

Freestyle Libre



Að hefja notkun

Að hefja notkun með sykurnema

Í þessum bæklingi eru leiðbeiningar um uppsetningu blóðsykurnema.

Tvær leiðir eru til að lesa af sykurnemanum. Fyrri leiðin er að nota **aflestrartæki** eins og sést á forsíðunni og er hún kynnt hér.

Forritið Libreview er svo notað til hlaða niður gögnum úr tækinu. Það er gert í borðtölvu og gefur gagnlegar upplýsingar um hvernig sykurstjórn hefur gengið að undanfögnu.

Hin leiðin er að nota snjallsíma. Smáforritið heitir **Librelink** og er aðgengilegt á App Store og Playstore en stofna þarf danskan aðgang til að nálgast það. Nánar um það á fylgiseðli.

Þessi gögn má vista í skýjalausn og getur einstaklingur valið að deila þeim þannig með meðferðaraðila.

Hafa ber í huga að lesa notendaskilmála vel því ábyrgðin liggur að endingu hjá notanda tækisins.

Þýðandi texta: Birkir Friðfinnsson

Ábyrgðarmaður:

Rafn Benediktsson

Yfirlæknir Innkirtladeildar, Landspítala

Blóðsykurnemi er best staðsettur á upphandlegg

1. Skref

Veljið nemanum stað.

Forðast skal örvef, fæðingarbletti, slitför, hnúða og staði þar sem insúlín er gefið. Skiptið um stað í hvert sinn sem nýr nemi er settur upp.



Undirbúningur

2. skref

Sóttthreinsið staðinn og leyfið húðinni að þorna áður en lengra er haldið.



Samsetning nema og stungutækis

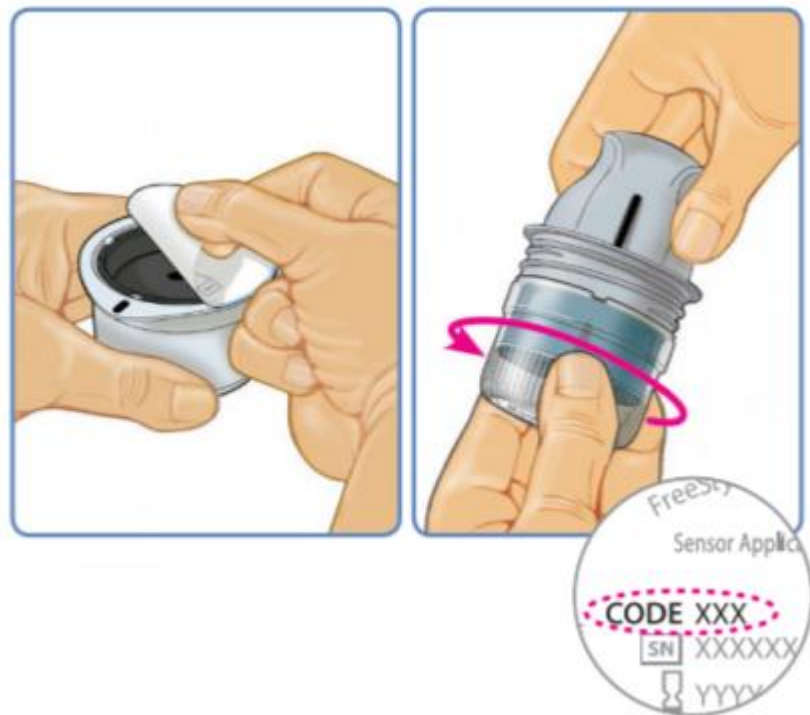
3. skref

Takið lokið af umbúðum sem innihalda nemann.

4. skref

Skrúfið lokið af stungutækinu.

Athugið að kóðar á umbúðum nemans og umbúðum stungutækisins þurfa að vera þeir sömu annars fást ekki rétt blóðsykurgildi

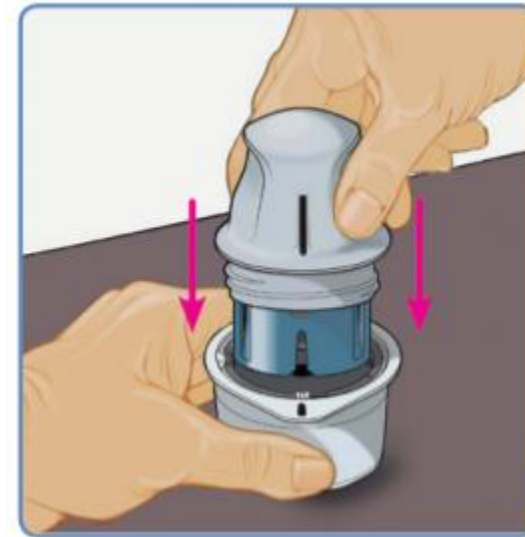


Samsetning nema og stungutækis

5. Skref

Gætið þess að línurnar sem er að finna á stungutæki og umbúðum nemans standist á.

Þrýstið stungutækinu niður yfir nemann á hörðu undirlagi þar til stungutækið stöðvast.



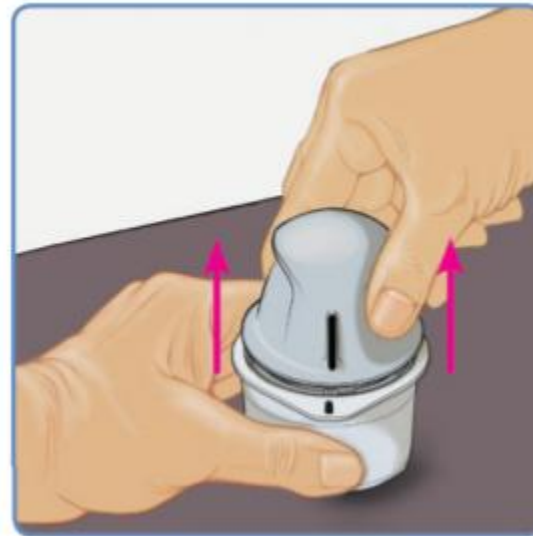
Sykurnemi og stungutæki samsett

6. Skref

Togið stungutækið upp af umbúðum nemans.

7. skref

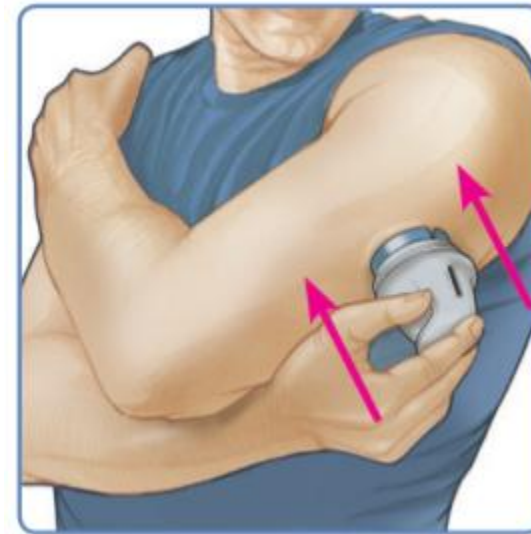
Stungutækið er nú tilbúið ásamt nemanum. Ekki snerta nemand sem er nú uppi í stungutækinu, reynið ekki að setja nemand aftur í umbúðirnar.



Ásetning

8. skref

Staðsetjið stungutækið og þrýstið ákveðið niður til að setja nemann á.



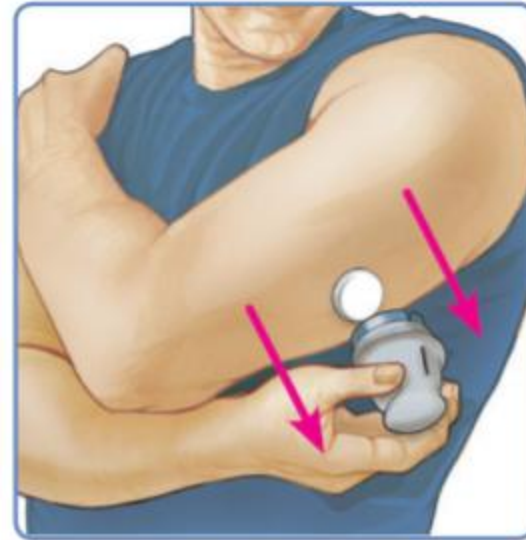
Ásetning

9. skref

Fjarlægjið stungutækið nú varlega frá handleggnum

Gangið úr skugga um að neminn sitji rétt og sé vel límdu. Fargið stungutækinu og umbúðum undan nemanum á viðeigandi hátt.

Gagnlegt getur verið að hafa glæran plástur yfir nemanum þannig að tryggt sé að hann haldist örugglega á allan tímann



Að para sykurnema við aflestrartækið

Kveikið á aflestrartæki með því að ýta á takkann í hægra horni tækisins

Ef verið er að nota tækið í fyrsta sinn þarftu að setja inn tíma og dagsetningu ásamt markmiðum blóðsykurstjórnar

Þau ættu að vera á milli 4 og 10 mmól/l í flestum tilfellum



Að para sykurnema við aflestrartækið

Tækið er útbúið snertiskjá

Ýttu á „start new sensor“



Að para sykurnema við aflestartækið

Haltu aflestrartækninu upp að sykurnemanum

Innan 4 cm fjarlægðar

Hljóðmerki heyrir

Hægt er að lesa af eftir u.þ.b 2 klukkustundir

Sykurneminn dugir í 14 daga

Ekki þarf að kvarða



Aðrar upplýsingar

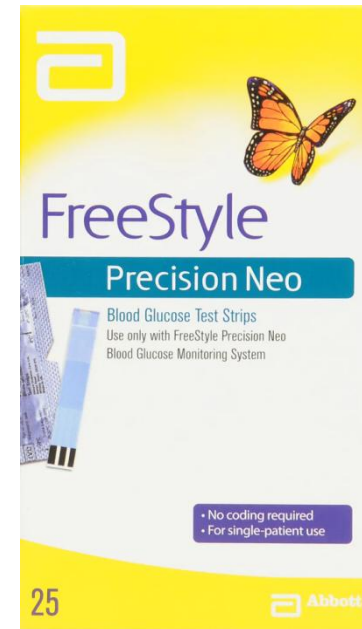
Sykurneminn mælir **vefjasykur**

Því getur verið munur á aflestartæki og í hefðbundinni blóðsykurmælingu

Hægt er að mæla blóðsykur með Freestyle Precision Neo strimlum

Einnig er hægt að mæla ketóna í blóði með Optimum β -ketone strimlum

Allir mælar, sama hverrar gerðar, hafa u.þ.b 10% skekkju

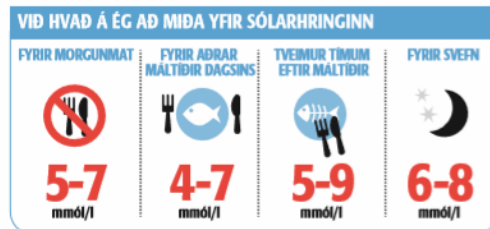
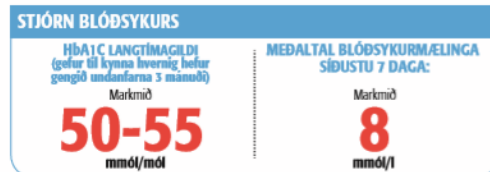


Helstu mæligildi

ÞEKKTU TÖLURNAR

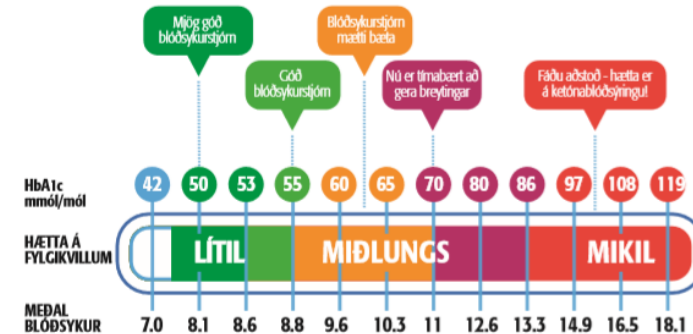
Einstaklingar með sykursýki af tegund 1 þurfa að hafa markmiðin á hreinu!

Hér eru nokkrar lykiltölur í blóðsykurstjórn sem gott er að miða við.



Mundu að margt getur haft áhrif á blóðsykurstjórn. Erfið vinna, æfingar og veikindi. Þarftu aðstoð? Er eitthvað sem þú átt erfitt með? Talaðu við okkur! Við erum hér til að hjálpa þér.

HbA1c - HVERNIG STENDUR ÞÚ ÞIG?



Hlutir sem vert er að muna:

Langtímasykur (HbA1c) segir til um hvernig blóðsykurstjórn hefur verið síðastliðnar 8-12 vikur.

Markmið einstaklinga með sykursýki af tegund 1 ætti í flestum tilvikum að vera á bilinu 50-55 mmól/mól.

Mjög hár blóðsykur eykur líkur á ketónablóðsýringu en ef ekkert er að gert getur það ástand orðið mjög alvarlegt.

Að lækka langtímasykur um 10 mmól/mól minnkar áhættu á fylgikvillum um 20%.