

# HAST DU ANGST VOR NADELN? HIER IST TIMMY, ER MÖCHTE DIR HELFEN!

Du hast vielleicht Fragen zu den Nadeln, die für die Behandlung  
deines Hereditären Angioödems (HAE) verwendet werden.

In dieser Broschüre möchte dir dein Freund Timmy einige davon  
beantworten. Und vergiss nicht: Du kannst immer mit deinen Eltern/  
Betreuungspersonen, deinem Arzt / deiner Ärztin oder dem  
Pflegepersonal sprechen, wenn du Fragen oder Sorgen hast.





## **DIE INJEKTIONEN KÖNNEN HELFEN, HAE-ATTACKEN ZU VERHINDERN ODER ZU BEHANDELN!**

Wenn du HAE hast, bekommst du manchmal HAE-Attacken. Bei einer HAE-Attacke schwillt etwas in deinem Körper an. Das kann an Körperteilen vorkommen, die man sehen kann - wie deine Hände, dein Bauch, dein Hals oder deine Füße. Oder aber an Körperteilen in deinem Körper drin - wie zum Beispiel in deinem Bauch.

Das sieht man dann vielleicht nicht, aber du merkst es und fühlst dich unwohl.

Nadeln können beängstigend wirken. Aber es ist sehr wichtig, dass du dein HAE-Medikament mit Hilfe einer Nadel gespritzt bekommst.

Das nennt man Injizieren.

Je nach Medikament bekommst du dies direkt unter die Haut (am Bauch, an einem Oberschenkel oder einem Oberarm) oder in eine Vene gespritzt. Das HAE-Medikament sorgt dafür, dass deine Schwellungen entweder zurückgehen oder dass sie seltener oder sogar gar nicht mehr auftreten.



## **WAS IST DIE ANGST VOR NADELN?**

Man spricht von der Angst vor Nadeln (manche nennen das auch Nadelphobie), wenn du so große Angst vor Nadeln hast, dass du deswegen das HAE-Medikament nicht gespritzt bekommen möchtest.

Die Angst vor Nadeln ist ganz normal – viele andere Menschen haben sie auch.

## **WUSSTEST DU SCHON?**

Etwa 1 von 10 Menschen hat Angst vor Nadeln.

## **WIE KANN SICH DIE ANGST VOR NADELN BEMERKBAR MACHEN?**

Wenn du Angst vor Nadeln hast, kann es sein, dass du dich schon beim Anblick von Nadeln oder beim Gedanken an sie oder an das Spritzen unwohl fühlst.

Bei manchen Menschen schlägt das Herz dann ganz schnell, sie bekommen Schweißausbrüche, zittern und fühlen sich schwindlig. Manche Menschen werden vielleicht sogar ohnmächtig.

Fühlst du dich auch so, wenn die Injektion bevorsteht? Mach dir keine Sorgen! Dein Arzt / deine Ärztin oder eine Pflegekraft kann dir helfen, dass du dich besser fühlst.

## WAS DENKST DU ÜBER NADELN?

Darf ich vorstellen: Josi, Felix und Luise. Die drei haben HAE, genau wie du. Im Folgenden erzählen sie uns, was sie über Nadeln denken. Wenn du an Nadeln denkst – geht es dir dann wie Josi, Felix oder Luise?

Josi sagt



„Nadeln sind nicht so schlimm. Sie sind sehr klein und sie helfen mir, dass es mir besser geht.“

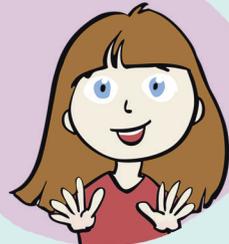
Felix sagt

„Ich mag Nadeln nicht besonders. Manchmal habe ich auch Angst vor dem Spritzen.“



„Ich habe wirklich Angst vor Nadeln. Jedes Mal, wenn ich an sie denke, wird mir schlecht. Das letzte Mal bin ich vor der Injektion sogar ohnmächtig geworden. Ich versuche sogar manchmal, das Injizieren zu umgehen.“

Luise sagt



## IST DIE INJEKTION OHNE NADEL MÖGLICH?

Leider nicht. Beim Injizieren werden immer Nadeln verwendet, um das HAE-Medikament in deinen Körper zu bringen, wo es dann helfen kann, HAE-Attacken zu behandeln oder sogar zu verhindern.

### **ES IST IMMER GUT, DARÜBER ZU REDEN**

Wenn du Angst vor Nadeln hast, hast du vermutlich Angst vor der Injektion. Es ist wichtig, dass du deinen Eltern oder Betreuungspersonen, dem Arzt / der Ärztin oder dem Pflegepersonal von deiner Angst vor Nadeln erzählst. Wenn sie über deine Angst Bescheid wissen, können sie dir nämlich viel besser dabei helfen, dass du dich beim Injizieren wohler fühlst.



## **DINGE, DIE DIR BEIM INJIZIEREN HELFEN KÖNNEN, DAMIT DU DICH WOHLER FÜHLST**

Probiere vor der Injektion doch einmal Folgendes aus und guck, ob du dich dann wohler fühlst.



### **MACH EINEN TIEFEN ATEMZUG**

Lege deine Hand auf den Bauch und atme lang und langsam durch die Nase ein, bis in den Bauch hinein. Atme dann langsam durch den Mund aus.

Versuche, dies 5 Mal zu wiederholen.



### **KNURRE WIE EIN BÄR ...**

... oder miaue wie eine Katze oder trompete vielleicht sogar wie ein Elefant. Mach jedes Mal, wenn du dich vor der Injektion nicht wohl fühlst, ein Geräusch wie dein Lieblingstier.

### **PUSTE DEN SCHMERZ WEG**

Wenn die Injektionsstelle schmerzt, puste sanft auf sie, um den Schmerz zu vertreiben.



Denke immer daran, dass die Nadeln und die Injektionen deinem Körper helfen, und vergiss nicht: Wenn du Fragen oder Sorgen hast, kannst du immer mit deinen Eltern/ Betreuungspersonen oder deinem Arzt / deiner Ärztin oder dem Pflegepersonal sprechen.

Folgen Sie #Lebenmithae auf



Weitere Informationen zur Erkrankung sowie zu Services für Betroffene und Interessierte: [leben-mit-hae.de](https://leben-mit-hae.de)



Takeda Pharma Vertrieb GmbH & Co. KG  
Potsdamer Str. 125 • 10783 Berlin  
[www.takeda.de](https://www.takeda.de)

© 2024 Takeda Pharma Vertrieb GmbH & Co. KG. Alle Rechte vorbehalten.  
Takeda und  sind eingetragene Marken der Takeda Pharmaceutical Company Limited.