

Instrukcja obsługi

Przegląd glukozy mySugr

1 Informacje o niniejszej instrukcji

Niniejsza instrukcja zawiera informacje dotyczące przeznaczenia produktu, bezpiecznego użytkowania oraz postępowania w razie nieprawidłowości. Ostrzeżenia, środki ostrożności i uwagi są wyróżnione. Należy uważnie przeczytać instrukcje, a jeśli potrzebne są dodatkowe informacje, należy skontaktować się z obsługą klienta.

Instrukcję można pobrać tutaj: <https://support.mysugr.com/>

Wszelkie poważne zdarzenia wynikające z używania tego wyrobu medycznego należy zgłaszać firmie mySugr i organom krajowym.

2 Wskazania dotyczące stosowania

2.1 Przewidziane zastosowanie

Funkcja przeglądu glukozy mySugr służy do ciągłego wyświetlania i odczytu wartości glukozy w czasie rzeczywistym z podłączonego czujnika do ciągłego monitorowania stężenia glukozy (ang. continuous glucose monitoring, CGM) oraz do pomocy w wizualizacji i analizie danych dotyczących cukrzycy. Jest to funkcja oprogramowania Dzienniczka mySugr, która pomaga w codziennym zarządzaniu cukrzycą przez osoby z cukrzycą.

2.2 Dla kogo przeznaczona jest funkcja przeglądu glukozy mySugr?

ŚRODEK OSTROŻNOŚCI

Ryzyko różnych szkód

Gwarancja prawidłowego i bezpiecznego działania funkcji przeglądu glukozy mySugr obejmuje tylko przewidzianych użytkowników.

Funkcja przeglądu glukozy mySugr jest przeznaczona dla użytkowników, którzy:

- ukończyli 18 lat i mają zdiagnozowaną cukrzycę;
- znajdują się pod opieką lekarza bądź wykwalifikowanego personelu medycznego;
- są fizycznie i psychicznie zdolni do samodzielnego prowadzenia swojej terapii;
- są w stanie w sposób prawidłowy korzystać z kompatybilnego urządzenia mobilnego;
- są w stanie przeczytać informacje wyświetlane na ekranie kompatybilnego urządzenia mobilnego.

2.3 Wskazania

Funkcja przeglądu glukozy mySugr jest przeznaczona dla użytkowników, u których zdiagnozowano cukrzycę.

2.4 Potrzebne urządzenia

Do korzystania z funkcji przeglądu glukozy mySugr potrzebne jest:

- Urządzenie mobilne z systemem operacyjnym iOS lub Android do uruchomienia aplikacji. Najnowsze informacje na temat kompatybilnych urządzeń można znaleźć w rozdziale „Na jakich urządzeniach działa Dzienniczek mySugr?” w instrukcji obsługi Dzienniczka mySugr.
- Urządzenie Accu-Chek SmartGuide. Informacje i instrukcje dotyczące stosowania czujnika znajdują się w instrukcji obsługi dostarczonej wraz z urządzeniem.
- Jeśli używanym telefonem jest iPhone, funkcji przeglądu glukozy mySugr można używać w połączeniu z zegarkiem Apple Watch – patrz rozdział [Korzystanie z zegarka Apple Watch](#). Wymagany jest system watchOS w wersji 9 lub nowszej. Inne smartwatche nie są kompatybilne z funkcją przeglądu glukozy mySugr.

Przed zaktualizowaniem urządzenia mobilnego do nowszej wersji systemu operacyjnego należy upewnić się, że aplikacja mySugr jest z nią kompatybilna. Jeśli nadal potrzebna będzie pomoc, prosimy o skontaktowanie się z obsługą klienta.

2.5 Środowisko użytkowania

Ponieważ funkcja przeglądu glukozy mySugr jest aplikacją mobilną, może być używana w każdym środowisku, w którym zwykle można bezpiecznie korzystać z urządzenia mobilnego.

Należy także pamiętać o przestrzeganiu warunków środowiskowych dotyczących urządzenia Accu-Chek SmartGuide i swojego urządzenia mobilnego. Więcej informacji można znaleźć w instrukcji obsługi dostarczonej wraz z urządzeniem Accu-Chek SmartGuide oraz w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego lub systemu operacyjnego urządzenia mobilnego.

3 Przeciwwskazania i ograniczenia

3.1 Przeciwwskazania

Brak znanych przeciwwskazań.

3.2 Ograniczenia

OSTRZEŻENIE

Ryzyko poważnych konsekwencji zdrowotnych

Funkcja przeglądu glukozy mySugr nie udziela porad medycznych. Funkcja przeglądu glukozy mySugr służy do wspomagania leczenia cukrzycy, ale nie zastępuje konsultacji z lekarzem lub członkiem personelu medycznego. Nadal potrzebujesz profesjonalnego i regularnego przeglądu wartości hemoglobiny glikowanej (HbA1c) i musisz samodzielnie zarządzać poziomami glukozy we krwi.

Zmiany dotyczące całościowej terapii cukrzycy mogą być dokonywane wyłącznie przez personel medyczny. W przypadku pytań dotyczących terapii należy skonsultować się z personelem medycznym.

- Funkcja przeglądu glukozy mySugr komunikuje się z czujnikiem za pośrednictwem technologii *Bluetooth*[®] Low Energy. Urządzenia obsługujące standard *Bluetooth*[®] Low Energy w wersji niższej niż 5.0 mogą nie być kompatybilne.
- Użytkownik będzie odbierał alarmy tylko wtedy, gdy czujnik będzie połączony z aplikacją, a powiadomienia zostały włączone przez użytkownika.
- Funkcja przeglądu glukozy mySugr jest przeznaczona dla osób, które są w stanie przeczytać informacje wyświetlane na ekranie kompatybilnego urządzenia mobilnego.
- Funkcja przeglądu glukozy mySugr powiadamia o alarmach głównie za pomocą dźwięku. Ponadto mogą być stosowane inne metody powiadamiania, na przykład powiadomienia dotykowe lub wizualne. W przypadku zaburzeń słuchu, na przykład z powodu utraty słuchu, należy używać odpowiedniej dla siebie metody powiadamiania o alarmach.
- Powiadomienia o alarmach nie mogą być zagwarantowane we wszystkich przypadkach ze względu na ograniczenia funkcji powiadomień i alarmów danego urządzenia mobilnego. **Nie należy** polegać wyłącznie na alarmach. W przeciwnym razie można nie zauważyć poważnie niskiej lub wysokiej glukozy. Należy regularnie otwierać funkcję przeglądu glukozy mySugr, aby sprawdzać poziom glukozy zgodnie z instrukcjami personelu medycznego lub w przypadku podejrzenia, że poziom glukozy może być niski lub wysoki. Nie wolno ignorować objawów niskiej lub wysokiej glukozy.
- Jeśli czujnik jest w trybie trendu, wartości CGM pochodzące z czujnika mogą być mniej dokładne. W rezultacie alarmy mogą się uruchamiać nawet wtedy, gdy rzeczywisty poziom glukozy mieści się w zakresie docelowym. Może się również zdarzyć, że alarm się nie uruchomi, nawet jeśli rzeczywisty poziom glukozy jest zbyt wysoki lub zbyt niski. Pozostałe informacje znajdują się w rozdziale [Tryb trendu i tryb terapii](#).
- W przypadku utraty połączenia z czujnikiem nie wolno wykorzystywać poprzednich danych CGM do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny. Informacje dotyczące włączania alarmu o utracie połączenia zawiera rozdział [Powiadomienia czujnika](#).

4 Ogólne informacje dotyczące bezpieczeństwa

OSTRZEŻENIE

Ryzyko błędnych decyzji o terapii

Nie należy szacować ani przyjmować założeń dotyczących brakujących danych CGM. Szacowanie lub przyjmowanie założeń dotyczących brakujących danych CGM może prowadzić do błędnych decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny.

W przypadku braku danych CGM należy upewnić się, że funkcja przeglądu glukozy mySugr jest prawidłowo skonfigurowana, a czujnik i urządzenie mobilne są połączone. Więcej informacji na temat prawidłowej konfiguracji funkcji przeglądu glukozy mySugr i czujnika można znaleźć w rozdziale [Pierwsze kroki](#). W przypadku braku pewności, czy funkcja przeglądu glukozy mySugr lub czujnik działają prawidłowo, należy skorzystać z alternatywnej metody pomiaru stężenia glukozy i skontaktować się z obsługą klienta.

OSTRZEŻENIE

Ryzyko nieprawidłowych wartości CGM

Funkcja przeglądu glukozy mySugr jest przeznaczona do użytku z 1 czujnikiem i 1 urządzeniem mobilnym jednocześnie. W przypadku korzystania z wielu czujników lub wielu urządzeń mobilnych mogą być wyświetlane nieprawidłowe wartości CGM.

Należy stosować tylko 1 czujnik i podłączyć go tylko do 1 urządzenia mobilnego.

ŚRODEK OSTROŻNOŚCI

Ryzyko błędnych decyzji o terapii

Prognozy mogą dostarczać informacji na temat przyszłych działań w ramach zarządzania cukrzycą. Jednakże prognozy dotyczące okresu dłuższego niż 45 minut mają charakter wyłącznie informacyjny i nie powinny być wykorzystywane do podejmowania natychmiastowych działań.

ŚRODEK OSTROŻNOŚCI

Ryzyko błędnych decyzji o terapii

Zawsze należy mieć dostęp do alternatywnych metod pomiaru stężenia glukozy. W przypadku utraty urządzenia mobilnego lub awarii systemu należy skorzystać z alternatywnej metody pomiaru stężenia glukozy.

ŚRODEK OSTROŻNOŚCI

Ryzyko poważnych konsekwencji zdrowotnych

Wartości glukozy wyświetlane w funkcji przeglądu glukozy mySugr mogą nie zawsze być dokładne. Nie należy ignorować objawów niskiej lub wysokiej glukozy. Jeśli wyświetlana wartość CGM nie odpowiada samopoczuciu:

1. Należy zastosować alternatywną metodę pomiaru stężenia glukozy.
2. Jeśli objawy nadal nie odpowiadają wartości glukozy, należy skonsultować się z personelem medycznym.

Pozostałe informacje znajdują się w rozdziale [Rozwiązywanie problemów i pomoc](#).

OSTRZEŻENIE

Ryzyko błędnych decyzji o terapii

Rozszerzony ciemny motyw w systemie Android 16 (i nowszym) wymusza ciemny motyw we wszystkich aplikacjach. Aplikacja mySugr nie obsługuje tej funkcji. Upewnij się, że podczas korzystania z aplikacji mySugr rozszerzony ciemny motyw jest wyłączony. W innym przypadku kolory zakresów stężenia glukozy się zmieniają i trudno będzie odczytać niektóre informacje, co może spowodować błędne decyzje o terapii.

Aby uzyskać informacje na temat warunków środowiskowych urządzenia mobilnego, należy zapoznać się z instrukcją obsługi systemu operacyjnego urządzenia mobilnego.

Funkcja przeglądu glukozy mySugr jest przeznaczona wyłącznie do użytku przez jedną osobę. Ze swoich spersonalizowanych danych ani prognozy nie wolno korzystać wspólnie z innymi osobami, nawet jeśli warunki terapii wydają się podobne.

Funkcja przeglądu glukozy mySugr wymaga dźwięku, aby odpowiednio sygnalizować ważne informacje. Przed użyciem należy sprawdzić ustawienia urządzenia mobilnego. W przeciwnym razie informacje mogą zostać niezauważone.

5 Kluczowe funkcje

WSKAZÓWKA

Funkcje przeglądu glukozy mySugr są dostępne tylko wtedy, gdy uruchomiona jest aplikacja mySugr i użytkownik jest zalogowany.

Wartości CGM w czasie rzeczywistym

Należy sprawdzać wartości CGM w czasie rzeczywistym bezpośrednio na urządzeniu mobilnym lub zegarku Apple Watch. Funkcja przeglądu glukozy mySugr musi być połączona z czujnikiem Accu-Chek SmartGuide założonym na ramieniu. Funkcja przeglądu glukozy mySugr komunikuje się z czujnikiem za pośrednictwem technologii *Bluetooth®* Low Energy. Co 5 minut czujnik wysyła wartość CGM do funkcji przeglądu glukozy mySugr. Czas noszenia każdego czujnika Accu-Chek SmartGuide wynosi maksymalnie 14 dni i wymaga kalibracji za pomocą glukometru, aby wartości CGM można było wykorzystać do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny. Po upływie 14 dni należy zdjąć czujnik. Czujnik należy wymienić na nowy.

Informacje na wyciągnięcie ręki

Ekran główny zawiera wszystkie ważne informacje dotyczące zarządzania cukrzycą, które są od razu widoczne:

- Bieżące alarmy.
- Bieżąca wartość CGM i trend.
- Predykcja poziomu glukozy na najbliższe 2 godziny.
- Powiadomienie „Wkrótce poziom glukozy będzie niski”.
- Predykcja nocnego niskiego poziomu.
- Wykryte wzorce.
- Czas w zakresie docelowym.
- Wskaźnik zarządzania glikemią (GMI).

Możliwość dostosowania ustawień i alarmów

Aplikację można dostosować do swoich osobistych potrzeb i preferencji dzięki konfigurowalnym ustawieniom. Istnieje możliwość zmiany wartości alarmu dla wysokiej i niskiej glukozy oraz innych ustawień.

Predykcja stężenia glukozy

Predykcja stężenia glukozy na następne 2 godziny jest wyświetlana w tej aplikacji wtedy, gdy czujnik zostanie prawidłowo skonfigurowany i przynajmniej 1 godzina ciągłych danych CGM zostanie przesłana z czujnika.

Powiadomienie „Wkrótce poziom glukozy będzie niski”

Po podłączeniu czujnika, jeśli funkcja jest włączona, funkcja przeglądu glukozy mySugr wykrywa i powiadamia użytkownika o możliwym spadku poziomu glukozy w ciągu najbliższych 30 minut. Domyślnie powiadomienie to jest już włączone przy pierwszym uruchomieniu funkcji przeglądu glukozy mySugr. Aby ją wyłączyć, należy przejść do opcji **Więcej > Ustawienia CGM > Alarmy > Alarmy predykcji**. Karta „Wkrótce poziom glukozy będzie niski” będzie stale wyświetlana na ekranie głównym.

To powiadomienie jest również wyświetlane na ekranie blokady lub po przesunięciu palcem w dół od góry jakiegokolwiek ekranu. Aby uzyskać więcej informacji i podjąć dowolnie wybrane działania, należy stuknąć powiadomienie.

Predykcja nocnego niskiego poziomu

Ta funkcja przewiduje prawdopodobieństwo wystąpienia niskiego stężenia glukozy w nocy, umożliwiając użytkownikowi zdecydowanie o podjęciu odpowiednich działań, zanim pójdzie spać. Ryzyko niskiego poziomu oznacza, że glukoza może spaść poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Jeśli funkcja jest włączona, zostanie wyświetlone powiadomienie, jeśli istnieje wysokie prawdopodobieństwo wystąpienia niskiej glukozy podczas snu. Aby przewidzieć prawdopodobieństwo, potrzeba danych z co najmniej 1 doby.

Istnieje możliwość skonfigurowania funkcji Predykcja nocnego niskiego poziomu i użycia jej do ręcznego zażądania obliczeń.

Wzorce glukozy

Ta funkcja rozpoznaje zdarzenia dotyczące stężenia glukozy powtarzające się w ciągu dnia lub tygodnia. Świadomość takich wzorców może pomóc w podjęciu kroków mających na celu optymalizację kontroli poziomu glukozy i podejmowanie bardziej świadomych decyzji o terapii. Gdy funkcja przeglądu glukozy mySugr otrzyma dane CGM z czujnika, wykryte wzorce z ostatnich 24 godzin wyświetlą się poniżej wykresu na ekranie głównym. Wzorce są wyświetlane w kolejności od najwyższego ryzyka medycznego od góry, np. wzorec bardzo niskiego stężenia glukozy lub wzorec niskiego stężenia glukozy.

Raporty

Za pomocą funkcji przeglądu glukozy mySugr można eksportować profil glukozy (ambulatoryjny profil glikemii) oraz wzorce glukozy w formacie PDF.

6 Pierwsze kroki

6.1 Instalacja i odinstalowywanie funkcji przeglądu glukozy mySugr

Funkcja przeglądu glukozy mySugr stanowi rozszerzenie Dzienniczka mySugr (aplikacji mySugr), które aktywuje się po podłączeniu czujnika Accu-Chek SmartGuide. Wystarczy pobrać i zainstalować aplikację mySugr na urządzeniu mobilnym. Więcej informacji na temat instalacji i użytkowania aplikacji mySugr można znaleźć w rozdziale Instalacja w instrukcji obsługi Dzienniczka mySugr.

W przypadku zaprzestania korzystania z czujnika nadal będzie można:

- eksportować poprzednie wartości CGM za pomocą zakładki CGM na ekranie Raporty;
- przeglądać zarówno wartości stężenia glukozy we krwi, jak i ostatnie wartości CGM na wykresie znajdującym się na ekranie głównym;
- używać wcześniej zapisanych spersonalizowanych ustawień użytkownika związanych z CGM podczas następnego parowania i łączenia nowego czujnika.

Po odłączeniu czujnika od funkcji przeglądu glukozy mySugr ekran główny automatycznie powróci do stanu domyślnego: Wykres będzie składał się z wartości stężenia glukozy we krwi, które zostały wprowadzone do Dzienniczka mySugr. Funkcje związane z CGM, takie jak predykcje lub alarmy, nie będą już dostępne.

6.2 Łączenie z czujnikiem

Należy połączyć czujnik Accu-Chek SmartGuide z urządzeniem mobilnym zgodnie z instrukcjami zawartymi w niniejszym rozdziale. W przeciwnym razie funkcja przeglądu glukozy mySugr nie będzie mogła odbierać wartości CGM z czujnika.

Z czujnikiem należy się łączyć wyłącznie w bezpiecznym, zaufanym środowisku. Może to zmniejszyć ryzyko połączenia się z czujnikiem przez inne osoby.

Przed połączeniem się z czujnikiem należy pobrać numer seryjny i 6-cyfrowy kod PIN z dolnej etykiety na niebieskiej zakrętce. Należy pamiętać, że w urządzeniach z systemem Android do ponownego połączenia tego samego czujnika, na przykład po wylogowaniu się z aplikacji mySugr, potrzebny będzie numer seryjny i 6-cyfrowy kod PIN. Dlatego zalecamy przechowywanie zakrętki do momentu wyrzucenia czujnika.

- Numer seryjny czujnika znajduje się obok ikony **SN**; patrz przykład poniżej.
- 6-cyfrowy kod PIN czujnika znajduje się obok słowa **PIN**; patrz przykład poniżej.



Funkcja przeglądu glukozy mySugr jest przeznaczona do użytku z 1 czujnikiem i 1 urządzeniem mobilnym jednocześnie. W przypadku łączenia się z nowym czujnikiem, gdy inny czujnik jest już połączony, czujnik już połączony zostanie automatycznie odłączony.

1. Stuknąć opcję **Połączenia** w menu paska zakładek.
2. Wybrać opcję **Accu-Chek SmartGuide** z listy i stuknąć opcję **Połącz**.
3. W przypadku urządzeń z systemem iOS stuknąć opcję **Otwórz ustawienia** i aktywować łączność **Bluetooth®** w ustawieniach urządzenia.

W przypadku urządzeń z systemem Android stuknąć opcję **Zezwól na dostęp**, aby aktywować łączność **Bluetooth®** i usługi lokalizacji. Następnie stuknąć opcję **Włącz Bluetooth i lokalizację**.

4. Założyć czujnik na ciało. Jeśli potrzebna jest pomoc w zakładaniu czujnika, stuknąć opcję **Sposób zakładania czujnika**.

5. Stuknąć **Dalej**.

6. Zachować zakrętkę z numerem seryjnym czujnika i kodem PIN.

7. Stuknąć **Dalej**.

8. Wybrać czujnik odpowiadający numerowi seryjnemu na spodzie niebieskiej zakrętki. Po wybraniu numeru seryjnego czujnika każdy kolejny krok należy wykonać szybko. W przypadku przerwania lub opóźnienia może zabraknąć czasu na wprowadzenie kodu PIN.

9. Stuknąć opcję **Wprowadź kod PIN**.

10. Wprowadzić 6-cyfrowy kod PIN z dolnej etykiety na niebieskiej zakrętce. Upewnić się, że wprowadzony został prawidłowy kod PIN i nie zostały wpisane inne cyfry.

11. Stuknąć opcję **Powiąz.**

Czujnik jest teraz połączony.

Jeśli to pierwsze łączenie z czujnikiem, należy ustawić alarmy dla wartości CGM otrzymywanych z czujnika i włączyć opcję Ignoruj Nie przeszkadzać (Android) lub Alerty krytyczne (iOS), aby mieć pewność, że powiadomienia z aplikacji i alarmy będą wyświetlane nawet w przypadku wyciszenia urządzenia mobilnego.

1. Stuknąć **Dalej.**

2. Należy uważnie przeczytać wyświetlone informacje i stuknąć Rozumiem, aby kontynuować.

3. Stuknąć **Dalej.**

4. Wprowadzić wartości alarmu dla alarmu wysokiej glukozy i alarmu niskiej glukozy. Należy pamiętać, że ze względów medycznych nie można zmienić wartości alarmu bardzo niskiej glukozy.

5. Stuknąć **Dalej.**

6. Na urządzeniach z systemem iOS stuknąć opcję **Zezwól**, aby włączyć Alerty krytyczne. Na urządzeniach z systemem Android włączyć opcję **Ignoruj Nie przeszkadzać.**

7. Stuknąć **Dalej.**

Po założeniu nowego czujnika wymaga on 1-godzinnego czasu nagrzewania, zanim będzie można go skalibrować. W tym okresie w funkcji przeglądu glukozy mySugr nie są wyświetlane żadne wartości CGM. Należy mieć dostęp do alternatywnej metody pomiaru stężenia glukozy. Czujnik wymaga kalibracji, aby były wyświetlane wartości CGM, które można wykorzystać do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny.

6.3 Kalibracja czujnika

6.3.1 Tryb Trend i tryb Terapia

Dostępne są 2 tryby wartości CGM: Tryb **Trend** i tryb **Terapia**. Tryb, w którym czujnik znajduje się w danej chwili, jest wyświetlany pod wartością CGM na ekranie głównym.

Kiedy czujnik jest w trybie **Trend**:

- Wartości CGM nie mogą być używane do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny.
- Wartości CGM mogą być używane wyłącznie do obserwacji trendów i jako ogólny punkt odniesienia.
- Aby podejmować decyzje o terapii, takie jak dawkowanie insuliny, należy sprawdzać stężenie glukozy we krwi za pomocą glukometru.

Kiedy czujnik jest w trybie **Terapia**:

- Wartości CGM mogą być używane do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny.

Po zakończeniu czasu nagrzewania wynoszącego 1 godzinę czujnik przejdzie do trybu **Trend** i zacznie wysyłać wartości CGM do funkcji przeglądu glukozy mySugr co 5 minut. Tych wstępnych wartości CGM nie należy używać do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny.

Pierwsza kalibracja jest wymagana po 12 godzinach od założenia czujnika. Po przeprowadzeniu kalibracji czujnik jest w trybie **Terapia**. Wartości CGM mogą być teraz używane do podejmowania decyzji o terapii, na przykład dotyczących dawkowania insuliny.

Druga kalibracja jest wymagana w czasie od 30 minut do 3 godzin po początkowej kalibracji. Ma to na celu potwierdzenie pierwszej kalibracji.

Jeśli druga kalibracja nie zostanie wykonana, czujnik powróci do trybu **Trend**. Gdy zostanie jednak wreszcie przeprowadzona druga kalibracja, czujnik powróci do trybu **Terapia**.

6.3.2 Jak skalibrować czujnik

Kalibracja czujnika umożliwia używanie wartości CGM do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny, i zwiększa dokładność wartości CGM. Aby skalibrować czujnik, należy wykonać pomiar za pomocą glukometru i wprowadzić wynik pomiaru do funkcji przeglądu glukozy mySugr. Funkcja przeglądu glukozy mySugr przypomni o tym w ciągu pierwszego dnia użytkowania.

Kalibrację należy przeprowadzić w momencie, gdy poziom stężenia glukozy we krwi jest względnie stabilny. Takie okresy można wykryć, wyświetlając strzałki trendu i wykres główny na ekranie głównym. Nie należy wykonywać kalibracji krótko **po posiłku, po podaniu insuliny lub po aktywności fizycznej**; należy również unikać środowisk o bardzo wysokiej lub bardzo niskiej temperaturze, bądź charakteryzujących się gwałtownymi zmianami temperatury.

1. Należy poczekać, aż funkcja przeglądu glukozy mySugr wyświetli monit o kalibrację czujnika. Następnie należy stuknąć opcję **Skalibruj teraz**.

2. Wykonać pomiar za pomocą glukometru, aby sprawdzić stężenie glukozy we krwi, zgodnie z instrukcją producenta.

3. Wprowadzić wynik pomiaru z glukometru na ekranie **Skalibruj czujnik CGM**. Wynik pomiaru stężenia glukozy należy wprowadzić jak najszybciej, nie później niż 3 minuty od wykonania pomiaru.

4. Należy potwierdzić zrozumienie informacji, że po potwierdzeniu wartości kalibracji nie można ich edytować ani usuwać, a następnie stuknąć opcję **Rozumiem**.

5. Sprawdzić, czy w funkcji przeglądu glukozy mySugr wprowadzono tę samą wartość, która została wyświetlona na glukometrze, a następnie stuknąć **Potwierdź**. Jeśli przypadkowo wprowadzono nieprawidłową wartość, stuknąć opcję **Edytuj dalej** i wprowadzić prawidłową wartość.

Jeśli kalibracja nie powiodła się, należy odczekać około 15–30 minut przed powtórzeniem procedury. Powtarzając proces, należy wykonać nowy pomiar za pomocą glukometru.

Nie można zagwarantować prawidłowego działania systemu, jeśli do kalibracji zostanie użyty nieprawidłowy wynik pomiaru stężenia glukozy.

Jeśli potwierdzona zostanie nieprawidłowa wartość kalibracji, nie będzie można jej usunąć. Usunąć czujnik i założyć nowy.

7 Ustawienia CGM

7.1 Alarmy glukozy

Funkcja przeglądu glukozy mySugr może ostrzec, jeśli wartości CGM są wysokie, niskie lub bardzo niskie. Dostępne są następujące alarmy glukozy:

- Alarm wysokiej glukozy ostrzega, gdy wartość CGM osiąga lub przekracza wartość alarmu wysokiej glukozy.
- Alarm niskiej glukozy ostrzega, gdy wartość CGM spada do wartości alarmu niskiej glukozy lub poniżej tej wartości.
- Alarm bardzo niskiej glukozy jest generowany, gdy wartość CGM jest niższa niż 54 mg/dL (3,0 mmol/L). Dla bezpieczeństwa użytkownika nie można zmienić wartości alarmu bardzo niskiej glukozy.

Alarm glukozy uruchomi się, gdy wartość CGM osiągnie lub przekroczy wartość alarmu wysokiej glukozy lub spadnie poniżej wartości alarmu niskiej i bardzo niskiej glukozy. Alarm glukozy będzie jednak wyświetlany co 5 minut, gdy wartość CGM będzie utrzymywać się poniżej wartości alarmu bardzo niskiej glukozy.

Profil alarmu podstawowego jest aktywny 24 godziny na dobę, chyba że włączono profil dodatkowego alarmu. Profil dodatkowego alarmu umożliwi ustawienie różnych poziomów alarmu dla określonego przedziału czasowego, na przykład w nocy.

Wszystkie alarmy glukozy są domyślnie aktywne, ale można je wyłączyć. Aby skonfigurować alarmy CGM:

1. Stuknąć opcję **Więcej > Ustawienia CGM > Alarmy > Alarmy wysokiej i niskiej glukozy**.
2. Stuknąć suwaki, aby włączać lub wyłączać żądane alarmy.
3. Wprowadzić wartości alarmów dla każdego alarmu. Alarm bardzo niskiej wartości glukozy jest ustawiony na 54 mg/dL (3,0 mmol/L). Wartość alarmu niskiej glukozy można ustawić na 60 mg/dL (3,3 mmol/L) lub więcej. Wartość alarmu wysokiej glukozy można ustawić na dowolną wartość wyższą niż wartość alarmu niskiej glukozy.
4. Stuknąć **Zapisz**.

Po skonfigurowaniu profilu alarmu podstawowego można również utworzyć profil dodatkowego alarmu, który będzie obowiązywał w różnych porach doby. W przypadku profilu dodatkowego alarmu czas rozpoczęcia i zakończenia można dostosowywać w 15-minutowych odstępach.

7.2 Alarmy predykcji

Predykcja niskiego stężenia glukozy

Predykcja niskiej glukozy informuje, gdy funkcja przeglądu glukozy mySugr wykryje, że w ciągu 30 minut może wystąpić niska glukoza. Niski poziom glukozy może wystąpić w każdej chwili w ciągu następujących 30 minut.

Informacja o zbliżającym się spadku poziomu oznacza, że glukoza może spaść poniżej wartości alarmu niskiej glukozy, którą ustawiono w celu wywołania alarmów glukozy.

Jeśli prawdopodobieństwo niskiego poziomu w ciągu 30 minut jest wysokie, powiadomienie „Wkrótce poziom glukozy będzie niski”, jeśli jest nadal włączone, zostanie wyświetlone albo na ekranie blokady urządzenia mobilnego, albo po przesunięciu palcem w dół od góry ekranu w zależności od ustawień na urządzeniu mobilnym. Aby zarządzać tym powiadomieniem, należy przejść do **Więcej > Ustawienia CGM > Alarmy > Alarmy predykcji**.

Stuknąć powiadomienie, aby wyświetlić ekran główny. Karta „Wkrótce poziom glukozy będzie niski” znajduje się poniżej wykresu. Aby otrzymać więcej informacji na temat ekranu „Wkrótce poziom glukozy będzie niski”, należy stuknąć tę kartę. Przed podjęciem decyzji, jakie działanie podjąć, należy przeczytać informacje.

Wyjątki dotyczące predykcji niskiej glukozy

Predykcja niskiej glukozy jest aktywna przez 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, poza następującymi wyjątkami:

- Wartość alarmu niskiej glukozy jest ustawiona powyżej 100 mg/dL (5,5 mmol/L).
- W ciągu 20 minut od zarejestrowania spożycia węglowodanów w Dzienniku mySugr.
- W ciągu 30 minut od ostatniej predykcji stężenia glukozy i wysłania ostatniego powiadomienia „Wkrótce poziom glukozy będzie niski”.
- Poziom glukozy jest już poniżej wartości alarmowej, którą ustawiono dla alarmów niskiej glukozy.

Karta „Wkrótce poziom glukozy będzie niski” na ekranie głównym znika po 15 minutach, jeśli nie istnieje już prawdopodobieństwo, że niska glukoza wkrótce wystąpi.

Predykcja nocnego niskiego poziomu

Funkcja Predykcja nocnego niskiego poziomu umożliwia użytkownikowi poznanie prawdopodobieństwa wystąpienia niskiego poziomu glukozy w nocy, zanim użytkownik pójdzie spać, i podaje również okres, w którym ryzyko niskiego poziomu jest najbardziej prawdopodobne. Predykcja jest dostępna w godzinach 21:00–2:00.

Ryzyko niskiego poziomu oznacza, że glukoza może spaść poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Funkcja Predykcja nocnego niskiego poziomu działa przy stałym niskim progu wynoszącym 70 mg/dL (3,9 mmol/L).

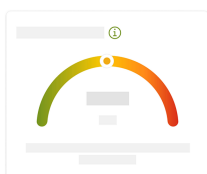
Noc definiowana jest jako okres 7 godzin liczony od momentu obliczenia predykcji.

Można skonfigurować funkcję Predykcja nocnego niskiego poziomu i ręcznie zażądać nowych obliczeń w zakresie dowolnego przedziału czasowego od 21:00 do 2:00. Można również otrzymywać powiadomienia w określonych okresach wysokiego ryzyka (znacząco wyższego od normalnego ryzyka).

Jeśli prawdopodobieństwo wystąpienia nocnego niskiego poziomu glukozy jest wysokie lub bardzo wysokie i powiadomienie jest włączone, powiadomienie wyświetli się na ekranie blokady urządzenia mobilnego. Karta Predykcja nocnego niskiego poziomu jest widoczna poniżej wykresu na ekranie głównym. Aby zarządzać tym powiadomieniem, należy przejść do **Więcej > Ustawienia CGM > Alarmy > Alarmy predykcji**.

Stuknąć powiadomienie lub kartę Predykcja nocnego niskiego poziomu na ekranie głównym, aby wyświetlić graficzną predykcję na ekranie Predykcja nocnego niskiego poziomu. Prawdopodobieństwo wystąpienia nocnego niskiego poziomu glukozy jest podzielone na 3 różne poziomy ryzyka, przy czym każdy poziom oznaczony jest innym kolorem:

- Normalna — poniżej 30 % (zielony).
- Wysoka — pomiędzy 30–60 % (żółty).
- Bardzo wysoka — powyżej 60 % (czerwony).



W zależności od tego, czy prawdopodobieństwo wystąpienia nocnego niskiego poziomu glukozy jest normalne, wysokie lub bardzo wysokie, użytkownik może zastanowić się, jakie działania powinien podjąć. Nawet normalne ryzyko oznacza wciąż ryzyko, dlatego też w dalszym ciągu należy rozważyć konieczne działania.

Na ekranie Predykcja nocnego niskiego poziomu wyświetlane są również następujące informacje, jeśli prawdopodobieństwo wystąpienia nocnego niskiego poziomu glukozy jest wysokie lub bardzo wysokie:

- Trzymaj przekąski węglowodanowe przy łóżku.
- Weź po uwagę wstrzyknięcie mniejszej liczby jednostek insuliny podstawowej w nocy.
- Spożywanie posiłków bogatych w białko lub tłuszcz.

Informacje te są przytoczone w American Diabetes Association Standards of Care. Glycemic Goals and Hypoglycemia: Standards of Care in Diabetes—2024 (Standardy opieki Amerykańskiego Towarzystwa Diabetologicznego. Cele glikemii i hipoglikemia: standardy opieki w leczeniu cukrzycy – 2024).

Można ponownie zażądać ręcznego obliczenia prawdopodobieństwa wystąpienia niskiego poziomu glukozy co 20 minut, jeśli jest to 20 minut po spożyciu ostatniego posiłku i/lub wstrzyknięciu insuliny, poza następującymi wyjątkami:

- Wartość CGM już jest poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L) lub poniżej wartości alarmu glukozy (jeśli wartość jest wyższa niż 70 mg/dL).
- Predykcja stężenia glukozy lub powiadomienie „Wkrótce poziom glukozy będzie niski” wskazują, że niebawem poziom glukozy spadnie poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L).

Włączanie predykcji nocnego niskiego poziomu

1. Stuknąć kartę Włącz predykcję nocnego niskiego poziomu.
2. Stuknąć opcję **Dalej i Dalej**, a następnie włączyć suwak powiadomienia. Stuknąć ponownie opcję **Dalej**.
3. Wprowadzić czas, kiedy powiadomienia mają być wyświetlane. Wybrać godzinę, która przypada co najmniej 20 minut po ostatnim posiłku i podaniu dziennej dawki insuliny oraz przed snem.
4. Stuknąć **Gotowe**.

Komunikaty błędu dotyczące predykcji nocnego niskiego poziomu

W przypadku gdy nie można dostarczyć predykcji nocnego niskiego poziomu, należy przeczytać poniższe informacje, aby lepiej zrozumieć dlaczego i jakie możliwe działania trzeba podjąć. Wartości CGM podane w tej tabeli stanowią wyłącznie przykłady.

Błąd	Działanie
Jeszcze niedostępna	Jest zbyt wcześnie na obliczenie niskiego stężenia glukozy nocą. Sprawdzić ponownie w godzinach 21:00–2:00. Ta funkcja działa tylko w tym okresie.
Za mało danych	Aby przewidzieć prawdopodobieństwo niskiego stężenia glukozy w nocy, potrzebujemy danych CGM z co najmniej 1 doby.
Wykryto przyjęcie węglowodanów lub insuliny	Jeśli w Dzienniczku mySugr wprowadzono informację o przyjęciu węglowodanów lub insuliny, funkcja przeglądu glukozy mySugr potrzebuje co najmniej 20 minut, aby przeanalizować nowy wpis i ponownie obliczyć prawdopodobieństwo wystąpienia niskiej glukozy w nocy.
Niebawem poziom glukozy będzie niski	Taki komunikat wyświetla się, jeśli predykcja stężenia glukozy lub powiadomienie „Wkrótce poziom glukozy będzie niski” wskazują, że wartość glukozy spadnie poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Prognoza nocnego niskiego poziomu nie może zostać obliczona, gdy stężenie glukozy zbliża się do niskiego. (Jest to jedynie wartość przykładowa. Rzeczywista wartość alarmu zależy od tego, jak zdefiniowano wartość alarmu niskiej glukozy).
Poziom glukozy poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L)	Funkcja przeglądu glukozy mySugr nie jest w stanie przewidywać niskiej glukozy, gdy poziom glukozy jest już niski. Należy wówczas zjeść coś słodkiego zgodnie z zaleceniami personelu medycznego. (Jest to jedynie wartość przykładowa. Wartość alarmu niskiej glukozy może być inna).

Błąd	Działanie
Coś poszło nie tak	Nie można było przewidzieć stężenia glukozy, kiedy użytkownik próbował obliczyć ryzyko. Należy spróbować później.
Czy urządzenie jest połączone z siecią?	Do używania funkcja przeglądu glukozy mySugr wymagane jest połączenie urządzenia mobilnego z Internetem.

7.3 Powiadomienia czujnika

Przypomnienia o upływie ważności czujnika

Funkcja przeglądu glukozy mySugr może przypomnieć o konieczności wymiany czujnika. Aby włączyć lub wyłączyć przypomnienia o utracie ważności:

1. Stuknąć opcję **Więcej** > **Ustawienia CGM** > **Alarmy** > **Powiadomienia dotyczące czujnika**.
2. Stuknąć suwaki, aby włączać lub wyłączać żądane przypomnienia.

Przypomnienia o upływie ważności czujnika są włączone domyślnie.

Alarm dotyczący utraty połączenia z czujnikiem

Jeśli połączenie z czujnikiem zostanie utracone, użytkownik nie będzie otrzymywać wartości CGM ani alarmów do momentu przywrócenia połączenia. Czujnik będzie przechowywać dane przez 8 godzin na wypadek, gdyby nie można było ich przesłać do funkcji przeglądu glukozy mySugr. Aby uniknąć utraty danych, czujnik musi przesłać dane, zanim jego bateria się rozładuje.

Funkcja przeglądu glukozy mySugr może ostrzec o utracie połączenia z czujnikiem. Dzięki temu można podjąć odpowiednie działania w celu przywrócenia połączenia. Więcej informacji na temat przywracania połączenia z czujnikiem zawiera rozdział [Rozwiązywanie problemów i pomoc](#).

Alarm utraty połączenia jest domyślnie włączony. Jeśli alarm utraty połączenia jest wyłączony, istnieje ryzyko niezauważenia epizodów bardzo wysokiej, niskiej lub bardzo niskiej glukozy, jeśli wystąpią one w czasie, gdy czujnik jest odłączony.

Aby włączyć lub wyłączyć alarm utraty połączenia:

1. Stuknąć opcję **Więcej** > **Ustawienia CGM** > **Alarmy** > **Powiadomienia dotyczące czujnika**.
2. Stuknąć suwak, aby włączać lub wyłączać alarm utraty połączenia. Jeśli ten alarm zostanie wyłączony, pojawi się powiadomienie informujące, że w przypadku utraty połączenia z czujnikiem użytkownik nie będzie otrzymywać alarmów glukozy. Aby potwierdzić chęć wyłączenia alarmu o utracie połączenia, należy stuknąć opcję **Wyłącz**. Aby anulować to działanie, należy stuknąć **Anuluj**.

8 Ustawienia urządzenia mobilnego

OSTRZEŻENIE

Ryzyko konsekwencji zdrowotnych

Podczas korzystania z funkcji przeglądu glukozy mySugr należy zabezpieczyć swoje urządzenie mobilne.

- Należy wybrać silne hasło lub metodę uwierzytelniania (mechanizm odblokowania) dla swojego urządzenia mobilnego i nie udostępniać hasła osobom nieupoważnionym.
- Należy zezwalać na uprawnienia do usług systemowych tylko zaufanym aplikacjom.
- Nie wolno korzystać z aplikacji mySugr na urządzeniach, na których złamano zabezpieczenia lub które znajdują się w trybie debugowania lub programowania. Warunki te mogą obniżyć poziom bezpieczeństwa urządzenia, zwiększając jego podatność na nieupoważniony dostęp i zagrożenia bezpieczeństwa.

OSTRZEŻENIE

Ryzyko nieprawidłowego działania aplikacji

Niektóre systemy operacyjne oferują rozszerzone funkcje prywatności, które umożliwiają zablokowanie lub ukrycie aplikacji (iOS) lub umieszczenie aplikacji w przestrzeni prywatnej (Android). W przypadku korzystania z takich funkcji prywatności w odniesieniu do aplikacji mySugr może ona nie działać zgodnie z przeznaczeniem i może nie być w stanie wysłać powiadomień.

Nie wolno korzystać z funkcji prywatności, takich jak ukrywanie, blokowanie lub przestrzenie prywatne w aplikacji mySugr.

8.1 Dbłość o urządzenie

Komunikacja z czujnikiem może zwiększyć zużycie baterii urządzenia mobilnego. Należy upewnić się, że pod ręką dostępne są akcesoria do ładowania urządzenia mobilnego.

Częsta utrata połączenia pomiędzy czujnikiem i funkcją przeglądu glukozy mySugr może zmniejszać trwałość baterii czujnika. Czujnik i urządzenie mobilne powinny znajdować się blisko siebie.

Nie należy używać aplikacji mySugr na urządzeniu mobilnym z pękniętym lub uszkodzonym wyświetlaczem. Jeśli wyświetlacz jest pęknięty lub uszkodzony, można nie zobaczyć wszystkich wyświetlanych informacji. Korzystać z aplikacji mySugr należy wyłącznie na prawidłowo działającym urządzeniu mobilnym.

Korzystać z aplikacji mySugr należy tylko na zaufanych urządzeniach mobilnych. Złośliwe urządzenia mogą być zdolne do odczytywania i przesyłania danych pomiędzy funkcją przeglądu glukozy mySugr a czujnikiem.

Na tym samym urządzeniu mobilnym należy uruchamiać aplikacje tylko z zaufanych źródeł. Należy udzielać pozwoleń na korzystanie z połączenia *Bluetooth*[®] jedynie zaufanym aplikacjom, ponieważ złośliwe aplikacje mogą być zdolne do odczytywania i przesyłania danych pomiędzy funkcją przeglądu glukozy mySugr a czujnikiem.

8.2 Ustawienia powiadomień

OSTRZEŻENIE

Ryzyko wystąpienia poważnie niskiej lub wysokiej glukozy

Należy się upewnić, że powiadomienia, alarmy i opcja Ignoruj Nie przeszkadzać (Android) lub Alerty krytyczne (iOS) są włączone w funkcji przeglądu glukozy mySugr. W przeciwnym razie istnieje ryzyko niezauważenia alarmów glukozy lub ważnych informacji dotyczących bezpieczeństwa.

Niektóre ustawienia systemu operacyjnego mogą mieć wpływ na wyświetlanie powiadomień i alarmów. Dlatego ważne jest regularne sprawdzanie tych ustawień na urządzeniu mobilnym.

Aplikacja mySugr musi być zawsze uruchomiona (na pierwszym planie lub w tle), aby prawidłowo wysłać sygnały informacyjne i alarmy. Wystarczy, że aplikacja mySugr będzie działać w tle, gdy użytkownik na urządzeniu mobilnym korzysta z innej aplikacji. Powiadomienia będą działać zgodnie z ustawieniami powiadomień. Ustawienia powiadomień mają wpływ na wibrację, dźwięk i wizualizację sygnałów informacyjnych oraz alarmów.

Należy zapoznać się z ustawieniami dotyczącymi odbierania powiadomień i alarmów.

Ustawienia powiadomień aplikacji

Jeśli funkcja przeglądu glukozy mySugr nie ma uprawnień do wysyłania powiadomień, wszystkie powiadomienia i alarmy zostaną zablokowane.

> Aby upewnić się, że funkcja przeglądu glukozy mySugr może wysłać powiadomienia i alarmy, włączyć powiadomienia aplikacji mySugr w ustawieniach systemowych urządzenia mobilnego. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego.

Niektóre zdarzenia mogą mieć wpływ na powiadomienia i alarmy – na przykład przypadkowe upuszczenie urządzenia mobilnego lub czujnika. Należy regularnie sprawdzać działanie urządzenia mobilnego, czujnika i systemu operacyjnego. Ponadto regularnie należy sprawdzać ustawienia powiadomień w systemie operacyjnym.

Nie przeszkadzać i Tryb skupienia

Jeśli włączony jest tryb Nie przeszkadzać (Android) lub Tryb skupienia (iOS), powiadomienia i alarmy są wyciszone, gdy urządzenie mobilne jest zablokowane. Gdy włączony jest tryb Nie przeszkadzać lub Tryb skupienia, na pasku stanu wyświetla się zwykle ikona.

> Aby mieć pewność, że będą otrzymywane powiadomienia i alarmy nawet po wyciszeniu urządzenia mobilnego, należy włączyć opcję Ignoruj Nie przeszkadzać (Android) lub Alerty krytyczne (iOS).

> Można również dodać aplikację mySugr do listy dozwolonych powiadomień aplikacji. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego.

Poziom głośności

Ustawienie zbyt niskiego poziomu głośności może uniemożliwić usłyszenie powiadomień i alarmów. W zależności od wersji systemu operacyjnego i urządzenia mobilnego mogą istnieć oddzielne ustawienia głośności dzwonka i głośności powiadomień. Niektóre urządzenia z systemem Android wyświetlają ikonę wyciszenia tylko wtedy, gdy głośność dzwonka jest ustawiona na 0, ale nie wtedy, gdy głośność powiadomień jest ustawiona na 0. W przypadku takich urządzeń ikona wyciszenia nie jest wyświetlana, nawet jeśli alarmy mogą być niesłyszalne.

> Ustawić głośność w taki sposób, aby słyszeć wszystkie powiadomienia i alarmy.

> Niektóre urządzenia mobilne umożliwiają ustawienie różnych poziomów głośności. Można ustawić poziom głośności powyżej poziomu hałasu otoczenia, na przykład jeśli w pobliżu jest zbyt głośno. Upewnić się, że w miejscu, w którym znajduje się użytkownik, powiadomienia są słyszalne.

Bezprzewodowa technologia Bluetooth®

Jeśli komunikacja przez Bluetooth® jest wyłączona, funkcja przeglądu glukozy mySugr nie może łączyć się z czujnikiem. Zazwyczaj ikona Bluetooth® jest wyszarzona, gdy funkcja Bluetooth® jest wyłączona.

> Aby upewnić się, że funkcja przeglądu glukozy mySugr może komunikować się z czujnikiem, należy sprawdzić, czy łączność Bluetooth® jest włączona. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego.

Tryb samolotowy

Jeśli tryb samolotowy jest włączony, łączność Bluetooth® może zostać automatycznie wyłączona, uniemożliwiając funkcji przeglądu glukozy mySugr komunikację z czujnikiem. Urządzenia z systemem iOS i Android zapamiętują, czy łączność Bluetooth® była włączona lub wyłączona w trybie samolotowym i przywracają ten sam stan po ponownym włączeniu trybu samolotowego. Gdy włączony jest tryb samolotowy, odpowiednia informacja o tym jest zwykle wyświetlana na pasku stanu.

> Jeśli łączność Bluetooth® jest wyłączona w trybie samolotowym, należy ponownie włączyć Bluetooth®. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego.

Oszczędzanie energii

Jeśli funkcja oszczędzania energii jest włączona, niektóre procesy działające w tle są wyłączane, aby oszczędzać baterię urządzenia mobilnego. Funkcja oszczędzania energii wpływa również na komunikację z czujnikiem. Gdy włączone jest oszczędzanie energii, odpowiednia informacja o tym jest zwykle wyświetlana na pasku stanu.

> Aby upewnić się, że funkcja przeglądu glukozy mySugr jest w stanie komunikować się z czujnikiem, wyłączyć oszczędzanie energii. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego.

Automatyczna optymalizacja

Niektóre urządzenia z systemem Android mają wbudowaną funkcję automatycznego zamykania procesów działających w tle, która po upływie określonego czasu zamyka aplikacje działające w tle.

> W przypadku zauważenia, że aplikacja mySugr została automatycznie zamknięta podczas działania w tle, należy zmienić ustawienia baterii dla aplikacji mySugr na „bez ograniczeń”. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w instrukcji obsługi urządzenia mobilnego.

Akcesoria

Akcesoria podłączone do urządzenia mobilnego mogą wpływać na działanie powiadomień i alarmów. Może się to zdarzyć w przypadku podłączenia urządzenia mobilnego do słuchawek lub radia samochodowego bez założenia słuchawek lub w przypadku słuchania innej stacji w samochodzie. Ponadto po podłączeniu smartwatcha do urządzenia mobilnego mogą ulec zmianie ustawienia powiadomień urządzenia mobilnego.

> W przypadku korzystania z akcesoriów, takich jak słuchawki, głośniki lub smartwatch, należy upewnić się, że nadal otrzymywane są powiadomienia i alarmy wysyłane przez funkcję przeglądu glukozy mySugr.

8.3 Zabezpieczenie dostępu

Ochrona danych

Należy chronić dane aplikacji mySugr przed dostępem nieznanymi osobom lub niewłaściwym użyciem. Należy korzystać z funkcji bezpieczeństwa dostępnych na urządzeniu mobilnym lub w systemie operacyjnym, na przykład ochrony hasłem.

Ochrona urządzenia mobilnego

Każda osoba mająca dostęp do aplikacji mySugr może wprowadzić wartości kalibracji dla czujnika i manipulować funkcją przeglądu glukozy mySugr lub ustawieniami aplikacji. Nieprawidłowe wartości kalibracji mogą negatywnie wpłynąć na dokładność czujnika.

Należy chronić aplikację mySugr przed dostępem osób trzecich.

- Nie wolno pożyczać swojego urządzenia mobilnego innym osobom, w tym dzieciom.
- Ustawić blokadę ekranu w ustawieniach zabezpieczeń urządzenia mobilnego.
- Skonfigurować blokadę ekranu, aby urządzenie mobilne było automatycznie blokowane po określonym czasie bezczynności.

Ochrona konta

Należy dbać o prywatność danych swojego konta. Nie udostępniać swojego konta innym osobom.

W przypadku zmiany urządzeń mobilnych lub zaprzestania korzystania z danego urządzenia mobilnego z innego powodu należy wylogować się z konta.

Nie wolno pożyczać swojego urządzenia mobilnego innym osobom. Jeśli to jednak konieczne, należy najpierw się wylogować ze swojego konta. Należy pamiętać, że wylogowanie spowoduje odłączenie czujnika i zatrzymanie alarmów, powiadomień oraz przesyłania wartości CGM z czujnika. Przy ponownym zalogowaniu się na urządzeniach z systemem Android konieczne będzie podanie numeru seryjnego i 6-cyfrowego kodu PIN, aby ponownie połączyć się z tym samym czujnikiem.

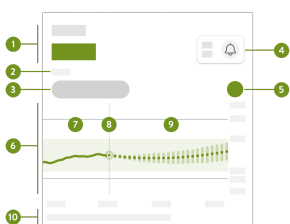
Należy chronić swoje urządzenie mobilne przed zmianami w aplikacji i systemie operacyjnym. Upewnić się, że do instalowania aplikacji wymagane jest hasło.

Aby zmienić hasło do konta, przejść do opcji **Więcej > Konto i Ustawienia > Zmień hasło**.

Aby uzyskać informacje na temat zmiany ustawień hasła do konta Apple lub Google, należy zapoznać się z instrukcjami danej platformy pobierania.

9 Ekran główny

Ekran główny jest centralnym ekranem aplikacji i wyświetlane są na nim różne informacje. Należy pamiętać, że po połączeniu czujnika z aplikacją mySugr na ekranie głównym zostaną wyświetlone dodatkowe informacje, takie jak trendy glukozy (czy stężenie glukozy rośnie, czy spada) oraz predykcje stężenia glukozy.



W górnej części ekranu głównego znajdują się następujące informacje:

1. Tekstowe i numeryczne wyświetlanie bieżącej wartości CGM. Strzałka trendu wskazuje aktualny kierunek trendu wartości CGM:

- ↑ szybki wzrost
- ↗ wzrost
- stabilna
- ↘ spadek
- ↓ szybki spadek

ŚRODEK OSTROŻNOŚCI

Ryzyko błędnych decyzji o terapii

Strzałka trendu nie jest predykcją. Wskazuje kierunek zmian wartości CGM na podstawie ostatnich pomiarów.

WSKAZÓWKA

Jeśli wartość CGM znajdzie się poza zakresem pomiarowym czujnika, czyli powyżej 400 mg/dL (22,2 mmol/L) lub poniżej 40 mg/dL (2,2 mmol/L), ekran główny wyświetli wynik HI lub LO zamiast wartości numerycznej.

2. Jednostka miary.

3. Tryb Trend lub tryb Terapie: Ta ikona wskazuje aktualny tryb pracy czujnika. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Tryb Trend i tryb Terapia](#).

4. Aktualny stan profilu alarmu: Ta ikona wskazuje, które alarmy są obecnie włączone lub wyłączone. Więcej informacji znajduje się w tabeli poniżej.

5. Instrukcja wprowadzająca.

6. Wykres główny: Wykres główny to graficzne odzwierciedlenie wartości CGM.

7. Wcześniejsze wartości CGM: Aby wyświetlić wcześniejsze wartości CGM, należy przewinąć wykres główny w bok.

8. Bieżąca wartość CGM.

9. Predykcja zakresu wartości CGM na najbliższe 2 godziny: Sekwencja ciemnozielonych kropek w predykcji zakresu przedstawia prognozowaną średnią wartość glukozy. Dokładność przewidywanego zakresu stężenia glukozy zmniejsza się wraz z odległością czasową, co pokazują coraz dłuższe pionowe kreski.

10. Oznacza nieaktualne predykcje stężenia glukozy.

● Ikona pojawia się na wykresie natychmiast po wprowadzeniu w Dzienniczku mySugr nowej wartości węglowodanów lub insuliny bolusowej. Należy odczekać co najmniej 20 minut na zaktualizowanie wartości predykcji. Ikona zniknie po zakończeniu aktualizacji.

Ikona dzwonka wskazuje aktualny profil alarmu. Ta ikona może mieć różne stany w zależności od tego, które alarmy są aktualnie włączone lub wyłączone. Poniższa tabela opisuje różne stany. Liczby podane w tej tabeli stanowią wyłącznie przykłady.

Symbol

Opis

160
90



Profil alarmu jest włączony. Alarmy wysokiego i niskiego poziomu są włączone, a ich wartości są wskazane obok ikony dzwonka.

160



Profil alarmu jest włączony. Alarm wysokiego poziomu jest włączony, a alarm niskiego poziomu jest wyłączony.

90



Profil alarmu jest włączony. Alarm wysokiego poziomu jest wyłączony, a alarm niskiego poziomu jest włączony.



Profil alarmu jest włączony. Alarmy wysokiego i niskiego poziomu są wyłączone.



Profil alarmu jest wyłączony.



Mimo że profil alarmu jest włączony, ustawienia powiadomień w systemie operacyjnym są nieprawidłowe. Należy upewnić się, że w ustawieniach telefonu włączono powiadomienia, aby otrzymywać powiadomienia i alarmy z aplikacji. Pozostałe informacje znajdują się w rozdziale [Ustawienia powiadomień](#).



W dolnej części ekranu głównego znajdują się następujące informacje:

1. Obszar wiadomości: Wiadomości pojawiają się w przypadku bieżących zdarzeń, na przykład gdy nadszedł czas na kalibrację czujnika. Aby zareagować na daną wiadomość, należy stuknąć przycisk we wiadomości.
2. Obszar widżetu, na przykład dla czasu w zakresie: Stuknąć widżet, aby uzyskać więcej informacji.
3. Wpisy w Dzienniczku mySugr:

9.1 Predykcja stężenia glukozy

Funkcja przeglądu glukozy mySugr przewiduje możliwe stężenia glukozy w ciągu najbliższych 2 godzin. Predykcja oparta jest na przeszłych wartościach CGM użytkownika, a także na wpisach w Dzienniczku mySugr dotyczących węglowodanów i insuliny bolusowej.

Predykcja stężenia glukozy wyświetlana jest w postaci wykresu na ekranie głównym, jeśli co najmniej 1 godzina ciągłych danych CGM została pomyślnie przesłana do funkcji przeglądu glukozy mySugr.

Wykres przedstawia poziomy glukozy z poprzedzającej godziny, poziom obecny i przewidywany zakres w ciągu następnych 2 godzin. Sekwencja ciemnozielonych kropek w predykcji zakresu przedstawia prognozowaną średnią wartość glukozy.

Dokładność przewidywanego zakresu stężenia glukozy zmniejsza się wraz z odległością czasową, co pokazują coraz dłuższe pionowe kreski.

Zakres przedstawiony na wykresie wynosi od 0 do 300 mg/dL (0 do 16,7 mmol/L):

- Jeśli stężenie glukozy przekracza 300 mg/dL (16,7 mmol/L), zostanie to oznaczone trójkątem skierowanym w górę.
- Jeśli stężenie glukozy przekracza 400 mg/dL (22,2 mmol/L), na ekranie głównym zamiast wartości liczbowej wyświetla się informacja HI.
- Jeśli stężenie glukozy nie przekracza 40 mg/dL (2,2 mmol/L), zostanie przedstawione jako trójkąt z wierzchołkiem skierowanym w dół, a na ekranie głównym zamiast wartości liczbowej wyświetli się informacja LO.

Jeśli w ciągu najbliższych 30 minut przewidywana jest niska glukoza, wyświetla się karta „Wkrótce poziom glukozy będzie niski”. Na wykresie wyświetlą się tylko kolejne 30 minut.

Jeśli niska glukoza jest przewidywana w czasie powyżej 30 minut (na przykład 60 minut), zostanie to pokazane na wykresie. Jednak zarówno predykcja, jak i karta „Wkrótce poziom glukozy będzie niski” znikają po upływie czasu predykcji.

Podczas analizy predykcji należy pamiętać o następujących kwestiach:

OSTRZEŻENIE

Ryzyko błędnych decyzji o terapii

Predykcje nie są aktualizowane natychmiast po utworzeniu nowego wpisu w Dzienniczku mySugr. Minie co najmniej 20 minut, zanim jakiegokolwiek podjęte w tym momencie działania, np. spożycie posiłku lub podanie insuliny, będą widoczne w predykcji.

Jeśli zostanie utworzony nowy wpis dotyczący węglowodanów lub insuliny bolusowej do Dzienniczka mySugr, należy odczekać co najmniej 20 minut, aby predykcja mogła się dostosować.

2-godzinna predykcja ma charakter informacyjny jedynie w przypadku, gdy predykcja obejmuje ponad 45 minut, i ma ona na celu uświadomienie użytkownikowi, jakie działania mogą być potrzebne w przyszłości (np. częstsze sprawdzanie stężenia glukozy, przygotowanie wstrzyknięć z insuliną lub przygotowanie węglowodanów, tak aby były w każdej chwili pod ręką). Należy rozważyć konieczne działania w oparciu o predykcje wysokiego i niskiego stężenia glukozy w ciągu najbliższych 45 minut.

Komunikaty błędów dotyczące predykcji stężenia glukozy

Jeśli na ekranie głównym nie będzie wyświetlana predykcja stężenia glukozy, użytkownik otrzyma jeden z wymienionych poniżej komunikatów błędów. Liczby i czas podane w tej tabeli stanowią wyłącznie przykłady.

Komunikat błędny	Działanie
	Ten komunikat może pojawić się z kilku powodów.
Nie można przeanalizować danych do predykcji stężenia glukozy.	<ul style="list-style-type: none">• Jeśli stężenie wynosi powyżej 400 mg/dL (22,2 mmol/L) lub poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L).• Dane CGM z ostatniej godziny są niewystarczające.• Błąd techniczny.
Połącz urządzenie z internetem, aby uzyskiwać predykcje i powiadomienia dotyczące przyszłych stężeń glukozy.	Podłączyć urządzenie mobilne do Internetu, aby możliwe było dostarczanie przewidywanych wartości glukozy, wykrywanie zbliżającego się spadku stężenia glukozy oraz prognozowanie niskich poziomów w okresie nocnym.

9.2 Wzorce glukozy

Ta funkcja rozpoznaje zdarzenia dotyczące stężenia glukozy powtarzające się w ciągu dnia lub tygodnia (pon.-niedz.). Każdego dnia wykryte wzorce z ostatnich 24 godzin są wyświetlane pod wykresem na ekranie głównym.

Wzorce W zakresie i Poza zakresem zostaną zwizualizowane. Wyświetlanie wzorców Poza zakresem umożliwia podejmowanie odpowiednich działań, aby zapobiec ich wystąpieniu w przyszłości.

Wzorce są wyświetlane w kolejności od najwyższego ryzyka medycznego od góry, np. wzorzec bardzo niskiego stężenia glukozy lub wzorzec niskiego stężenia glukozy.

Wzorce wykryte w ciągu ostatnich 24 godzin są wyświetlane na ekranie głównym. Stuknąć jeden ze wzorców, aby wykonać następujące czynności:

Na ekranie Bieżące wzorce

- Przeglądanie rozpoznanych wzorców.
- Aby zobaczyć więcej informacji, w tym wszelkie powiązane wpisy w Dzienniczku mySugr dotyczące węglowodanów, insuliny i stężenia glukozy we krwi, należy stuknąć wykryty wzorzec.
- Należy stuknąć **Przeszłe**, aby wyświetlić te wzorce, które nie są już wykrywane, ułożone w kolejności od wzorców z ostatniego miesiąca. Przeszłe wzorce starsze niż 2 tygodnie są przechowywane oddzielnie przez okres do 6 miesięcy.

Gdy wzorzec wyświetla się po raz pierwszy poniżej wykresu na ekranie głównym, dostępny jest przegląd wzorców. Należy stuknąć wzorzec i zapoznać się z kolejnymi ekranami, aby lepiej zrozumieć działanie tej funkcji.

Rodzaje wzorców glukozy

W tabelach w tej sekcji wymieniono możliwe wzorce, które można wykryć na podstawie danych CGM, oraz powiązane z nimi bloki czasowe.

Pierwsza tabela przedstawia bloki czasowe oraz godzinę ich rozpoczęcia i zakończenia.









Blok czasowy	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Strefa czasowa
Noc	00:00	06:00	Czas lokalny
Rano	06:00	10:00	Czas lokalny
W ciągu dnia	10:00	20:00	Czas lokalny
Wieczór	20:00	00:00	Czas lokalny
Cały dzień	00:00	00:00	Czas lokalny






Znacznik czasu wyświetlany dla danego wzorca odzwierciedla czas lokalny użytkownika w momencie rejestrowania znacznika czasu. Poprzednie znaczniki czasu nie będą aktualizowane, jeśli użytkownik znajdzie się w innej strefie czasowej.

Tabela poniżej zawiera zestawienie możliwych wzorców, które funkcja przeglądu glukozy mySugr może wykryć na podstawie danych użytkownika.

Domyślne stałe wartości glukozy z funkcji przeglądu glukozy mySugr są tutaj używane jako progi wyzwalające wzorec poza zakresem. Wzorce W zakresie i Poza zakresem po posiłku są uruchamiane przez zakres docelowy ustawiony w Dzienniczku mySugr.








Aby korzystać z funkcji wykrywania wzorca związanego ze śniadaniem lub posiłkiem w funkcji przeglądu glukozy mySugr, należy stale rejestrować posiłki w Dzienniczku mySugr.

Ikona wzorca	Możliwe wzorce	Opis
	Niska (rano, w ciągu dnia, wieczorem, w nocy)	Glukoza poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L)
	Bardzo niska (rano, w ciągu dnia, wieczorem, w nocy)	Glukoza poniżej 54 mg/dL (3,0 mmol/L)
	Przedłużony niski poziom (rano, w ciągu dnia, wieczorem, w nocy)	Glukoza poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L) dłużej niż przez 2 godziny
	Wielokrotnie niski poziom na dzień	Glukoza poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L) wiele razy tego samego dnia
	Bardzo wysoka (rano, w ciągu dnia, wieczorem, w nocy)	Glukoza powyżej 250 mg/dL (13,9 mmol/L)
	Przed śniadaniem - wysoka	Glukoza powyżej 130 mg/dL (7,2 mmol/L) Przedział czasu: 06:00–10:00
	Wysoka (rano, w ciągu dnia, wieczorem, w nocy)	Glukoza powyżej 180 mg/dL (10,0 mmol/L)
	Poza zakresem po posiłku	Po posiłku poziom glukozy wykracza poza zakres docelowy
	Przed śniadaniem - w zakresie	Przed posiłkiem poziom glukozy pozostaje w zakresie docelowym Przedział czasu: 06:00–10:00
	W zakresie	Poziom glukozy w zakresie docelowym

Ikona wzorca	Możliwe wzorce	Opis
	Kolejne dni w zakresie	Poziom glukozy w zakresie przez minimum 3 kolejne dni
	Po posiłku - w zakresie	Po posiłku poziomy glukozy w zakresie docelowym
	Wysoka zmienność glikemii	Poziomy glukozy waha się w ciągu dnia.
	Nadmierna korekta niskiego poziomu	Wahania poziomu glukozy od poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L) do powyżej 250 mg/dL (13,9 mmol/L) w ciągu 3 godzin.
	Nadmierna korekta wysokiego poziomu	Wahania poziomu glukozy od powyżej 250 mg/dL (13,9 mmol/L) do poniżej 70 mg/dL (3,9 mmol/L) w ciągu 3 godzin.

Możliwe przyczyny wzorców glukozy niskiego i wysokiego poziomu

Poniższa tabela zawiera możliwe przyczyny wzorców niskiego i wysokiego poziomu dla osoby z cukrzycą typu 1 lub typu 2. Należy pamiętać, że przyczyny mogą nie być wyświetlane dla wszystkich wzorców typów cukrzycy. Aby uzyskać więcej informacji, należy stuknąć każdą przyczynę w aplikacji.

Symbol	Opis
	Dawkowanie insuliny
	Miejsca wstrzyknięcia
	Jedzenie i napoje
	Aktywność fizyczna
	Wpływ hormonów albo Hormony i biorytmy
	Ciepło
	Stres, sen i choroba

10 Zarządzanie czujnikiem

Aby zarządzać czujnikiem:

1. Stuknąć opcję **Połączenia** w menu paska zakładek.
2. Stuknąć opcję **Accu-Chek SmartGuide**.

Ekran Accu-Chek SmartGuide wyświetla numer seryjny czujnika Accu-Chek SmartGuide oraz czas pozostały do utraty ważności czujnika. W tym miejscu można połączyć się z nowym czujnikiem lub wyświetlić samouczek dotyczący usuwania czujnika.

- Aby powiązać nowy czujnik, stuknąć opcję **Połącz z nowym czujnikiem**.

- Aby wyświetlić samouczek dotyczący zdejmowania czujnika, stuknąć opcję **Jak zdjąć czujnik**.

11 Korzystanie z zegarka Apple Watch

ŚRODEK OSTROŻNOŚCI

Ryzyko konsekwencji zdrowotnych

Nie należy polegać wyłącznie na smartwatchach lub innych połączonych urządzeniach jako źródle informacji. Urządzenia te mogą mieć ograniczoną możliwość komunikowania ważnych informacji dotyczących bezpieczeństwa funkcji przeglądu glukozy mySugr lub alertów pochodzących z urządzenia mobilnego.

Informacje na zegarku Apple Watch

W przypadku korzystania z iPhone'a można używać funkcji przeglądu glukozy mySugr w połączeniu z zegarkiem Apple Watch. Po połączeniu zegarka Apple Watch z telefonem iPhone można wyświetlić na nim takie informacje, jak:

- Najnowsza wartość CGM.
- Strzałka trendu.
- Wykres trendu.

Należy włączyć powiadomienia w aplikacji mySugr i włączyć przekazywanie powiadomień z aplikacji mySugr do zegarka Apple Watch, aby otrzymywać komunikaty o błędach, informacje serwisowe i ostrzeżenia, a także przypomnienia bezpośrednio na zegarek Apple Watch.

Komplikacje

Komplikacja stanowi element wizualny, który można dodać do tarczy zegarka Apple Watch. Ten element wizualny może wyświetlać przydatne informacje.

Komplikacje związane z funkcją przeglądu glukozy mySugr obejmują następujące informacje:

- Najnowsza wartość CGM.
- Strzałka trendu.
- Informacje dotyczące zakresu stężenia glukozy.

12 Eksport danych

Na urządzeniach z systemem iOS należy postępować w następujący sposób:

1. Wybrać opcję **Raporty** z menu paska zakładek, a następnie stuknąć **CGM**.
2. Wybrać zawartość raportu, format pliku i okres, a następnie stuknąć opcję **Eksportuj**.
3. Po pojawieniu się eksportu na ekranie stuknij przycisk w lewym dolnym rogu, aby wysłać lub zapisać.

Na urządzeniach z systemem Android należy postępować w następujący sposób:

1. Wybrać opcję **Raporty** z menu paska zakładek, a następnie stuknąć **CGM**.
2. Wybrać zawartość raportu, format pliku i okres, a następnie stuknąć opcję **Eksportuj**.
3. Po wyświetleniu eksportu na ekranie plik można zapisać lub udostępnić.

13 Rozwiązywanie problemów i pomoc

13.1 Szybka pomoc w przypadku typowych problemów

W funkcji przeglądu glukozy mySugr nie są wyświetlane wartości CGM

Może to wynikać z następujących przyczyn:

- Łączność *Bluetooth*[®] może być wyłączona: Należy upewnić się, że łączność *Bluetooth*[®] w urządzeniu mobilnym jest włączona.
- Czujnik może znajdować się poza zasięgiem: Upewnij się, że odległość między czujnikiem a urządzeniem mobilnym nie przekracza 10 metrów (zasięg wzroku).
- Czujnik może się nadal nagrzewać: Należy poczekać, aż czas nagrzewania się zakończy.
- Czujnik może być zbyt gorący: Przenieść do chłodniejszego miejsca lub osłonić czujnik przed słońcem.
- Czujnik może być zbyt zimny: Przejdź do cieplejszego miejsca.
- Użytkownik może być wylogowany z konta: Należy zalogować się ponownie na swoje konto. Należy pamiętać, że na urządzeniach z systemem Android konieczne będzie podanie numeru seryjnego i 6-cyfrowego kodu PIN, aby ponownie połączyć się z tym samym czujnikiem. Pozostałe informacje znajdują się w rozdziale [Łączenie z czujnikiem](#).

- Być może nadszedł czas, aby wymienić czujnik: Stuknąć opcję **Połączenia** w menu paska zakładki i sprawdzić aktualny stan czujnika.
- Może być obecny alarm lub powiadomienie, na które należy zareagować: Sprawdzić obszar wiadomości na ekranie głównym. Jeśli na przykład bateria czujnika jest rozładowana, w obszarze wiadomości znajduje się odpowiednie powiadomienie.

Funkcja przeglądu glukozy mySugr co 5 minut odbiera bieżącą wartość CGM. Jeśli funkcja przeglądu glukozy mySugr nie wyświetla wartości CGM przez ponad 20 minut bez wysłania powiadomienia lub alarmu na ekranie głównym, należy sprawdzić ekran szczegółów urządzenia. W przeciwnym razie należy skontaktować się z obsługą klienta i zdjąć czujnik zgodnie z instrukcją.

W funkcji przeglądu glukozy mySugr nie wyświetlają się predykcje

Może to wynikać z następujących przyczyn:

- Dane mogą być niewystarczające: Upewnić się, że czujnik i funkcja przeglądu glukozy mySugr działają prawidłowo. Aby funkcja przeglądu glukozy mySugr mogła dostarczyć wstępną predykcję stężenia glukozy na najbliższe 2 godziny, wymagane są dane z co najmniej 1 godziny ciągłego pomiaru.
- Być może nie ma połączenia z Internetem: Upewnić się, że urządzenie mobilne jest połączone z bezpieczną siecią Wi-Fi® lub siecią komórkową.

Wartość CGM nie odpowiada samopoczuciu

Nie należy ignorować objawów niskiej lub wysokiej glukozy i nie wolno też zmieniać terapii bez konsultacji z personelem medycznym. Jeśli wartość CGM nie odpowiada samopoczuciu, należy wykonać następujące czynności:

1. Należy sprawdzać stężenie glukozy we krwi za pomocą glukometru.
2. Wykonać drugi pomiar glukometrem, aby wykluczyć nieprawidłowy wynik pomiaru.
3. Jeśli wyniki pomiarów za pomocą glukometru wielokrotnie nie zgadzają się z samopoczuciem, należy skonsultować się z personelem medycznym.

13.2 Przegląd wszystkich kart ekranu głównego

13.2.1 Komunikaty i alarmy czujnika

Po połączeniu z czujnikiem na ekranie głównym wyświetli się następująca wiadomość:

Czy masz czujnik CGM Accu-Chek SmartGuide?

> Połącz teraz

Po skalibrowaniu czujnika na ekranie głównym mogą wyświetlić się następujące karty:

Skalibruj czujnik CGM

Uzyskaj dokładniejsze wartości CGM do podejmowania decyzji dotyczących terapii.

> Przeprowadź kalibrację

Kalibracja dostępna w ciągu [x godz. y min]

Od [godz.] możesz skalibrować czujnik na potrzeby decyzji o terapii.

> Czemu służy kalibracja?

Ostatnia kalibracja w ciągu [x min]

Skalibruj między [godz.] a [godz.] albo wartości powrócą do trybu trendu do czasu kalibracji.

Ostatnia kalibracja dostępna

Skalibruj przed [godz.] albo wartości powrócą do trybu trendu do czasu kalibracji.

> Przeprowadź kalibrację

Nieoczekiwane kalibracje

Aplikacja mySugr wykryła nieoczekiwane kalibracje czujnika. Należy potwierdzić, że przeprowadzono te kalibracje.

> Sprawdź kalibracje

Kalibracja niedostępna

Może to być spowodowane szybkimi zmianami stężenia glukozy lub temperatury czujnika. Spróbuj ponownie później.

Podczas użytkowania na ekranie głównym mogą wyświetlić się następujące karty:

Czujnik CGM przestał działać

Zdejmij zużyty czujnik. Załóż nowy czujnik i połącz go z aplikacją mySugr.

> Wymienić czujnik

Nie można uzyskać dostępu do czujnika CGM

Upewnij się, że opcja Bluetooth jest włączona, a telefon i czujnik znajdują się blisko siebie. Nie wykorzystuj danych CGM do podejmowania decyzji dotyczących terapii przy braku połączenia z czujnikiem.

Czujnik CGM jest zbyt gorący

Czujnik przestał chwilowo działać. Znaleźć chłodniejsze miejsce.

Czujnik CGM jest za zimny

Czujnik przestał chwilowo działać. Znaleźć cieplejsze miejsce.

Czujnik CGM chwilowo przerwał działanie

Przyczyna nie jest znana. Sprawdzić ponownie za kilka minut. W przypadku braku pewności należy dokonać pomiaru glukometrem.

Niski poziom baterii czujnika CGM

Wkrótce konieczna będzie wymiana czujnika.

> Wymienić czujnik

Gdy okres użytkowania czujnika dobiega końca, na ekranie głównym mogą wyświetlać się następujące karty:

Czujnik CGM utracił ważność

Musisz go teraz wymienić.

> Wymienić czujnik

Czujnik CGM utraci ważność za 24 godz.

Wkrótce trzeba będzie go wymienić.

Czujnik CGM utraci ważność za 2 godz.

Wkrótce trzeba będzie go wymienić.

13.2.2 Alarmy glukozy i predykcje stężenia glukozy

Podczas użytkowania mogą wystąpić następujące alarmy glukozy. Należy pamiętać, że alarm różni się w zależności od tego, czy czujnik znajduje się w trybie trendu, czy trybie terapii:

Tryb terapii	Tryb trendu
Wykryto wysoką glukozę W przypadku wysokiej glukozy postępuj w sposób zalecony przez personel medyczny. > Rozumiem	Wykryto wysoką glukozę Ponieważ jesteś w trybie trendu, sprawdź dokładnie wartość, wykonując pomiar za pomocą glukometru. > Rozumiem
Wykryto niską glukozę Rozważ spożycie lub wypicie węglowodanów szybko działających zgodnie z zaleceniami personelu medycznego. > Rozumiem	Wykryto niską glukozę Ponieważ jesteś w trybie trendu, sprawdź dokładnie wartość, wykonując pomiar za pomocą glukometru. > Rozumiem
Wykryto bardzo niską glukozę Natychmiast spożyj lub wypij węglowodany szybko działające zgodnie z zaleceniami personelu medycznego. > Rozumiem	Wykryto bardzo niską glukozę Ponieważ jesteś w trybie trendu, sprawdź dokładnie wartość, wykonując pomiar za pomocą glukometru. > Rozumiem

Podczas użytkowania na ekranie głównym może zostać wyświetlona następująca predykcja:

Wkrótce poziom glukozy będzie niski

W okresie [godz.-godz.] stężenie glukozy może spaść do wartości poniżej [x mg/dL lub y mmol/L].

> Dowiedz się więcej

13.2.3 Wiadomości funkcji przeglądu glukozy mySugr

Podczas ustawiania wartości alarmów podstawowych na ekranie Alarmy wysokiej i niskiej glukozy może zostać wyświetlona następująca karta:

Dodatkowe alarmy

Ustaw różne wartości alarmów w określonym przedziale czasowym, np. podczas snu czy aktywności fizycznej.

> Ustaw

Po ustawieniu alarmów podstawowych można w dowolnym momencie ustawić dodatkowe alarmy.

Na ekranie Alarmy wysokiej i niskiej glukozy może wyświetlić się następująca karta:

Powiadomienia są wyłączone

Upewnij się, że te ustawienia są włączone, aby otrzymywać alarmy i powiadomienia.

> Otwórz ustawienia

13.3 Dziennik zdarzeń

Dziennik zdarzeń zawiera wszystkie zdarzenia, które wystąpiły podczas korzystania z aktualnie powiązanego i wcześniejszego czujnika, i może pomóc w rozwiązywaniu problemów. Takimi zdarzeniami mogą być na przykład wszystkie przeszłe, bieżące i nieaktywne alarmy.

Aby wyświetlić dziennik zdarzeń:

1. Stuknąć opcję **Połączenia** w menu paska zakładki.
2. Stuknąć opcję **Accu-Chek SmartGuide**.
3. Stuknąć opcję **Dziennik zdarzeń**.

13.4 Pomoc

W przypadku pytań dotyczących mySugr, potrzebnej pomocy przy obsłudze funkcji przeglądu glukozy mySugr albo aplikacji mySugr, bądź zauważenia błędu lub problemu, należy skontaktować się z nami niezwłocznie pod adresem support@mysugr.com.

14 Dane techniczne

Nazwa produktu

Przegląd glukozy mySugr

Typ aplikacji

Aplikacja na urządzenia mobilne

Wersja aplikacji

Aby uzyskać więcej informacji na temat używanej wersji aplikacji mySugr, należy stuknąć **Więcej** > **Przegląd glukozy mySugr**.

Informacje o wersji

Informacje o wydaniu każdej wersji aplikacji mySugr można znaleźć w odpowiednim sklepie z aplikacjami.

- Na urządzeniach z systemem iOS stuknąć opcję **App Store**. Stuknąć opcję **Wyszukaj**. Wyszukać mySugr. Wybrać aplikację mySugr w wynikach wyszukiwania. Stuknąć opcję **Historia wersji**.
- Na urządzeniach z systemem Android stuknąć opcję **Play Store**. Wyszukać mySugr. Wybrać aplikację mySugr w wynikach wyszukiwania. Stuknąć opcję **Co nowego**.

Obsługiwane systemy operacyjne

Aplikacja mySugr jest dostępna tylko na określone systemy operacyjne. Korzystać z aplikacji mySugr tylko wtedy, gdy system operacyjny jest przez nią obsługiwany.

Najnowsze informacje na temat kompatybilnych urządzeń można znaleźć w rozdziale „Na jakich urządzeniach działa Dzienniczek mySugr?” w instrukcji obsługi Dzienniczka mySugr.

Obsługiwane urządzenia

Aplikację mySugr można pobrać tylko wtedy, gdy urządzenie mobilne obsługuje wymaganą wersję systemu operacyjnego iOS lub Android. Najnowsze informacje na temat kompatybilnych urządzeń można znaleźć w rozdziale „Na jakich urządzeniach działa Dzienniczek mySugr?” w instrukcji obsługi Dzienniczka mySugr.

Firma mySugr sprawdziła łączność funkcji przeglądu glukozy mySugr z czujnikami CGM wymienionymi poniżej. Poniższe czujniki CGM mogą być zatem stosowane w połączeniu z funkcją przeglądu glukozy mySugr:

- Urządzenie Accu-Chek SmartGuide

Obsługiwane platformy

Accu-Chek Care: Bezproblemowo łączy personel medyczny i osobę z cukrzycą.

Powierzchnia przechowywania

Aplikacja mySugr zapisuje dane sesji CGM i Dzienniczka mySugr, dopóki na urządzeniu mobilnym jest dostępna wystarczająca ilość pamięci. Dane przechowywane przez aplikację mySugr na urządzeniu mobilnym są szyfrowane.

Przesyłane dane

Funkcja przeglądu glukozy mySugr wymienia następujące dane z platformą Accu-Chek Care:

- Dane CGM.
- Dane w Dzienniczku mySugr:
- Komunikaty błędów.
- Komunikaty dotyczące konserwacji.
- Ostrzeżenia.
- Ustawienia użytkownika (na przykład dotyczące zakresów docelowych).

Funkcja przeglądu glukozy mySugr przywraca dane z ostatnich 6 miesięcy z konta na platformie Accu-Chek Care po zalogowaniu.

Przywróconych danych nie należy używać do podejmowania decyzji o terapii, takich jak dawkowanie insuliny. Do podejmowania decyzji o terapii, na przykład o dawkowaniu insuliny, należy używać wyłącznie bieżących danych z podłączonego czujnika.

Zasada działania

Pozostałe informacje znajdują się w rozdziale [Przewidziane zastosowanie](#).

Interfejsy

Funkcja przeglądu glukozy mySugr zawiera interfejs do Dzienniczka mySugr.

Specjalne wymagania dotyczące instalacji aplikacji mySugr

- Na urządzeniach z systemem iOS wymagany jest dostęp do sklepu App Store firmy Apple.
- Na urządzeniach z systemem Android wymagany jest dostęp do sklepu Google Play.

Konserwacja

OSTRZEŻENIE

Ryzyko nieprawidłowego działania

Aktualizacje aplikacji mySugr należy instalować, gdy tylko są dostępne, aby zapewnić bezpieczne i optymalne działanie funkcji przeglądu glukozy mySugr.

Należy upewnić się, że urządzenie mobilne ma wystarczającą ilość wolnego miejsca.

Należy pobierać i instalować aktualizacje systemu operacyjnego (jeśli są dostępne). W przypadku aktualizacji systemu operacyjnego należy zainstalować aplikację zgodnie z instrukcjami na urządzeniu mobilnym. Przed zaktualizowaniem urządzenia mobilnego do nowszej wersji systemu operacyjnego należy upewnić się, że aplikacja mySugr jest z nią kompatybilna. Jeśli nadal potrzebna będzie pomoc, prosimy o skontaktowanie się z obsługą klienta.

Wartości domyślne

Domyślne zakresy stężenia glukozy i wartości alarmowe

Zakresy i wartości alarmowe	mg/dL	mmol/L
Wartość alarmu bardzo wysokiej glukozy	> 250 mg/dL	> 13,9 mmol/L
Zakres wysokiej glukozy	od > 180 do ≤ 250 mg/dL	od > 10,0 do ≤ 13,9 mmol/L
Zakres docelowy (od niskiego do wysokiego stężenia glukozy)	od ≥ 70 do ≤ 180 mg/dL	od ≥ 3,9 do ≤ 10,0 mmol/L
Zakres niskiej glukozy	od ≥ 60 do < 70 mg/dL	od ≥ 3,3 do < 3,9 mmol/L
Wartość alarmu bardzo niskiej glukozy	< 54 mg/dL	< 3,0 mmol/L

Wszystkie zakresy i wartości alarmów można konfigurować z wyjątkiem wartości alarmu bardzo niskiej glukozy.

Aby zmienić wartości alarmu glukozy, przejść do opcji **Więcej** > **Ustawienia CGM** > **Alarmy** > **Alarmy wysokiej i niskiej glukozy**.

Aby zmienić wartości zakresu docelowego z Dzienniczka mySugr:

- Na urządzeniach z systemem iOS przejść do opcji **Więcej** > **Konto i Ustawienia** > **Pomiar stężenia glukozy we krwi**.
- Na urządzeniach z systemem Android przejść do opcji **Więcej** > **Konto i Ustawienia** > **Terapia**.

Zakres pomiarowy czujnika Accu-Chek SmartGuide wynosi od 40 mg/dL do 400 mg/dL (2,2 mmol/L do 22,2 mmol/L).

Zakres przedstawiony na wykresie wynosi od 0 do 300 mg/dL (0 do 16,7 mmol/L):

- Jeśli stężenie glukozy przekracza 300 mg/dL (16,7 mmol/L), zostanie to oznaczone trójkątem skierowanym w górę.
- Jeśli stężenie glukozy przekracza 400 mg/dL (22,2 mmol/L), na ekranie głównym zamiast wartości liczbowej wyświetla się informacja HI.
- Jeśli stężenie glukozy nie przekracza 40 mg/dL (2,2 mmol/L), zostanie przedstawione jako trójkąt z wierzchołkiem skierowanym w dół, a na ekranie głównym zamiast wartości liczbowej wyświetli się informacja LO.

15 Ochrona danych

Twoje dane są u nas bezpieczne. Jest to dla nas bardzo ważne (jesteśmy również użytkownikami mySugr). mySugr realizuje wymogi bezpieczeństwa i ochrony danych osobowych zgodnie z Rozporządzeniem o Ochronie Danych Osobowych.

Więcej informacji można znaleźć w polityce prywatności w aplikacji mySugr:

- Na urządzeniach z systemem iOS przejść do opcji **Więcej** > **Konto i Ustawienia** > **Inne ustawienia** > **Zarządzanie wyrażonymi zgodami**.
- Na urządzeniach z systemem Android przejść do opcji **Więcej** > **Konto i Ustawienia** > **Ustawienia** > **Zarządzanie wyrażonymi zgodami**.

16 Wytwórca



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Wiedeń, Austria

e-mail: support@mysugr.com

Dyrektor zarządzający: Elisabeth Zilberberg-Trenck
Numer rejestracyjny producenta: FN 376086v
Sąd właściwy: Sąd Handlowy w Wiedniu, Austria
Numer VAT: ATU67061939



2026-04-28

Instrukcja obsługi wersja 1.9.0 (pl)



ACCU-CHEK, ACCU-CHEK SMARTGUIDE i mySugr są znakami towarowymi firmy Roche.

Apple Watch, watchOS i iPhone są znakami towarowymi Apple Inc. zarejestrowanymi w Stanach Zjednoczonych i innych krajach.

App Store jest znakiem usługowym firmy Apple Inc. zarejestrowanym w Stanach Zjednoczonych i innych krajach.

IOS jest znakiem towarowym lub zastrzeżonym znakiem towarowym firmy Cisco w Stanach Zjednoczonych i innych krajach.

Android, Google Play i logo Google Play są znakami towarowymi firmy Google LLC.

Termin handlowy oraz logotyp Bluetooth® są zastrzeżonymi znakami towarowymi firmy Bluetooth SIG, Inc. a ich wykorzystanie przez firmę Roche jest objęte licencją.

Wi-Fi® jest zastrzeżonym znakiem towarowym stowarzyszenia Wi-Fi Alliance®. Wszystkie inne nazwy produktów i znaki towarowe są własnością ich odpowiednich właścicieli.

© 2026 mySugr