

Informatie over het gebruik van Freestyle Libre

Instructies voor het aflezen van gegevens uit Freestyle Libre

U maakt gebruik van de Freestyle Libre reader of app voor diabetescontrole op afstand. Om uw diabetes goed op afstand te kunnen controleren, moet u drie waarden invoeren in mijnMCL. Deze drie waarden kunt u terug vinden in het menu van uw Freestyle Libre app of reader. Het gaat om de gemiddelde glucosewaarde (HbA1c), tijd in doelbereik en aantal hypoglykemieën. Hieronder wordt uitgelegd waar u de waarden kunt vinden en hoe u deze kunt invoeren in mijnMCL. Eerst volgt uitleg over het gebruik van de reader, daarna volgt uitleg over het gebruik van de app. Heeft u nog vragen naar aanleiding van deze folder? Neem dan contact op met de klantenservice van mijnMCL of loop langs het Digiplein in de winkelstraat van het MCL.

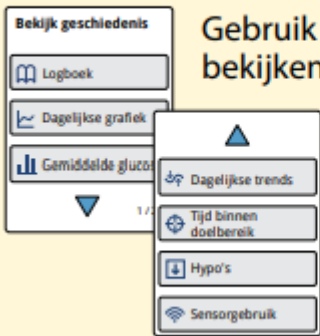
Uitleg voor gebruik Freestyle Libre-reader

1. Gemiddelde glucosewaarde (HbA1c)

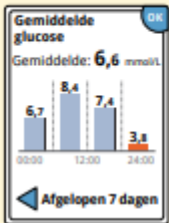
U opent het menu door te drukken op 'bekijk geschiedenis'.

Stap	Actie
1	  Druk op de beginknop om de scanner aan te zetten. Druk nogmaals op de beginknop om naar het beginscherm te gaan.
2	 Raak het pictogram Bekijk geschiedenis aan.

U komt daarmee in het hoofdmenu. U kunt verschillende overzichten van uw glucosemetingen hier terug vinden. U kunt de pijlen gebruiken om de verschillende opties te bekijken. U kunt vervolgens klikken op de optie die u wilt bekijken en invoeren in mijnMCL.

Stap	Actie
3	 Gebruik de pijlen om de beschikbare opties te bekijken.

Bij de optie 'gemiddelde glucose' vindt u de gemiddelde glucosewaarde van de afgelopen tijd. Standaard ziet u de waarde van de laatste zeven dagen. Door te drukken op het pijltje naar links kunt u het tijdsinterval vergroten naar laatste 14 dagen en laatste 30 dagen. U voert in mijnMCL de waarde in van de gemiddelde glucose over 30 dagen. De gemiddelde glucose staat in de bovenste zin dik gedrukt.



Gemiddelde glucose

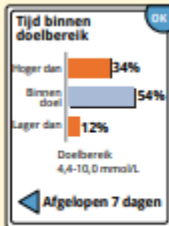
Gegevens van het gemiddelde van de glucosemetingen door de sensor. Het totale gemiddelde voor de tijd wordt boven de grafiek weergegeven. Er wordt ook een gemiddelde voor vier verschillende dagdelen van 6 uur weergegeven.

Waarden die boven of onder uw glucosedoelbereik uitkomen, worden in oranje weergegeven en waarden die binnen het bereik liggen, worden in blauw weergegeven.

U drukt vervolgens op OK (rechts boven in) om terug te keren in het menu.

2. Tijd binnen doelbereik

U klikt vervolgens op de optie 'tijd binnen doelbereik'. U ziet nu drie balkjes. De middelste balk geeft de tijd binnen doel aan. Met het pijltje links onderin kunt u weer het tijdsinterval vergroten naar 14 dagen en 30 dagen. U drukt twee maal op het pijltje naar links om op afgelopen 30 dagen te komen. Vervolgens voert u het percentage in dat u rechts van de middelste balk ziet staan. Dit is uw tijd binnen doelbereik van de afgelopen 30 dagen. Deze waarde vult u in in mijnMCL.



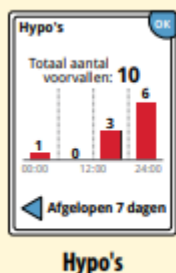
Tijd binnen doelbereik

Een grafiek waarin het percentage van de tijd dat de glucosemetingen door de sensor boven, onder of binnen uw glucosedoelbereik lagen, wordt weergegeven.

U drukt vervolgens op OK (rechts boven in) om terug te keren in het menu.

3. Aantal hypoglykemieën

In het hoofdmenu kiest u de optie 'hypo's'. U krijgt een grafiek met vier balken en daarboven het totaal aantal hypoglykemieën, met een getal erachter. Dit is het aantal hypoglykemieën dat u heeft gehad. Onderin ziet u het tijdsinterval. Met het pijltje links onderin kunt u weer het tijdsinterval vergroten naar 14 dagen en 30 dagen. U drukt twee maal op het pijltje naar links om op afgelopen 30 dagen te komen. Het getal dat u dan dik gedrukt ziet staan, is uw totale aantal hypoglykemieën in de afgelopen 30 dagen. Deze waarde vult u in in mijnMCL.



Gegevens over het aantal hypo's dat door uw sensor is gemeten. Er wordt een hypo vastgelegd als uw glucosewaarde door de sensor gedurende 15 minuten of langer lager is dan 3,9 mmol/L. Het totaal aantal hypo's wordt boven de grafiek weergegeven. Het staafdiagram geeft de hypo's in vier verschillende dagdelen van 6 uur weer.

U drukt weer op OK om terug te keren naar het hoofdmenu. U heeft nu de waarden ingevoerd in mijnMCL en drukt op verzenden.

Uitleg voor app gebruik

1. Gemiddelde glucosewaarde (HbA1c)

U opent de app op uw mobiele telefoon. Links boven ziet u drie streepjes. Als u hierop drukt, dan opent er een menu.

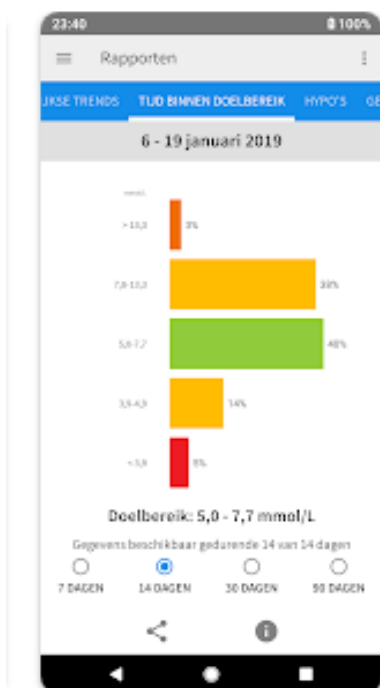


U kiest de optie 'gemiddelde glucose'. U ziet een figuur met gekleurde staafjes. De gemiddelde glucose in het gekozen tijdsinterval ziet u onder de figuur staan. Onderin kunt u het tijdsinterval kiezen, 7, 14, 30 of 90 dagen (zie nummer 4 in onderstaande afbeelding). U kiest 30 dagen. Het getal dat u dan dik gedrukt onder de figuur ziet staan, is uw gemiddelde glucose in de afgelopen 30 dagen (zie nummer 2 in onderstaande afbeelding). Dit getal voert u in in mijnMCL. U kunt daarna terugkeren naar het hoofdmenu van uw Freestyle Libre app door te klikken op de drie streepjes links boven.



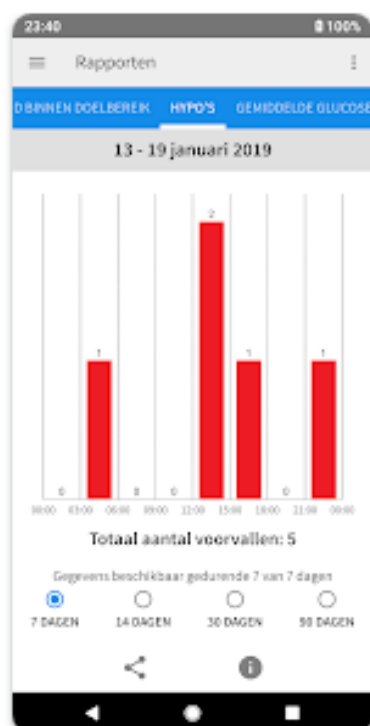
2. Tijd binnen doelbereik

In het menu kiest u de optie 'tijd binnen doelbereik'. U ziet dan onderstaand figuur. In de groene balk staat de glucosewaarde in het doelbereik. Let er op dat het doelbereik is afgesteld tussen 3, 9-10 (dit ziet u aan de linkerzijde van de groene balk). Onderin kunt u het tijdsinterval kiezen, 7, 14, 30 of 90 dagen. U kiest 30 dagen. Het percentage dat u dan rechts van de groene balk ziet staan, is uw tijd binnen doelbereik in de afgelopen 30 dagen. Dit getal voert u in in mijnMCL. U kunt daarna terugkeren naar het hoofdmenu van uw Freestyle Libre app door te klikken op de drie streepjes links boven.



3. Aantal hypoglykemieën

U kiest in het menu de optie hypo's. U ziet dan een figuur met rode staafjes. Onder aan de figuur ziet u het totale aantal hypoglykemieën. Onderaan ziet u wederom de verschillende tijdsintervallen. U kiest 30 dagen. Het getal dat u dan dik gedrukt ziet staan onder de figuur is het totaal aantal hypoglykemieën in de afgelopen 30 dagen. Dit getal voert u in in mijnMCL. U kunt daarna terugkeren naar het hoofdmenu van uw Freestyle Libre app door te klikken op de drie streepjes links boven.



Bron: afbeeldingen met toestemming Abbott

www.mcl.nl

Vragen@mijnmcl.nl

Digiplein, winkelstraat MCL

©MCL oktober 2024

Docnr. 36412 (2)