Gewichtsbeheersing

Lilly
A MEDICINE COMPANY

PATIËNTENBROCHURE

Mounjaro
(tirzepatide)

mounjaro®
KwikPen®
(tirzepatide) injectie
2.5 mg 0.6 mL
DRAAI NAAR VOOR EEN VOLLEDIGE DOSIS
Multi-dosis Pen | 4 doses van 2,5 mg
0

In deze brochure staat uitleg over Mounjaro®, (werkzame stof tirzepatide). Dit medicijn wordt gebruikt voor de behandeling van volwassenen met obesitas of overgewicht met tenminste één gewichtsgerelateerde comorbiditeit.

Leest u ook de bijsluiter goed door

De informatie in deze brochure is aanvullend op de bijsluiter. Voordat u tirzepatide gaat gebruiken, moet u de bijsluiter aandachtig doorlezen.
Meld eventuele bijwerkingen van tirzepatide bij uw behandelteam.
Dit kunnen ook bijwerkingen of reacties zijn die niet gemeld staan in deze brochure of in de bijsluiter.

Dit geneesmiddel is onderworpen aan aanvullende monitoring.
Meld bijwerkingen daarom bij Lilly Nederland BV,
via nl-mis@lilly.com of eventueel via 0800-6334724.
Door het melden van bijwerkingen zorgt u ervoor dat er meer informatie komt over de veiligheid van medicijnen.

Persoonlijke gegevens

Naam:

Behandelteam

Behandelaar 1:

Telefoon:

E-mail:

Locatie:

Behandelaar 2:

Telefoon:

E-mail:

Locatie:

Inhoudsopgave

Hoe werkt tirzepatide?	6
Hoe ziet de behandeling eruit?	8
Dosis overgeslagen?	9
Wijziging doseringsschema	9
Mounjaro KwikPen®	10
Bijwerkingen	12
Tips bij reizen en vakantie	13
Persoonlijke doelen stellen	14
Advies over beweging en voeding	16
Prikinstructie stap voor stap	18

Tirzepatide werkt door twee verschillende mechanismen

Stimuleren van de insulineproductie

1

Verminderen van de eetlust

2

Hoe werkt tirzepatide?

Tirzepatide helpt:

het lichaamsgewicht te verlagen

de hoeveelheid lichaamsvet te verlagen

te verminderen hoeveel eten wordt gegeten

de trek in snoep en ander koolhydraatrijk voedsel te verminderen

Tirzepatide kan ook het gevoel van volheid na het eten vergroten.

Hoe ziet de behandeling eruit?

- U moet tirzepatide één keer in de week injecteren.
- U moet de injectie altijd op dezelfde dag van de week gebruiken.

Vink hier uw injectiedag aan:

ma	di	wo	do	vr	za	zo
○	○	○	○	○	○	○

- Toediening kan gedurende die dag op elk gewenst moment, met of zonder maaltijd.
- De KwikPen is een voorgevulde pen met 4 vaste doses. Hiervan kunt u elke week één dosis injecteren.

Als u ook nog andere medicijnen gebruikt, bijvoorbeeld voor diabetes type 2, vertel dit dan aan uw behandelaar. Uw behandelaar kan deze medicijnen mogelijk aanpassen. **Als uw behandelaar de behandeling verandert, is dat veilig.**

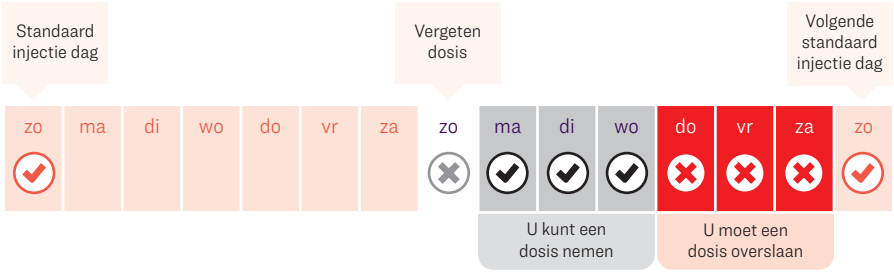
Wat moet u doen als u een dosis heeft overgeslagen?

Als een dosis is vergeten, moet deze zo snel mogelijk binnen 4 dagen na de vergeten dosis worden toegediend.

- Als het **4 dagen of minder geleden** is geweest dat u tirzepatide had moeten injecteren, injecteer het dan zodra u eraan denkt. Injecteer vervolgens uw volgende dosis zoals normaal op de geplande dag.
- Als het **meer dan 4 dagen geleden** is dat u tirzepatide had moeten injecteren, sla dan de gemiste dosis over. Injecteer vervolgens uw volgende dosis zoals normaal op de geplande dag.

Neem geen dubbele dosis om een vergeten dosis in te halen.

Bijvoorbeeld, als uw standaard injectiedag op zondag is:

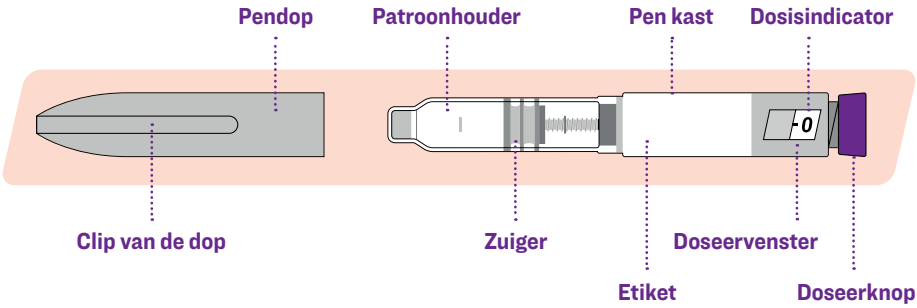


Het doseringsschema wijzigen

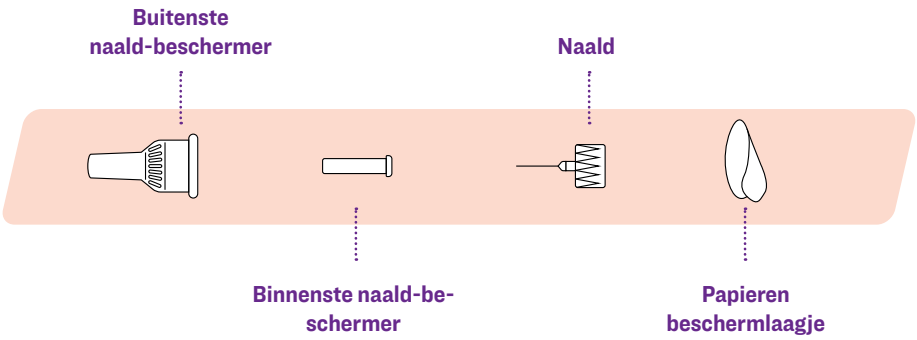
De dag waarop de wekelijkse injectie plaats vindt, kan worden gewijzigd, zolang de tijd tussen twee doses ten minste 3 dagen is.

Mounjaro KwikPen®

De Mounjaro KwikPen is een voorgevulde wegwerppen met meerdere doses.



Onderdelen van de naald (naalden worden apart geleverd)



Vraag uw behandelaar of apotheker naar de geschikte naald voor de KwikPen.

Elke pen is bedoeld voor 1 patiënt en mag door niemand anders worden gebruikt, ook niet als de naald is vervangen.

Ongebruikte pennen

- Bescherm de pen tegen vallen, schokken en de zon.
- Bewaar ongebruikte pennen in de koelkast bij 2°C tot 8°C.
- Pennen die in de koelkast worden bewaard en die nog niet aangebroken zijn, kunnen gebruikt worden tot de uiterste houdbaarheidsdatum. Deze vindt u op het etiket op de pen.
- De pen kunt u niet in de vriezer bewaren.
  Gooi de pen weg als de pen bevroren is geweest.

Gebruikte pennen

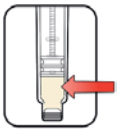
- U kunt de pen na de eerste injectie bewaren bij kamertemperatuur onder de 30°C.
- Houd de pen en naalden buiten het zicht en bereik van kinderen.
- Gooi de pen weg nadat u de 4 wekelijkse doses (1 dosis per week) hebt gehad. Injecteer de rest van het medicijn niet, want dit kan ervoor zorgen dat je niet de hele dosis krijgt, ook al zit er nog wat medicijn in de pen.

Wat heeft u nodig om uw injectie toe te dienen

- Mounjaro KwikPen.
- Naaldje geschikt voor de KwikPen (als u niet weet welke pennaald u moet gebruiken, neem dan contact op met uw behandelaar).
- Alcoholdoekje en gaasje of wattenbolletje.
- Naaldencontainer of huishoudelijke container.

Overgebleven medicijn

- Nadat u uw vierde injectie heeft voltooid, zult u nog wat overgebleven medicijn zien en dat is normaal. Dit overgebleven medicijn zorgt ervoor dat de pen correct werkt.



Overgebleven medicijn
(Geen dosis)

- Gooi de pen weg.
- Ook al zit er nog medicijn in de pen, probeer het overgebleven medicijn niet te injecteren. Een poging om het overgebleven medicijn te injecteren, kan resulteren in een onvolledige dosis.

Weggooien van de Mounjaro KwikPen en pennaalden

- Gooi gebruikte pennaalden weg in een naaldencontainer of een harde plastic container met een stevige deksel. Deze container is verkrijgbaar bij uw apotheek.
- Vraag uw apotheek naar de mogelijkheden om de pennen en naaldencontainer veilig af te voeren.

Bijwerkingen

Zoals elk geneesmiddel kan ook dit medicijn bijwerkingen hebben, al krijgt niet iedereen daarmee te maken.

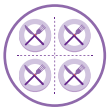
De meest voorkomende bijwerkingen zijn misselijkheid, diarree, verstopping van de darmen en braken.
Deze bijwerkingen zijn meestal niet ernstig. Ze komen het meest voor bij de start van de behandeling met tirzepatide en nemen bij de meeste patiënten na verloop van tijd af. Ook kan hypoglykemie (erg laag bloedsuiker) ontstaan bij gebruik in combinatie met sulfonylureumderivaat of insuline.

Heeft u last van bijwerkingen?

Bespreek dit dan met uw behandelaar. Als bijwerkingen vroeg worden gemeld, kunnen ze vaak goed behandeld worden en kan voorkomen worden dat ze verergeren.

Tips tegen misselijkheid

Als u misselijk bent, bespreek dit dan met uw behandelaar.
De volgende tips kunnen u helpen de klachten te beperken:



Eet kleinere maaltijden

Stop met eten als u een vol gevoel hebt

Vermijd vet of vette voedingsmiddelen

Probeer licht verteerbaar voedsel te eten zoals toast, crackers of rijst

Het is belangrijk dat u de bijsluiter in de verpakking leest. Hierin vindt u de volledige en meest recente informatie over gemelde bijwerkingen.

Tips bij reizen en vakantie

Informeer van tevoren bij uw reismaatschappij wat de regels zijn met betrekking tot het vervoeren van medicijnen en medicijn-naalden.

Eenmaal uit de koelkast kan tirzepatide tot 30 dagen bij een temperatuur van maximaal 30°C bewaard worden. Wanneer het warmer wordt dan 30°C, bewaar de pen dan in een koeltas. Bewaar tirzepatide in uw hand-bagage en niet in de bagage die u incheckt. Ruimbagage kan te koud worden.

Voor reizen buiten Nederland is het raadzaam een medisch paspoort/medische verklaring in het Engels en een lijst van alle medicijnen die u nodig heeft mee te nemen. Deze zijn verkrijgbaar bij uw apotheek.

Persoonlijke doelen stellen

	Op week	Gewicht
Schrijf op wat uw persoonlijk als lichaamsgewicht wilt bereiken:		

Hieronder kunt u uw gewicht bijhouden per week:

Week	Uw gewicht	Opmerkingen	Ik voel me

Week	Uw gewicht	Opmerkingen	Ik voel me

Advies over beweging en voeding

Voeding

Het is belangrijk om bewust te kiezen voor gezond eten.
Dit betekent:

Eet meer groenten en fruit:

Vul minstens de helft van uw bord met groenten en fruit. Ze bevatten veel vezels en helpen u vol te voelen met minder calorieën.

Kies voor volkoren producten:

Vervang witte rijst, brood en pasta door volkoren varianten. Deze bevatten meer vezels, waardoor de energie langzaam vrijkomt en u minder snel honger krijgt.

Beperk suiker, verzadigde vetten en ultrabewerkt voedsel:

Vermijd suikerhoudende dranken, snacks en producten met veel verzadigd vet, zoals gebak en gefrituurd voedsel. Kies in plaats daarvan voor water, thee zonder suiker, en magere eiwitbronnen zoals kip, vis of peulvruchten. Ultrabewerkt voedsel zijn producten uit een fabriek die gemaakt zijn met additieven, waaronder vaak zout, suiker, vetten, gehydrolyseerd eiwit, gemodificeerd zetmeel en E-nummers.

Eet regelmatig en in kleine porties:

Zorg voor drie gezonde maaltijden per dag en twee tussendoortjes. Dit helpt om uw bloedsuikerspiegel stabiel te houden en voorkomt dat u te veel eet.

Beweging

Beweging is erg belangrijk om uw gezondheid te verbeteren. Hier zijn enkele tips:

Begin met lichte, regelmatige beweging:

Als u niet gewend bent om te bewegen, start dan met dagelijkse wandelingen van 10-15 minuten en bouw dit rustig op naar 30 minuten of meer per dag.

Combineer cardio met krachttraining:

Cardio-oefeningen zoals wandelen, fietsen of zwemmen helpen calorieën te verbranden. Krachttraining helpt om spiermassa op te bouwen, wat uw stofwisseling verhoogt.

Zoek plezier in bewegen:

Kies activiteiten die u leuk vindt, zoals dansen, tuinieren of een teamsport, zodat u het langer volhoudt.

Maak bewegen een gewoonte in uw dagelijks leven:

Neem vaker de trap, parkeer uw auto verder weg of stap een halte eerder uit bij het openbaar vervoer.

Voor meer tips over bovenstaande onderwerpen kunt u kijken op de website van de Nederlandse Vereniging voor Overgewicht & Obesitas (NVOO) - www.nvoo.nl

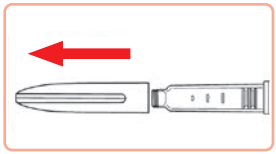
Bronnen: Voedingscentrum en de World Health Organization (WHO)

Prikinstructie stap voor stap

Scan de QR code om de instructievideo te bekijken

Voorbereiden van de injectie

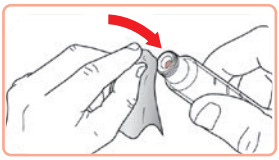
Stap 1: Was uw handen met zeep en water



Stap 2: Trek de pendop er recht af en controleer de pen en het etiket

Gebruik de pen niet als:

- de naam van het medicijn of de sterkte van de dosis niet overeenkomt met uw recept;
- de datum van de pen is verlopen (EXP) of er beschadigd uit ziet;
- de pen bevroren is geweest, deeltjes bevat, troebel is of verkleurd is. Tirzepatide moet kleurloos tot lichtgeel zijn.

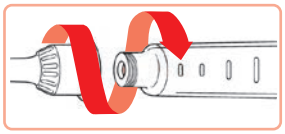


Stap 3:

- Veeg de rode binnenste afsluiting af met een alcoholdoekje.

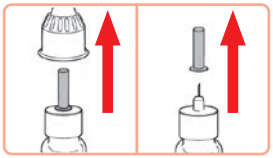
Stap 4: Neem een nieuw naald

- Gebruik altijd een nieuwe naald voor elke injectie om infecties en verstopping van de naald te voorkomen.
- Verwijder de papieren beschermlaag van de buitenste naaldbeschermer.



Stap 5:

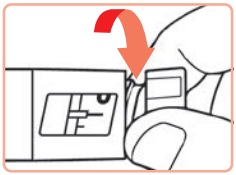
- Druk de naald met de dop recht op de pen en draai de naald er stevig op.



Stap 6:

- Haal de buitenste naaldbeschermer eraf en gooi deze **niet weg.** Deze heeft u straks nog nodig.
- Haal de binnenste naaldbeschermer er af en gooi deze weg.

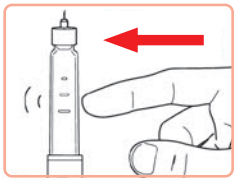
Ontluchten van de pen



Positie voor het ontluchten

Stap 7:

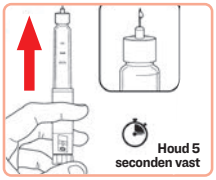
- Draai de doseerknop langzaam totdat u **2 klikken** hoort en het lange streepje zichtbaar wordt in het doseervenster. Dit is de positie om uw pen te ontluchten.



Om er zeker van te zijn dat de pen goed werkt, moet u voor elke injectie de pen ontluchten.

Stap 8:

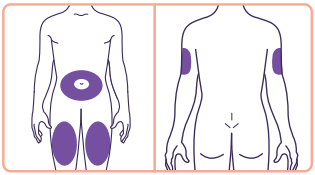
- Houd de pen rechtop met de naald naar boven.
- Tik voorzichtig tegen de patroonhouder om de luchtbellen bovenin te verzamelen.



Stap 9:

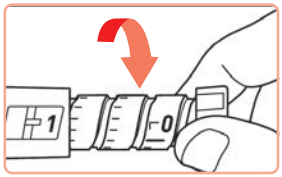
- Spuit een beetje medicijn in de lucht door de **doseerknop in te drukken** totdat deze stopt. **Tel daarna langzaam tot 5 terwijl u de doseerknop ingedrukt houdt**. Het teken /0/ moet zichtbaar zijn in het doseervenster. Injecteer nog niet in uw lichaam.
- Door de pen te ontluchten verwijdert u de lucht uit de naald en de patroon en zorgt u ervoor dat de pen op de juiste manier werkt. Uw pen is ontlucht als u aan de punt van de naald een beetje medicijn ziet.
- Als u geen medicijn ziet moet u stap 7-9 herhalen, maar niet meer dan 2 keer.
- Als u dan nog steeds geen medicijn ziet, neem dan een nieuwe naald en herhaal stap 7-9, maar niet meer dan 1 keer.
- Als u nog steeds geen medicijn ziet, neem contact op met de lokale vertegenwoordiger van Lilly die in de bijsluiter staat.

Injecteren met de pen



Stap 10: Kies een plaats voor uw injectie

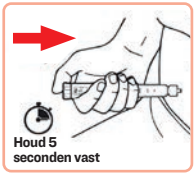
- Uzelf of iemand anders kan het medicijn in uw bovenbeen (dij) of buik op minimaal 5 cm afstand van de navel injecteren.
- Of iemand anders kan de injectie aan de achterkant van uw bovenarm geven.
- Verander de injectieplaats elke week. U kunt hetzelfde gebied van uw lichaam gebruiken, maar zorg ervoor dat u een andere injectieplaats in dat gebied kiest.

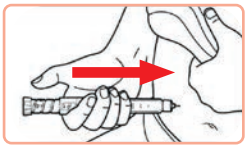


Stap 11:

- **Draai aan de doseerknop tot hij stopt en het teken /1/ zichtbaar is in het doseervenster.**
  Het teken /1/ is gelijk aan een volledige dosis.

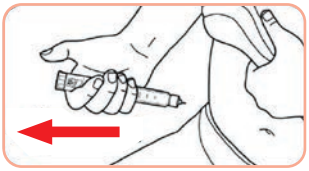
Voor elke wekelijkse injectie ziet u dan het teken /1/ in het venster staan.
/1/ = volledige dosis





Stap 12:

- Zet de naald in uw huid
- Injecteer het medicijn door de doseerknop in te drukken totdat hij stopt. Tel daarna langzaam tot 5 terwijl u de doseerknop ingedrukt houdt. Als u het teken 0 in het venster ziet, dan weet u dat de injectie klaar is.



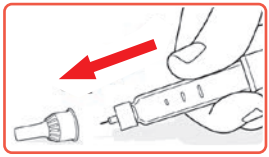
Stap 13:

- Verwijder de naald uit uw huid. Een druppel medicijn aan de punt van de naald is normaal. Het heeft geen invloed op uw dosis.
- Controleer het teken 0 in het doseervenster. Als u het teken 0 in het doseervenster ziet, heeft u de volledige dosis gekregen.
- Als u geen 0 in het doseervenster ziet, zet u de naald weer in uw huid en maakt u de injectie af. Stel geen nieuwe dosis in.
- Als u nog steeds denkt dat u niet de volledige dosis hebt geïnjecteerd, begin dan **niet** opnieuw of herhaal de injectie dan niet. Neem contact op met het lokale kantoor van Lilly, dat in de bijsluiter staat.

Na uw injectie met de Mounjaro KwikPen

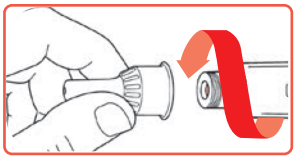
Stap 14:

- Als u een druppel bloed ziet na het verwijderen van de naald uit uw huid, druk dan zachtjes op de injectieplaats met een gaasje of een wattenbolletje. Wrijf **niet** over de injectieplaats.



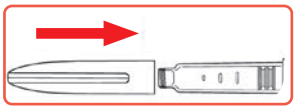
Stap 15:

- Doe de buitenste naaldbeschermer voorzichtig terug op de naald.



Stap 16:

- Draai de naald met dop en al van de pen en gooi deze weg in een scherpafvalcontainer (zie 'Weggooien van de Mounjaro KwikPen en pennaalden').
- Bewaar de pen **niet** met de naald erop, om lekkage, verstopping van de naald en het instromen van lucht in de pen te voorkomen.



Stap 17:

- Doe de dop terug op de pen. Bewaar de pen **niet** zonder de pendop erop.

PP-TR-NL-0117 (V4.3)

Eli Lilly Nederland BV,
Papendorpseweg 83, 3528 BJ Utrecht

Lilly
A MEDICINE COMPANY