- \* Возможно, Вам придется отказаться от автоинжектора и делать инъекции самостоятельно, или наоборот – обсудите этот вопрос со специалистом.

## КРОВОИЗЛИЯНИЯ

- \* Иногда в месте инъекции может возникать небольшое кровотечение и синяк. Это случается потому, что под кожей расположены мелкие кровеносные сосуды, и иногда игла попадает в такой сосуд. Не волнуйтесь. Если выделяется немного крови из места инъекции, просто прижмите это место ватным тампоном.
- \* Если синяки в местах инъекций образуются часто, возможно, вы слишком сильно нажимаете на инжектор. Обсудите технику выполнения инъекции со специалистом. Если проблема остается, попробуйте делать инъекции вручную.
- \* Охлажденный гель-пакет или холодный компресс на 2-3 минуты после инъекции помогает снизить частоту возникновения небольших синяков.

## ЛИПОАТРОФИЯ

Иногда пациенты, длительно принимающие инъекционные препараты, могут отмечать побочный эффект, называемый липоатрофиией. Липоатрофия – это углубление в коже из-за истощения слоя подкожной жировой клетчатки. Этот процесс необратим и будет требовать наблюдения, хотя это не наносит вреда здоровью,

- \* Если Вы заметили появление липоатрофии, сообщите об этом специалисту как можно скорее. Возможно, Вам придется чаще совершать визиты к врачу/медсестре, однако это не повод для прекращения терапии Копаксоном®.
- \* Если у Вас есть углубления в коже, избегайте введения препарата в них и в непосредственной близости от них.
- \* Главной причиной возникновения липоатрофии считается введение препарата в одну и ту же точку, так что очень важно менять места инъекций, а также периодически обсуждать со специалистом правильность Вашей техники введения препарата.

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ПРЕПАРАТА

### Копаксон-Тева®

Регистрационное удостоверение: ЛС-000384 от 17.06.2005

Международное непатентованное название: Глатирамера ацетат

Лекарственная форма: раствор для подкожного введения.

Состав: В 1 мл раствора содержится активное вещество: глатирамера ацетат – 20 мг, вспомогательные вещества: маннит (маннитол), вода для инъекций.

Фармакотерапевтическая группа: иммуномодулирующее средство. Код ATX L03.

Показания к применению: рассеянный склероз ремиттирующего течения (для уменьшения частоты обострений, замедления развития инвалидизирующих осложнений).

Противопоказания: повышенная чувствительность к глатирамера ацетату или маннитолу; не рекомендуется применять детям до 18 лет и пожилым людям, так как специально организованных исследований у этого контингента пациентов не проводилось;

Беременность и лактация: контролируемых исследований безопасности глатирамера ацетата при беременности не проводилось. Применение возможно только по абсолютным показаниям. Неизвестно, выделяется ли глатирамера ацетат с грудным молоком, поэтому при необходимости применения в период лактации следует взвесить ожидаемую пользу терапии для матери и потенциальный риск для ребенка. В экспериментальных исследованиях не выявлено мутагенного действия глатирамера ацетата и его отрицательного влияния на репродуктивную систему, развитие эмбриона и процесс родов.

**Способ применения и дозы:** препарат назначают ежедневно подкожно в дозе 20 мг глатирамера ацетата – один заполненный раствором препарата шприц для инъекций – подкожно один раз в сутки, предпочтительно в одно и то же время, длительно.

**Передозировка:** данных о передозировке Копаксон-Тева® не имеется.

**Форма выпуска:** По 1 мл раствора препарата в шприце. 1 готовый шприц в контурной ячейковой упаковке. 28 готовых шприцов в контурных ячейковых упаковках вместе с инструкцией по применению помещают в картонную коробку.

**Условия хранения:** При температуре +2 - +8 °C (в холодильнике). Не замораживать. Хранить в местах недоступных для детей.

**Производитель:** ТЕВА Фармацевтические Предприятия Лтд., Израиль

**Московское Представительство:** г. Москва, 119049, ул.Шаболовка, дом 10, корпус 2, Бизнес-Центр Конкорд, сектор А, 3 этаж. Тел: (495) 644-22-34, факс: (495) 644-33-35/36

