Das Onlineportal zur Therapie

Das kostenlose Patient:innenportal **Here We Go** ist ein hilfreicher Partner, um bei der Gewichtsabnahme zu unterstützen.

Unter **www.herewego.de** findest du Antworten auf konkrete Fragen zur Therapie, zum Wirkmechanismus oder zu Nebenwirkungen. Du erhältst viele Tipps und Inspirationen für deine Reise zu einem gesünderen Gewicht – egal an welchem Punkt deiner Behandlung du dich gerade befindest.

Die regelmäßige Nutzung von **www.herewego.de** kann dir dabei helfen, den Therapieerfolg zu steigern und die Gewichtsreduktion zu optimieren – dabeibleiben lohnt sich! Zur weiteren Unterstützung steht dir unser Patient:innenservice zur Verfügung.

Aktuelle, relevante Artikel

Hilfreiche Videos

Fortschritts-Tracker

Here WeGo

So meldest du dich an:
Scanne den QR-Code.

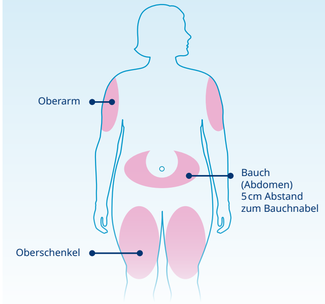
Gib dann folgenden Zugangscode ein:
796413
oder die PZN-Nummer, die du auf deiner Wegovy® Verpackung findest.
Erstelle nun ein Benutzerkonto mit deiner E-Mail-Adresse und dann kann's losgehen!

Vergessene Injektion – die 5-Tage-Regel

Wende nicht die doppelte Menge an, um eine vergessene Dosis auszugleichen.

Wenn du eine Injektion vergessen hast und der ausgelassene Zeitpunkt weniger als fünf Tage zurückliegt, wende Wegovy® an, sobald es dir einfällt. Die nächste Dosis spritzt du wie üblich am geplanten Wochentag. Liegt der ausgelassene Zeitpunkt länger als fünf Tage zurück, überspringe die vergessene Dosis. Spritze die nächste Dosis wie üblich am nächsten geplanten Wochentag.

Wohin wird injiziert?

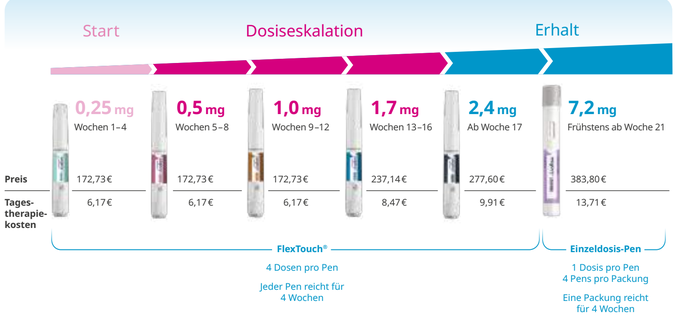


Die Dosis steigern

Deine Wegovy® Behandlung beginnt mit einer niedrigen Dosis, die alle vier Wochen stufenweise erhöht wird. Diese Dosissteigerung ist dafür ausgelegt, mögliche Nebenwirkungen im Magen-Darm-Trakt zu minimieren.

So kann sich dein Körper langsam an das Medikament gewöhnen. Deine Ärztin oder dein Arzt kann das Dosierungsschema anpassen, falls du starke Nebenwirkungen verspürst. Du beginnst mit einer Dosis von 0,25 mg Wegovy® einmal wöchentlich über vier Wochen.

Deine Dosis sollte jeden Monat schrittweise erhöht werden, bis du eine Erhaltungsdosis von 2,4 mg oder 7,2 mg erreichst.



Wegovy® ist in sechs verschiedenen Pens verfügbar, von denen jede Variante eine der folgenden verschriebenen Dosierungen abgeben kann: **0,25 mg – 0,5 mg – 1 mg – 1,7 mg – 2,4 mg – 7,2 mg**

Wie gehe ich mit Nebenwirkungen um?

Wie bei jedem Medikament können auch bei Wegovy® Nebenwirkungen auftreten. Insbesondere in den ersten Wochen der Anwendung und auch bei Dosiserhöhungen kann es einige Tage lang zu Nebenwirkungen kommen. Die häufigsten sind Übelkeit, Durchfall, Erbrechen, Verstopfung, Kopfschmerzen, Bauchschmerzen und/oder Müdigkeit.

Die gute Nachricht ist, dass bereits kleine Veränderungen helfen können, um Nebenwirkungen im Magen-Darm-Bereich, wie z. B. Übelkeit oder Bauchschmerzen, abzumildern.

Dieses Arzneimittel unterliegt einer besonderen Überwachung.

Wende dich bei Nebenwirkungen an deine Ärztin oder deinen Arzt, diese melden jeden Verdachtsfall einer Nebenwirkung dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM).

1 Essgewohnheiten

- Langsam essen
- Kleinere Portionen
- Nur bei Hungergefühl essen
- Verteilung auf mehrere Mahlzeiten
- Bei Sättigung stoppen
- Keinen Strohhalm
- Keine Ablenkung beim Essen
- Nicht liegen nach dem Essen
- Nicht zu spät essen
- Nicht zu aktiv direkt nach dem Essen

2 Zusammensetzung der Lebensmittel

- Fettarme Ernährung
- Warme Mahlzeiten
- Wasserreiche Lebensmittel
- Wenig Süßigkeiten, Dressings und Scharfes
- Mehr klare Getränke wie Wasser (in kleinen Schlucken und Mengen) und weniger kohlensäurehaltige und alkoholische Getränke trinken

3 Lebensstil

- Frische Luft, leichte Bewegung
- Ernährungstagebuch zur Dokumentation der Ernährung führen und um herauszufinden, was gut verträglich ist

Art.-Nr. 714440 (07/26) DE26SEWO00304 Druckerei: PPPP Druck: 08/26

novo nordisk®



Wegovy® Fertigpens auf einen Blick

Hinweis:
Dieses Material ersetzt NICHT die Gebrauchsinformation. Bitte ziehe für umfassende Informationen zum Beginn der Behandlung mit Wegovy® die Packungsbeilage zurate und konsultiere deine Ärztin oder deinen Arzt, wenn du weitere Fragen hast.

Wegovy® ist eine eingetragene Marke von Novo Nordisk A/S.
Novo Nordisk Pharma GmbH, Mainz

NUR IM RAHMEN EINER VERORDNUNG ZUR ABGABE AN PATIENT:INNEN

Wegovy® FlexTouch® Pen mit 0,25/0,5/1,0/1,7/2,4 mg

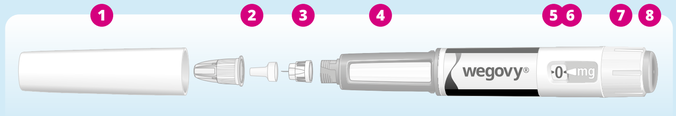
Vorbereitung

Dies ist eine Kurzanleitung.
Lies vor der Injektion auch die ausführliche Bedienungsanleitung, die deinem Pen beiliegt.

Über diesen QR-Code und im Patient:innenportal **www.herewego.de** findest du ein Video, das die Benutzung des Pens ausführlich erklärt.

Ein Pen reicht für vier Wochen, denn er enthält vier Dosen (eine Dosis pro Woche). Die Pens sind **farblich unterschiedlich,** da es fünf verschiedene Dosierungsstärken von 0,25 mg bis 2,4 mg gibt – **so findest du jeweils nach vier Wochen den Pen mit der nächsten Dosierung schneller.**

Der Injektionsknopf ist leicht zu drücken – du brauchst **nicht viel Kraft** für eine reibungslose Verabreichung. Nach jeder verabreichten Dosis hörst du **ein Klicken** und die Anzeige zeigt wieder 0 an.



1. Pen-Kappe
Setze die Pen-Kappe nach der Benutzung immer wieder auf, um das Medikament vor Licht zu schützen.

2. Nadel-Kappen
Die Injektionsnadel ist von 2 Nadel-Kappen bedeckt: die größere, äußere Nadel-Kappe und die kleinere, innere Nadel-Kappe. **Beide** müssen vor der Injektion abgezogen werden.

3. Nadeln
Benutze für jede Injektion immer eine neue Nadel. So vermeidest du verstopfte Nadeln, Verunreinigungen, Infektionen und ungenaue Dosierungen.

4. Sichtfenster
Überprüfe vor der Verwendung, ob die Wegovy® Lösung klar und farblos ist.

5. Dosisanzeige
Überprüfe vor der Verwendung, ob nach dem Aufdrehen die richtige Dosis in der Mitte der Dosisanzeige angezeigt wird.

6. Dosismarkierung
Der Pfeil befindet sich auf der Höhe der von dir gewählten Dosis.

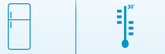
7. Dosiseinstellring
Drehe den Dosiseinstellring, um die von dir benötigte Dosis auszuwählen.

8. Injektionsknopf
Drücke den Injektionsknopf und halte ihn fest gedrückt, um deine Dosis zu injizieren.

Wie du die Wegovy® FlexTouch® Pens aufbewahrst

Lagere **unbenutzte** Wegovy® Pens im **Kühlschrank bei 2 °C bis 8 °C**, halte sie vom Kühlaggregat fern und **friere sie nicht ein!** Am besten eignet sich die Aufbewahrung in der Tür oder im Butterfach des Kühlschranks – Hauptsache: unzugänglich für Kinder.

Der Pen, den du **aktuell nutzt**, kann bis zu **6 Wochen** lang **bei Zimmertemperatur bis 30 °C** oder im Kühlschrank aufbewahrt werden.

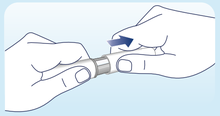


Injektion in 6 Schritten

Du verabreichst Wegovy® mit dem Fertigpen 1 x pro Woche zu einem beliebigen Zeitpunkt unabhängig von den Mahlzeiten.
Wende Wegovy® am besten immer am selben Tag zur gleichen Tageszeit an, um eine Routine zu entwickeln – z. B. immer sonntags vor dem Schlafengehen.

Damit du die wöchentliche Injektion nicht vergisst, kannst du eine Erinnerung in deinem Telefon oder Kalender einrichten (Wochentag und Uhrzeit, an dem deine Behandlung beginnt).

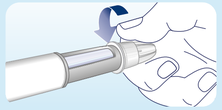
Überprüfe NUR vor deiner ersten Injektion mit dem neuen Fertigpen den Durchfluss. Bei allen weiteren Injektionen mit diesem Pen führst du **keine weitere Durchflusskontrolle** durch. Nur so ist sichergestellt, dass für genau 4 Injektionen ausreichend Flüssigkeit im Pen ist.



1 Fertigpen überprüfen

Nimm den Wegovy® Pen aus der Verpackung und überprüfe den Namen und das farbcodierte Etikett.

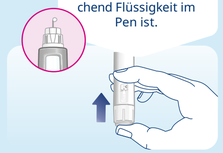
Ziehe dann die Pen-Kappe ab und überprüfe, ob die Wegovy® Lösung im Fertigpen klar und farblos ist.



2 Neue Nadel befestigen

Nimm eine Nadel aus der Schachtel und ziehe die Papierlasche ab. Drücke die Nadel gerade auf den Pen.

Schraube dann die Nadel auf den Pen, bis sie festsitzt. Dann ziehst du die äußere **und** die innere Nadel-Kappe ab.



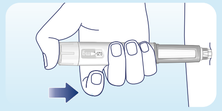
3 Durchfluss überprüfen

Drehe den Dosiseinstellring, bis die Dosisanzeige das Durchflusskontrollsymbol (••) anzeigt. Halte den Fertigpen mit der Nadel nach oben gerichtet. Drücke den Injektionsknopf und halte ihn gedrückt. Vergewissere dich, dass ein Tropfen Lösung an der Spitze der Nadel erscheint. Wenn kein Tropfen erscheint, wiederholst du den Vorgang.



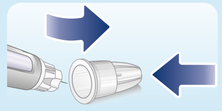
4 Dosis einstellen

Drehe den Dosiseinstellring, bis die Dosisanzeige stoppt und deine verschriebene Dosis anzeigt. Wenn diese auf Höhe der Dosismarkierung erscheint, hast du deine Dosis eingestellt.



5 Injiziere die Dosis

Stich die Nadel in deine Haut des Bauchs, Oberarms oder Oberschenkels. Vergewissere dich, dass du die Dosisanzeige sehen kannst. Drücke den Injektionsknopf und halte ihn fest gedrückt. Der Dosiszähler kehrt zu -0- zurück und du hörst ein Klicken. Halte den Injektionsknopf weiter gedrückt und zähle langsam bis sechs. Dann ziehst du die Nadel aus deiner Haut.



6 Nadel entfernen

Führe die Nadel vorsichtig in die **äußere Nadel-Kappe** ein. Sobald die Nadel bedeckt ist, schraubst du sie ab und entsorgst sie. Dann setzt du die Pen-Kappe wieder auf den Fertigpen.

Wegovy® Einzeldosis-Pen mit 7,2 mg

Vorbereitung

Dies ist eine Kurzanleitung.
Lies vor der Injektion auch die ausführliche Bedienungsanleitung, die deinem Pen beiliegt.

Über diesen QR-Code und im Patient:innenportal **www.herewego.de** findest du ein Video, das die Benutzung des Pens ausführlich erklärt.

Der Wegovy® 7,2 mg Pen enthält 7,2 mg Semaglutid und ist für den **einmaligen Gebrauch** bestimmt.



1 Dosis pro Pen
4 Pens pro Packung
1 Packung für 4 Wochen

Vor der Verwendung



1. Pen-Kappe
Entferne die Pen-Kappe unmittelbar vor der Injektion von Wegovy®.

2. Nadel-Kappe
Die Injektionsnadel ist im Inneren verborgen.

3. Sichtfenster
Überprüfe vor der Verwendung, ob die Wegovy® Lösung klar und farblos ist. Luftblasen sind normal. Sie haben keinen Einfluss auf die Dosis.

Nach der Verwendung



1. Nadel-Kappe
Verriegelt sich automatisch nach der Injektion.

2. Sichtfenster
Vergewissere dich, dass sich der gelbe Balken nicht mehr bewegt, um sicherzustellen, dass die volle Dosis abgegeben wurde.

Wie du den Wegovy® 7,2 mg Einzeldosis-Pen aufbewahrst

- Lagere unbenutzte Pens im **Kühlschrank bei 2 °C bis 8 °C**, halte sie vom Kühlaggregat fern und **friere sie nicht ein!**
- Der Wegovy® 7,2 mg Pen kann **bis zu 28 Tage** ungekühlt bei einer Temperatur von **höchstens 30 °C** gelagert werden.
- Entsorge Wegovy® 7,2 mg Pens, wenn sie über 30 °C oder länger als 28 Tage außerhalb des Kühlschranks gelagert wurden.
- Verwende dieses Arzneimittel nicht nach Ablauf des Verfallsdatums
- Bewahre die Pens stets in der Originalverpackung auf, um sie vor Licht zu schützen.

4 nützliche Informationen zu deinem Wegovy® 7,2 mg Einzeldosis-Pen

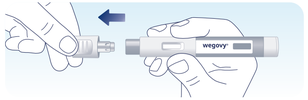
1. **Einmalgebrauch:** Jeder Wegovy® 7,2 mg Pen ist für den einmaligen Gebrauch bestimmt.
2. **Packungsinhalt:** Jede Packung enthält 4 Wegovy® 7,2 mg Pens, was einem Vorrat für 4 Wochen entspricht. Integrierte Nadel: Du musst dir keine Gedanken über den Nadelwechsel machen. Dein Pen verfügt über eine versteckte, bereits integrierte Nadel.
3. **Einfache Anwendung:** Zum Injizieren entfernst du einfach die Kappe und befolgst die Anweisungen.
4. **Einweisung erforderlich:** Bevor du den Wegovy® 7,2 mg Pen zum ersten Mal verwendest, lass dir von deinem Arzt oder deiner Ärztin die Anwendung zeigen.

Injektion in 2 Schritten

Anwendung in zwei einfachen Schritten:
Bevor du mit der Anwendung deines Wegovy® 7,2 mg Pens beginnst, lies bitte die Anweisungen in der Packungsbeilage sorgfältig durch. Sprich auch mit deine:r Ärzt:in oder deine:r Apotheker:in darüber, wie du Wegovy® richtig injizierst.

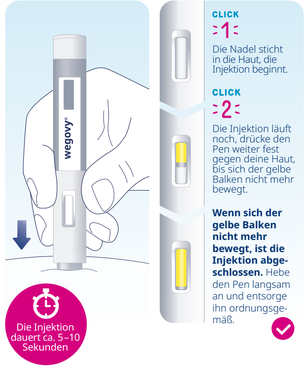
1 Entferne die Kappe

Ziehe die Kappe vom Pen ab.



2 Injiziere die Dosis

- Drücke den Pen fest gegen deine Haut, die Nadel-Kappe schiebt sich dadurch zurück und die versteckte Nadel kann in die Haut stechen, sodass die Injektion starten kann.
- Bei der Verabreichung der Dosis erscheint ein gelber Balken im Fenster des Pens.
- Wenn der gelbe Balken nicht anfängt, sich zu bewegen, drücke den Pen fester gegen deine Haut, um die Injektion auszulösen.



Achtung – der 2. Klick bedeutet:
Die Injektion läuft noch. Hebe den Pen **nicht** an, bevor der gelbe Balken zum Stillstand gekommen ist. Andernfalls wird die automatische Injektion zwar fortgesetzt, aber du erhältst möglicherweise nicht die volle Dosis.