

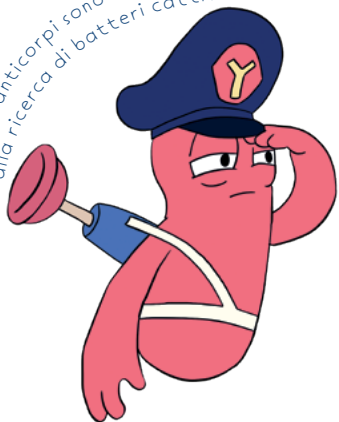
# HAI PAURA DEGLI AGHI? IGI È QUI PER AIUTARTI



In questo opuscolo, il tuo amico IGI risponderà ad alcune domande che potresti avere sugli aghi utilizzati durante il trattamento per l'immunodeficienza primaria (IDP).

Se hai altre domande, ricorda che puoi sempre parlare con il tuo dottore o infermiere.

gli anticorpi sono sempre  
alla ricerca di batteri cattivi



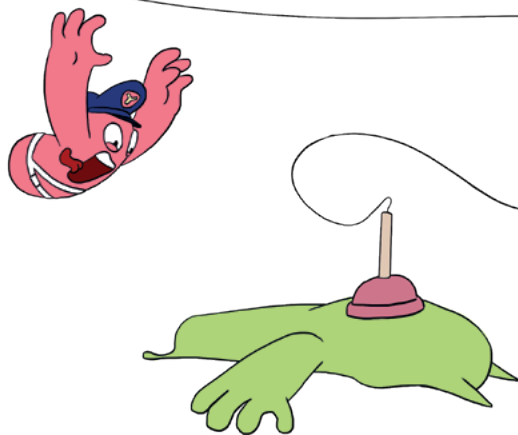
## LE INFUSIONI DI ANTICORPI AIUTERANNO IL TUO CORPO A PROTEGGERSI

Quando hai l'immunodeficienza primaria (o IDP), parte del tuo sistema immunitario non funziona o non funziona come dovrebbe. Potresti non avere abbastanza anticorpi per proteggerti contro virus e batteri cattivi.

Quando ricevi un'infusione, si usa un ago che serve a somministrarti gli anticorpi che ti aiuteranno a sconfiggere i batteri cattivi e a mantenerti il più sano possibile.

Gli aghi possono fare paura. Le infusioni di anticorpi sono molto importanti perché aiutano il tuo corpo a proteggersi. Bisogna farle, anche se ti senti bene.

I virus e i batteri cattivi ti fanno stare male, ma gli anticorpi sanno come sconfiggerli



## CHE COS'È LA PAURA DEGLI AGHI?

La paura degli aghi (che alcuni chiamano belonefobia) è quando sei così spaventato dagli aghi da non volere ricevere le infusioni.

La paura degli aghi è abbastanza comune. Tante persone la hanno.

### LO SAPEVI?

Circa 1 persona su 10 ha paura degli aghi.

## COME TI PUÒ FARE SENTIRE LA PAURA DEGLI AGHI?

Se hai paura degli aghi, anche solo vedere o pensare agli aghi e alle iniezioni può farti sentire male. Alcune persone sentono il cuore battere molto forte, iniziano a sudare freddo e a tremare, e hanno giramenti di testa. Alcune persone addirittura svengono.

Se ti senti così prima di ricevere un'infusione di anticorpi, non ti preoccupare! Il tuo dottore o infermiere ti aiuterà a sentirti meglio.

## COME TI FANNO SENTIRE GLI AGHI?

Loro sono Emily, Ben e Chloe. Hanno tutti l'IDP, come te. Qui sotto ci diranno come li fanno sentire gli aghi.

Quando pensi agli aghi, ti senti più come Emily, Ben o Chloe?



### EMILY DICE

“Gli aghi non sono la cosa più spaventosa del mondo. Sono piccoli e mi aiutano a stare meglio.”



### BEN DICE

“Non mi piacciono tanto gli aghi. A volte mi preoccupa l'idea di ricevere le infusioni.”



### CHLOE DICE

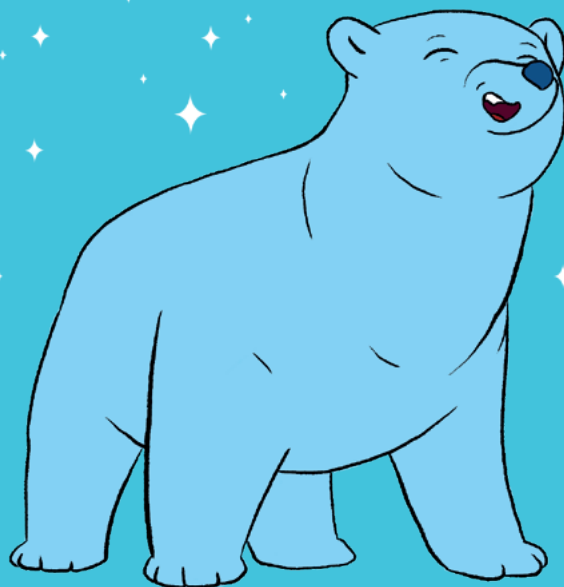
“Ho molta paura degli aghi. Ogni volta che ci penso, mi sento male. Sono persino svenuta durante l'ultima infusione. A volte cerco di evitarli.”

## È POSSIBILE FARE UN TRATTAMENTO SENZA AGHI?

Non ancora, purtroppo. Tutti i diversi tipi d'infusione utilizzano gli aghi per somministrare gli anticorpi che ti aiuteranno a sconfiggere i batteri cattivi, perciò sono importanti per mantenerti il più sano possibile.

### È BENE PARLARNE

Se hai paura degli aghi, le infusioni potrebbero essere una brutta esperienza. È importante che tu dica ai tuoi genitori o a chi si prende cura di te, oppure al tuo dottore o infermiere, che gli aghi ti fanno paura. Digli come ti senti e loro sapranno come tranquillizzarti sulle infusioni.



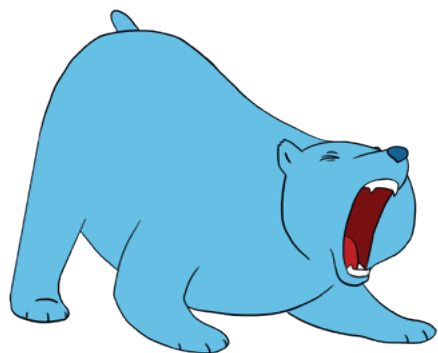
## LE COSE CHE TI AIUTANO A SENTIRTI MEGLIO DURANTE L'INFUSIONE

La prossima volta che riceverai un'infusione, prova a seguire i consigli elencati qui sotto per vedere se ti aiutano a sentirti meglio.



### FAI UN RESPIRO PROFONDO

Posa una mano sulla pancia e fai un respiro lungo e profondo, ispirando dal naso e poi giù, fino alla pancia. Poi espira lentamente dalla bocca. Prova a ripeterlo per 5 volte.



### RINGHIA COME UN ORSO...

...miagola come un gatto o addirittura barrisci come un elefante. Ogni volta che ti senti spaventato durante un'iniezione, prova a fare il verso del tuo animale preferito.



### SOFFIA VIA IL DOLORE

Se senti dolore, soffia delicatamente sull'area dell'iniezione per mandare via un po' di dolore.

Ricordati sempre che gli aghi e le infusioni ti aiutano a sconfiggere i batteri cattivi e a mantenerti sano.

Non dimenticare che se hai qualsiasi domanda puoi sempre parlare con i tuoi genitori o chi si prende cura di te oppure con il tuo dottore o infermiere.

#### Fonti:

1. Guy's and St Thomas'. Overcoming your needle phobia (fear of needles): Blood, injury and needle phobias and procedural anxiety. Disponibile su: <https://www.guysandstthomas.nhs.uk/resources/patient-information/all-patients/overcoming-your-fear-of-needles.pdf>. Dati a novembre 2019.
2. University Hospital di Southampton. Patient information factsheet. Disponibile su: <https://www.uhs.nhs.uk/Media/Controlleddocuments/Patientinformation/Tests/Blood-injury-and-needle-phobias-and-procedural-anxiety-patient-information.pdf>. Dati a novembre 2019.

