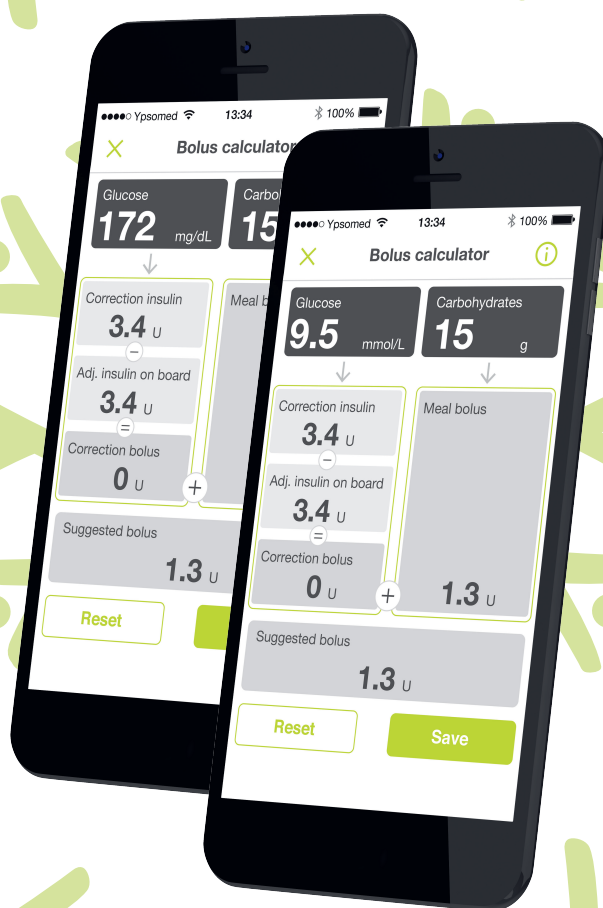


mylife App

Bruksanvisning



DiabetesCare

Innehåll

Varningar	4	4 Använda din mylife App med en Dexcom G6	25
1 Allmän introduktion till mylife App	7	4.1 Säkerhet och Dexcom G6	26
1.1 Avsett syfte	7	4.2 Senaste värden (hemskrmen)	39
1.2 Avsett användning och indikation	7	4.3 Larm och varningar	45
1.3 Kontraindikationer	8	4.4 Behandlingsbeslut	49
1.4 Användare	8	4.5 Avsluta din sensorsession	53
1.5 Språkversioner	8	4.6 Avancerade app-funktioner	55
1.6 Rekommendationer	9	5 Boluskalkylator	57
1.7 Tillvägagångssätt vid allvarliga händelser	9	5.1 Inledning till boluskalkylatorn	57
1.8 Prestanda	10	5.2 Pumpanvändare: använda boluskalkylatorn	59
1.9 Systemkrav, kompatibla enheter	10	5.3 Pennanvändare: använda boluskalkylatorn	65
1.10 Dataskydd	11	6 Ge en fjärrbolus	71
1.11 Möjliga kliniska fördelar	11	6.1 Åtkomst	72
1.12 Övriga risker	12	6.2 Programmera en bolus	73
2 Ställa in mylife App	13	7 Mata in och visa data	82
2.1 Profilalternativ	13	7.1 Datainmatning	82
2.2 Allmänna inställningar	14	7.2 Loggbok	84
2.3 Personliga data	14	7.3 Statistik	86
2.4 Behandlingsinställningar	15	7.4 Rapporter	88
2.5 Inställningar för boluskalkylatorn	16	7.5 Widget/smartklocka	90
3 Meny och senaste värden (hemskrmen)	20	8 Profiler och konton	92
3.1 Meny	20	8.1 Skapa en initial profil	92
3.2 Senaste värden (hemskrmen)	21	8.2 Skapa en ytterligare profil	92
		8.3 Ta bort en profil	93
		8.4 Logga in till mylife Cloud	93

9	Enhetshantering	94
9.1	Bluetooth®-koppling av din YpsoPump	94
9.2	Bluetooth®-koppling av dina mylife blodglukosmätare	95
9.3	Ställa in din Dexcom G6	96
10	Felsökning	99
10.1	mylife App generellt	99
10.2	mylife App och Dexcom G6	100

11	Anmärkningar för sjukvårdspersonal	107
11.1	Beräkning av disponibelt insulin	107
11.2	Detaljerat om boluskalkylatorn för metod 1	108
11.3	Detaljerat om boluskalkylatorn för metod 2	111
12	Om mylife App	115



SINOVO health solutions GmbH
Willy-Brandt-Straße 4
61118 Bad Vilbel
Germany



Varningar

WARNING

- ⚠ Om du inte följer anvisningarna i bruksanvisningen till mylife App eller inte följer varningarna kan följden bli svår hypoglykemi eller förhöjda blodglukosnivåer (läs varningarna noggrant).
- ⚠ Använd aldrig boluskalkylatorn i mylife App om du inte fått utbildning av ditt diabetesteam. Om du använder boluskalkylatorn utan att ha fått professionell utbildning, finns det risk att den föreslagna bolusdosen tolkas felaktigt och att insulindoseringen från din YpsoPump eller insulinpenna sedan blir felaktig.
- ⚠ Boluskalkylatorn i mylife App ger enbart förslag till insulindosering. Du är fullständigt ansvarig för tolkning av förslagen och beslut om den insulindos som ska levereras, beroende på din individuella situation vid tidpunkten när du beräknar och doserar. Kontrollera DI och bolusförslaget innan du ger stora eller upprepade bolusar. Om du är osäker på hur du ska använda boluskalkylatorn ska du kontakta ditt diabetesteam.
- ⚠ För pumpar som inte är kompatibla med "Dose"-funktionen fjärrbolus: mylife App är konstruerad för att hämta data från YpsoPump och visa dem. mylife App är inte konstruerad för att programmera YpsoPump. mylife App kan inte starta insulindosering på YpsoPump. Insulindoseringen måste göras direkt på YpsoPump eller med hjälp av din insulinpenna.
- ⚠ Om du använder mylife App parallellt med en tredjepartsapp, eller när du har växlat till den från en tredjepartsapp, ska du kontrollera att dina boluskalkylatorinställningar är uppdaterade och överensstämmer med de rekommendationer du fått från läkaren eller ditt diabetesteam.

- ⚠ Om du ändrar tid eller tidszoner manuellt eller automatiskt på smarttelefoner och på så sätt skapar en tidsskillnad mellan telefonen och YpsoPump, kan mylife App inte beräkna disponibelt insulin. I sådana fall beräknar du disponibelt insulin manuellt och tar med det i beräkningen för bolusdoser tills du ändrat tiden i YpsoPump.
- ⚠ Om du nu använder mylife App utan Dexcom G6 system för kontinuerlig blodglukosmätning (Continuous Glucose Monitoring, CGM) (i fortsättningen kallat Dexcom G6 eller G6), eller om du nu använder Dexcom G6 med G6-appen, är det viktigt att du går igenom alla anvisningar i den här bruksanvisningen innan du börjar använda mylife App med en ansluten Dexcom G6.
- ⚠ För användare med en ansluten G6: Börja inte använda dina CGM-avläsningar till bolusberäkningar innan du diskuterat med ditt diabetesteam. Det är bara ditt diabetesteam som kan bestämma dina CGM-inställningar och hur du ska använda din sensortrendinformation som hjälp att hantera din diabetes. Felaktiga inställningar kan medföra att för mycket eller för lite insulin ges. Det kan orsaka hypoglykemi (lågt blodglukos) eller hyperglykemi (högt blodglukos).

WARNING

WARNING anger en farlig situation som kan leda till dödsfall eller allvarliga personskador om den inte undviks.

FÖRSIKTIGHET

-  Det finns platser där det generellt inte är tillåtet att använda smarttelefoner och mylife App kan då inte användas till att synkronisera eller beräkna bolusar (till exempel vissa utrymmen på sjukhus eller i flygplan). Se till att du alltid har möjlighet att beräkna bolusar manuellt.



Viktig information

Om du använder ett Dexcom G6 system för kontinuerlig blodglukosmätning (CGM) som är anslutet via Bluetooth® till mylife App, ska du läsa i avsnitt 4.1 om Dexcom G6-relaterade varningar, upplysningar, avsett ändamål, indikationer och kontraindikationer.

Du kan också läsa anvisningar om Dexcom G6 på **dexcom.com/downloadsandguides**.

FÖRSIKTIGHET

FÖRSIKTIGHET anger en farlig situation som kan leda till smärre eller måttliga personskador om den inte undviks.

1 Allmän introduktion till mylife App

1.1 Avsett syfte

Den medicintekniska produkten är fristående programvara för hantering av diabetesbehandling. Programmet kan hämta data från medicinsk utrustning, men det är även möjligt att mata in data manuellt. Dess statistiska och grafiska resultat stöder hantering av diabetesbehandling genom att möjliggöra bättre behandlingsbeslut. Den medicintekniska produkten är avsedd att användas av personer med diabetes och/eller deras vårdgivare.

1.2 Avsett användning och indikation

mylife App är ett program för smarttelefoner som gör att du kan registrera behandlingsdata och få beräknade bolusförslag. Data kan också läsas in från YpsoPump, från anslutningsbara blodglukosmätare som Unio Neva , Unio Cara och Aveo samt från Dexcom G6-systemet via deras Bluetooth®-gränssnitt. mylife App kan starta bolusar på YpsoPump (kompatibla pumpversioner). Inmatade behandlingsdata som uppskattningar av kolhydrater, blodglukosmätningar och realtidsdata från Dexcom G6 CGM kan användas till behandlingsbeslut, med stöd av mylife App. Om appen används med anslutet Dexcom G6, kan mylife App användas som stöd för behandlingsbeslut utan att fingerstick behövs för mätning av blodglukos (på grund av konstruktionen av Dexcom G6). Programmet ger möjlighet att mata in data manuellt till en loggbok, göra statistiska beräkningar, visa grafiska diagram, rapportfunktioner samt hantering av flera användarprofiler. Om du har skapat ett online-konto, kan mylife App synkroniseras med data i mylife Cloud. Vidare kan CGM-data laddas upp till Dexcom Clarity när ett anslutet Dexcom G6 används.

mylife är indicerad för alla typer av diabetes och följande behandlingsformer: pumpbehandling (kontinuerlig subkutan insulininfusion, CSII) och pennbehandling med flera dagliga injektioner (intensifierad konventionell behandling, ICT/MDI). Personer med diabetes eller deras vårdgivare måste kunna tolka informationen från mylife App och agera på lämpligt sätt. Boluskalkylatorns förslag är enbart avsedda att användas för direktverkande insulin.

1.3 Kontraindikationer

Kontraindikationer är medicinska förhållanden som gör att mylife App inte ska användas som en medicinteknisk produkt. Diskutera sådana situationer med ditt diabetesteam om du känner dig osäker inför dem.

Boluskalkylatorns förslag får inte användas i följande fall:

- Till behandlingar med blandade insuliner eller NPH-insulin
- Basal-assisterad tablettbehandling med eller utan GLP-1-receptoragonister
- Kompletterande insulinbehandling med injektioner före måltid utan basalinsulin
- Om appen används med ansluten Dexcom G6 när användaren får dialys eller är kritiskt sjuk, eller vid behandling med hydroxikarbamid

Det finns inga kontraindikationer som gäller appens loggbok, datainmatning, statistik och PDF- eller CSV-rapporter.

1.4 Användare

mylife App är avsedd att användas av personer med diabetes och/eller deras vårdgivare. Minderåriga från 14 år bör diskutera självständig användning av mylife App med vårdnadshavare och diabetesteam. Minderåriga under 14 år ska ha stöd av vårdnadshavare vid användning av mylife App. Det gäller även personer under förmyndare. Vårdgivare måste vara minst 18 år.

1.5 Språkversioner

mylife App finns på olika språk. De definieras på sidomenyn ☰ i Inställningar ⚙️
→ Allmänna inställningar.

1.6 Rekommendationer

Vi råder dig att kontrollera att din mylife App-installation alltid är aktuell och motsvarar den senaste versionen i Apple App Store eller Google Play Store. Appen ger ett popup-meddelande när en uppdatering är tillgänglig. Användaren kan då ladda ned och installera uppdateringen från respektive app store.

Vid tekniska problem är det ofta bra att stänga programmet och starta om det och/eller att stänga av och starta om din smarttelefon. Om du tar bort programmet från din smarttelefon och tänker installera om det, ska du alltid se till att ha säkerhetskopierat dina behandlingsdata (t.ex. i mylife Cloud).

1.7 Tillvägagångssätt vid allvarliga händelser

Viktig anmärkning om hälsorelaterad användning

mylife App är en medicinteknisk produkt som utvecklats enligt Europaparlamentets och rådets förordning (EU) 2017/745 om medicintekniska produkter. mylife App kan dock på intet sätt ersätta medicinska råd och behandlingar. Varje ändring av dina behandlingsvärden (som kvoten insulin:kolhydrater, korrigeringsfaktor eller insulineffektens varaktighet) måste överenskommas med din läkare. SINOVO health solutions GmbH ansvarar inte för några som helst hälsokomplikationer som kan uppstå på grund av olämplig behandling eller felaktiga inställningar i appen (t.ex. olämplig insulindosering). Om mylife App ger förslag som gäller behandling (t.ex. bolusförslag), är de inte bindande utan måste alltid kontrolleras med avseende på lämplighet.

Vid medicinsk användning, särskilt till diagnostik eller hälsokontroll, rekommenderar vi att du som tillägg till appens utvärdering använder ytterligare dokumentation. Du bör ofta säkerhetskopiera dina data i mylife Cloud så att du inte förlorar information, och se till att du kan kontrollera hälsan på andra sätt.

Informera SINOVO health solutions GmbH, din lokala mylife Diabetes Care-distributör och lokala hälsovårdsmyndigheter vid allvarliga hälsoeffekter (som allvarlig skada eller intagning på sjukhus) eller fel på mylife App. Informera dessutom din lokala Dexcom-representant vid allvarliga hälsoeffekter eller fel på Dexcom G6-systemet.

1.8 Prestanda

Se avsnitt 2.5 Inställningar för boluskalkylatorn och avsnitten 5.1, 5.2 och 5.3 Introduktion till boluskalkylatorn och Använda boluskalkylatorn samt kapitel 10 Anmärkningar för sjukvårdspersonal om prestanda för boluskalkylatorn i mylife App.

1.9 Systemkrav, kompatibla enheter

mylife App kan användas på olika typer av smarttelefoner. Enheter och operativsystemversioner som stöds anges i de beskrivningar som finns i Google Play Store och Apple App Store. Kompatibilitet med mobiloperativsystem:

- Android version 7.1–14.0
- Bluetooth® Low Energy (V4.0) för Android-enheter
- iOS version 14.0–17.5
- watchOS version 9.0–9.6.3

En uppdaterad översikt över kompatibilitet med olika operativsystemversioner, smarttelefoner och bärbar teknik finns på www.mylife-diabetescare.com/compatibility.

mylife App ska inte användas på smarttelefoner med jailbreak eller en rotad enhet. Sådana förhållanden kan orsaka fel i den krypterade Bluetooth®-kommunikationen.

Bluetooth®: Bluetooth®-anslutning krävs för koppling och anslutning till YpsoPump eller någon av de kompatibla blodglukosmätarna från mylife Diabetes Care Unio Neva, Unio Cara, Aveo samt för Dexcom G6. För en eller båda mobilplattformarna (Android och iOS) kan det behövas vissa allmänna eller programspecifika behörigheter för att möjliggöra Bluetooth®-kommunikation, t.ex. aktiverade "Location services"/"platstjänster".

För att kunna använda Dose till fjärrbolus måste du ha en kompatibel version av YpsoPump och minst version 2.0.0 av mylife App. Hör med din representant för mylife Diabetes Care om du har frågor om den här funktionen.

Wifi/GSM: Wifi- eller GSM-förbindelse krävs om du vill synkronisera med mylife Cloud för uppladdning av glukosdata till Dexcom Clarity. Observera att du behöver ha ett Dexcom-konto för att kunna använda en ansluten G6.

1.10 Dataskydd

Dina datas säkerhet är ytterst viktig för oss. mylife App är en medicinteknisk produkt som uppfyller höga krav på säkerhet och pålitlighet. Alla medicinska data som sparas och överförs till och från mylife Cloud krypteras och sparas enbart på certifierade servrar i Irland, Storbritannien och Frankrike. Molnbaserad datalagring av dina Dexcom G6-data i Dexcom Clarity beskrivs i respektive Dexcom-information.

1.11 Möjliga kliniska fördelar

Specialiserade mobilappar som mylife App kan vara till hjälp för personer med diabetes i deras dagliga behandlingshantering. Studier med sådana appar visar att de kan hjälpa användare att uppnå några eller alla av följande fördelar om apparna används som avsett.:

- Sänkning av HbA1c
- Förslag till insulindosering genom boluskalkylator
- Bättre följsamhet av läkemedelsordination
- Förbättring av egenbehandling och blodglukosmätning
- Undvikande av felberäknade doser
- Minskad oro för hypoglykemi och därmed förbättrad livskvalitet

1.12 Övriga risker

Som för alla medicintekniska produkter finns det risker som är förknippade med användning av mylife App. Många av riskerna är gemensamma för all insulinbehandling. Att läsa användarguiden och följa bruksanvisningen är väsentligt för säker användning av din mylife App. Diskutera med ditt diabetesteam om hur sådana risker kan påverka dig.

Risker som kan uppkomma när du använder mylife och dess boluskalkylator är till exempel följande:

- Lågt blodglukos (möjlig svår hypoglykemi) efter för hög insulindosering, t.ex. på grund av överskattning av kolhydratinnehåll, inmatningsfel, inställningsfel, påverkande faktorer som ignorerats (t.ex. sjukdom, CGM-trendinformation) eller användarfel (bolusförslag som feltolkats eller ignorerats).
- Högt blodglukos (möjlig hyperglykemi) efter för låg insulindosering, t.ex. på grund av underskattning av kolhydratinnehåll, inmatningsfel, inställningsfel, påverkande faktorer som ignorerats (t.ex. sjukdom, CGM-trendinformation) eller användarfel (bolusförslag som feltolkats eller ignorerats).

Diskutera med ditt diabetesteam innan du ställer in och använder boluskalkylatorn i mylife App. Det är bara ditt diabetesteam som kan bestämma och hjälpa dig att bestämma och ställa in dina kvoter insulin till kolhydrater (I/K), korrektionsfaktor(er), (blod)glukosmålvärden, hantering av disponibelt insulin och insulineffektens varaktighet.



mylife App kan användas med eller utan anslutet Dexcom G6-system för kontinuerlig blodglukosmätning (CGM). Läs de avsnitt som hänvisas till nedan, och läs, beroende på din individuella situation, hur du ställer in och använder mylife App.

- Ställa in mylife App (för alla användare) → gå till sidan 13.
- Använda mylife App utan ansluten Dexcom G6 → gå till sidan 20.
- Använda mylife App med ansluten Dexcom G6 → gå till sidan 25.

2 Ställa in mylife App

När du startar mylife App och när du skapar en ny profil, kommer du att ledas genom inställningarna av en inställningsguide. Om du senare vill lägga till eller ändra inställningar gör du det via sidomenyn ≡ under Inställningar ⚙️. Ändringar uppdateras först när du bekräftar med symbolen Spara ✓. Obligatoriska inställningar markeras med en asterisk.

För att ta reda på hur du kopplar och ställer in enheter som en YpsoPump, en Dexcom G6 eller anslutningsbara blodglukosmätare går du till kapitel 9, Enhetsshantering.

2.1 Profilalternativ

För att kunna använda mylife App, måste du skapa en profil. En profil för mylife App kräver ett mylife Cloud-konto. mylife Cloud används till datalagring och datautbyte – det stöder inte beräkningar av bolusförslag. När du ansluter till ditt mylife Cloud-konto, kommer data från din mylife App att synkroniseras med ditt mylife Cloud-konto.

- Skapa konto
Skapa ett nytt mylife Cloud-konto och starta din mylife App med ditt nya mylife Cloud-konto.
- Logga in till ett befintligt konto
Anslut din mylife App till ditt befintliga mylife Cloud-konto.

Mer information finns i kapitel 8, Profiler och konton.

2.2 Allmänna inställningar

Ange önskat språk. Du kan också konfigurera enheten så att ditt (blod)glukos visas. Du kan välja mellan enheterna mg/dL och mmol/L.



mylife App kan användas med eller utan anslutet Dexcom G6-system för kontinuerlig blodglukosmätning (CGM) och tillsammans med blodglukosmätare. Medan Dexcom G6-sensorn mäter glukos i vävnadsvätskan mellan cellerna, mäter blodglukosmätare halten i kapillärblod. Termen "glukos" används när den enbart avser G6, "(blod)glukos" används för G6 och blodglukosmätare och termen "blodglukos" när enbart punktmätningar med blodglukosmätare avses.

2.3 Personliga data

Skriv in eller ändra dina personliga data: för- och efternamn, en avatar (profilbild), e-postadress, kön, födelsedatum, bosättningsland och bruksanvisningens språk. Observera att du inte kan ändra landet om du väljer att ansluta till ett mylife Cloud-konto.

Du kan också skapa en ny mylife App-användarprofil eller ta bort en befintlig profil. Du kan också ansluta till ditt mylife Cloud-konto eller skapa ett nytt mylife Cloud-konto.

2.4 Behandlingsinställningar

Här anger du din behandlingsform (pump eller penna). Ange ditt (blod)glukosmålvärde ("målområdet") och dina trösklar för hyperglykemi och hypoglykemi. Här kan du också dela dina behandlingsdata med valda hälsoappar.



- Målområdet och hyper-/hypoglykemitrösklarna används till att upprätta och tolka statistiken för ditt (blod)glukos och insulin. Vi rekommenderar att du anger de här inställningarna och regelbundet går igenom dem med ditt diabetesteam.
- För användare med ansluten Dexcom G6: Observera att inställningarna för dina G6-målområden är åtskilda från de tidigare nämnda inställningarna för målområden. Dina G6-målområden definieras av inställningarna för varningar vid höga resp. låga glukosvärden i din G6. Mer information finns i avsnitten 4.2 och 4.3.
- Sist men inte minst ska du observera att det finns separata inställningar för ditt (blod)glukosmål i boluskalkylatorns inställningar (se avsnitt 2.5).

Standardvärden:

- Undre gräns för målområde: 3,9 mmol/L (70 mg/dL)
- Övre gräns för målområde: 10,0 mmol/L (180 mg/dL)
- Undre gräns för hyperglykemi: 10,0 mmol/L (180 mg/dL)
- Övre gräns för hypoglykemi: 3,9 mmol/L (70 mg/dL)

Acceptabla områden:

- Gränser för målområde: 3,3 – 16,6 mmol/L (60 – 300 mg/dL)
- Hyperglykemi: 8,9 – 16,6 mmol/L (160 – 300 mg/dL)
- Hypoglykemi: 2,8 – 5,0 mmol/L (50 – 90 mg/dL)

När du följer inställningsguiden och innan du sparar dina behandlingsinställningar kommer programmet att be dig koppla din YpsoPump, kompatibla blodglukosmätare och/eller din Dexcom G6 via Bluetooth®. I kapitel 9, Enhetshantering, finns mer information om Bluetooth®-koppling av kompatibla enheter.

2.5 Inställningar för boluskalkylatorn

WARNING

⚠ De här inställningarna bestämmer hur boluskalkylatorn räknar ut dina bolusförslag. Det är därför mycket viktigt att inställningarna blir riktiga. Gör inga inställningar som du inte på förhand har diskuterat med ditt diabetesteam. Se till att någon från ditt diabetesteam kontrollerar dig när du ställer in och programmerar boluskalkylatorn. Var noga med att bara använda boluskalkylatorn till direktverkande insulin. Under inga omständigheter ska du använda kalkylatorn till långverkande eller blandade insuliner.

För pumpanvändare är det nödvändigt att användaren har lyckats koppla sin YpsoPump till mylife App för att kunna använda boluskalkylatorn. Det finns inga sådana begränsningar för pennanvändare.

Du kan aktivera och avaktivera boluskalkylatorn i inställningarna för boluskalkylatorn. För att kunna använda boluskalkylatorn måste alla följande inställningar ha gjorts:

Lägsta (blod)glukosvärde för beräkning

Här definierar du en undre gräns för (blod)glukosvärden för beräkning av bolusar. Om du anger ett lägre aktuellt (blod)glukosvärde kommer boluskalkylatorn att meddela att ditt aktuella (blod)glukos är för lågt för beräkning av ett bolusförslag.

- Steg: 0,1 mmol/L (1 mg/dL)
- Acceptabelt område: 2,8 mmol/L – 3,9 mmol/L (50 mg/dL – 70 mg/dL)
- Standardvärde: inget

Förslag maximal bolus

Här anger du i insulinenheter hur stort beräkningens bolusförslag högst får vara. Om det beräknade förslaget är större än den här inställningen får du en upplysning om det, och du måste bekräfta meddelandet genom att trycka på OK.

- Steg: 0,5 E
- Acceptabelt område: 0,5 E – 30,0 E
- Standardvärde: 10,0 E

Målvärde för (blod)glukos

Här definierar du ditt målvärde för korrigering av (blod)glukosvärdet. Boluskalkylatorns förslag är avsett att korrigera högt eller lågt (blod)glukos till det här värdet.

(Blod)glukosmätningar över värdet ger en (positiv) korrigeringsdos. En (blod)glukosmätning under målvärdet ger en negativ korrigeringsdos som alltid används till att minska den föreslagna dosen.

Om du har olika målvärden under dygnet kan du definiera dem i motsvarande tidssegment med steg om 30 minuter. Du kan ange högst 8 (blod)glukosmålområden.

- Steg: 0,1 mmol/L (1 mg/dL)
- Acceptabelt område: 3,9 mmol/L – 11,1 mmol/L (70 mg/dL – 200 mg/dL)
- Standardvärde: inget

När du matat in alla dina (blod)glukosmålvärden, bekräftar du genom att trycka på symbolen Spara ✓.

Korrigeringsfaktor

Mata in din korrigeringsfaktor här (exempel: Om 1 enhet insulin sänker ditt (blod)glukos med 2 mmol/L eller 36 mg/dL, så är din korrigeringsfaktor 2 respektive 36). Boluskalkylatorn beräknar en korrigeringsdos baserat på ditt (blod)glukosmålvärde och korrigeringsfaktorn.

Om du har olika korrigeringsfaktorer under dygnet kan du definiera dem i motsvarande tidssegment med steg om 30 minuter. Du kan ange högst 8 korrigeringsfaktorer.

- Steg: 0,1 mmol/L/E (1 mg/dL/E)
- Acceptabelt område: 0,1 mmol/L/E – 22,2 mmol/L/E (2 mg/dL/E – 400 mg/dL/E)
- Standardvärde: inget

När du matat in alla dina korrigeringsfaktorer, bekräftar du dem genom att trycka på symbolen Spara ✓.

Kvoten insulin till kolhydrater

Kvoten insulin till kolhydrater (I/K) anger det antal gram kolhydrater som täcks av en enhet insulin. Om du har olika I/K-kvoter under dygnet kan du definiera dem i motsvarande tidssegment med steg om 30 minuter. Du kan ange högst 8 I/K-kvoter.

- Steg:
 - För 1–9,9 g K/E: steg om 0,1 g
 - För 10–20 g K/E: steg om 0,5 g
 - För 21–99 g K/E: steg om 1 g
 - För 100–150 g K/E: steg om 10 g
- Acceptabelt område: 1 g kolhydrater/E – 150 g kolhydrater/E
- Standardvärde: inget

När du matat in alla dina insulin till kolhydrater-kvoter, bekräftar du genom att trycka på symbolen Spara ✓.

Användning av disponibelt insulin

Den här inställningen bestämmer hur disponibelt insulin hanteras vid beräkning av bolusförslag. Det finns två metoder för hanteringen. Inställningen har inget standardvärde. Detaljerad information om de båda metoderna finns i kapitel 11, Anmärkningar för sjukvårdspersonal.

Metod 1: Disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus

Disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus.

Formel: $\text{Korrigeringsbolus} + \text{måltidsbolus} - \text{disponibelt insulin} = \text{bolusförslag}$

FÖRSIKTIGHET

 Den här metoden tenderar att beräkna ett mindre bolusförslag än metod 2. I vissa vardagssituationer skulle du kunna behöva mer insulin.

Metod 2: Disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolusen

Disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolusen. Det subtraheras aldrig från måltidsbolusen.

Formel: [Korrigeringsinsulin – anpassning av disponibelt insulin] + måltidsbolus
 = korrigeringsbolus + måltidsbolus
 = bolusförslag

FÖRSIKTIGHET

⚠ Den här metoden tenderar att beräkna ett större bolusförslag än metod 1.
Ytterligare kolhydrater täcks fullständigt. I vissa vardagssituationer är det här sättet kopplat till högre risk för hypoglykemier.

Varaktighet aktiv insulineffekt

Den här inställningen definierar hur länge ditt injicerade insulin är aktivt i kroppen för sänkning av ditt (blod)glukos. Inställningen används till att beräkna disponibelt insulin.

- Steg: 30 min
- Acceptabelt område: 2–8 timmar
- Standardvärde: inget

Avsluta och spara alla inställningar för boluskalkylatorn

När du är klar med alla de nämnda inställningarna för boluskalkylatorn, bekräftar du dem genom att trycka på symbolen Spara ✓ på översta raden i mylife App. Programmet kommer att bekräfta att inställningarna sparats.

3 Meny och senaste värden (hemsärm)

3.1 Meny

Du kommer åt alla tillgängliga funktioner i mylife App genom att klicka på sidomenyn

☰. I tabell 1 får du en översikt över funktionerna i mylife App.

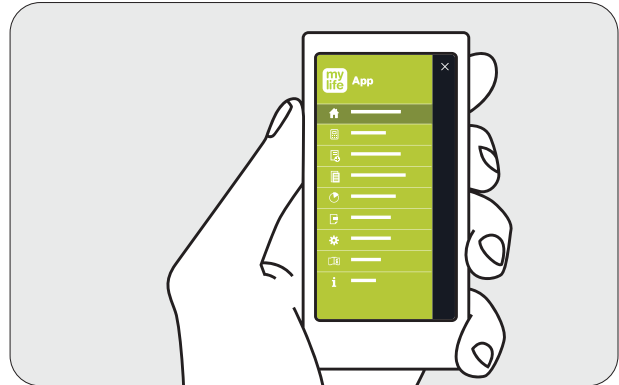


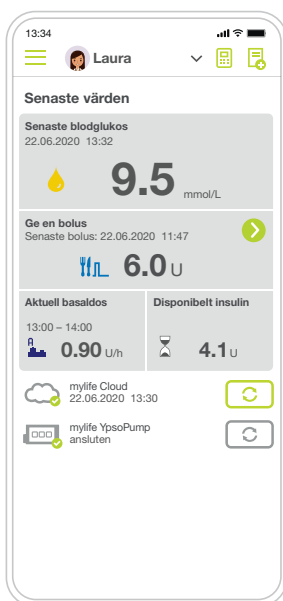
Bild 1: mylife App-menyn

Tabell 1: Funktionsöversikt

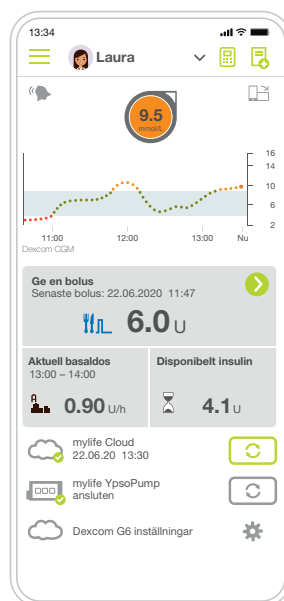
Symboler	Beskrivning	
	Senaste värden	På hemsärmen visas de senaste värdena för (blod)glukos, bolus, basalinsulin och disponibelt insulin.
	Boluskalkylator	Härifrån kommer du åt boluskalkylatorn.
	Ge bolus	Här kan du programmera in dina fjärrbolusar på din YpsoPump (gäller bara användare som har en kompatibel YpsoPump).
	Datainmatning	Här anger du manuellt de värden som ska användas i loggboken och i bolusberäkningarna.
	Loggbok	Här sparar du dina inmatningar så att du kan kontrollera dem senare.
	Statistik	Här visas statistiska analyser av dina (blod)glukosvärden (blodglukosstatistik, standarddag) och din insulinförbrukning.
	Rapporter	Här skapar du PDF- och CSV-rapporter.
	Inställningar	Lägg till eller ändra inställningar för Allmänna inställningar, Personliga data, Behandling, Boluskalkylator och Enhetshantering.
	Bruksanvisning	Här finns alla förklaringar som du behöver för framgångsrik användning av mylife App.
	Om	Information om tillverkaren samt kontaktuppgifter. Härifrån kan du även öppna en kort handledning.

3.2 Senaste värden (hemskaerm)

På skärmen Senaste värden visas värdena från dina datainmatningar  samt från boluskalkylatorn . Dessutom visas relevant insulininformation enligt vad som importerats från din YpsoPump. Överst på skärmen Senaste värden visas antingen blodglukosinformation (inmatad manuellt eller importerad från en ansluten blodglukosmätare) eller kontinuerlig glukosinformation från en ansluten Dexcom G6.



Skärmen Senaste värden med BG-vy



Skärmen Senaste värden med CGM-vy

Tabell 2: Skärmen Senaste värden: Beskrivning av behandlingsdata

Symboler	Beskrivning
	Senaste värden
	Senaste blodglukos (för användare utan ansluten Dexcom G6): Här visas ditt senaste blodglukosvärde. Om du använder en ansluten Dexcom G6 finns mer information i avsnittet 4.2 Senaste värden om visning av glukosdata från din G6-sensor.
	Blodglukos (inom ditt blodglukosmålområde)
	Blodglukos (över ditt blodglukosmålområde)
	Blodglukos (under ditt blodglukosmålområde)
	Disponibelt insulin: Ditt aktuellt disponibla insulin, baserat på de senaste sparade bolusposterna.

Tabell 2: Skärmen Senaste värden: Beskrivning av behandlingsdata (forts.)

Symboler	Beskrivning
	Senaste bolus/pågående bolus för pumpanvändare: Här visas den senast givna bolusen efter dataimport med datum och tid eller efter det att du manuellt fört in den i avsnittet Datainmatning. Pågående bolusar visas även grafiskt. Programmet skiljer mellan följande bolustyper:
	Standardbolus
	Förlängd bolus
	Kombibolus
	Standardbolus (pågående), inbegripet programmerad insulindos
	Förlängd bolus (pågående), inbegripet - programmerad total insulindos - återstående insulinmängd som fortfarande ska ges - återstående bolustid
	Kombibolus (pågående), inbegripet - programmerad total insulindos - återstående insulinmängd som fortfarande ska ges - återstående bolustid
	Tryck på den här knappen för att öppna skärmen för bolusdosering, Där kan du programmera en fjärrbolus på din YpsoPump (går bara om du har en ansluten kompatibel pump).
	Bolus för pennanvändare eller för pumpanvändare som kompletterar med insulinpenna eller spruta, baserat på den senaste inmatningen i loggboken.
	Basalinsulin (pennanvändare): senaste dosen basalinsulin enligt loggboken.
	Aktuell basaldos: Här visas din basaldos och den valda basaldosprofilen (A eller B) vid tidpunkten för den senaste dataimporten från YpsoPump. Aktuell basaldos visas för resten av den hela timmen. När timmen gått, måste data från YpsoPump importeras igen för att den aktuella basaldosen ska visas. För att den funktionen ska kunna utföras automatiskt, måste du upprätta en förbindelse mellan din YpsoPump och din mylife App.
	Aktuell basaldos med tillfällig justering: Här visas din basaldos vid tidpunkten för den senaste dataimporten från YpsoPump. Den visar den aktuellt valda basaldosprofilen (A eller B), och %-symbolen anger en tillfällig ändring av din basaldos. Aktuell basaldos visas för resten av den hela timmen. När timmen gått, måste data från YpsoPump importeras igen för att den aktuella basaldosen ska visas. För att den funktionen ska kunna utföras automatiskt, måste du upprätta en förbindelse mellan din YpsoPump och din mylife App.
	Inget aktuellt värde: Anger att mylife App för tillfället inte har något värde för behandlingsvärdet (t.ex. disponibelt insulin).

Längst ned på mylife App-skärmen Senaste värden visas anslutningsstatus för mylife Cloud och anslutna blodglukosmätare. Om du använder en ansluten Dexcom G6 visas en genväg till inställningarna för Dexcom G6.

Tabell 3: Skärmen Senaste värden: Status för anslutna enheter

Symboler Beskrivning

	Senaste värden
	mylife Cloud Status för dina anslutningar och synkroniseringar mellan din mylife App och mylife Cloud. Programmet skiljer mellan följande statustyper:
	Om du har ett anslutet Cloud-konto, visas en grön bock. Datum och tid för den senaste lyckade synkroniseringen visas.
	Om du inte har ett anslutet Cloud-konto, visas ett orange frågetecken.
	Men den här knappen kan du manuellt utlösa en synkronisering.
	YpsoPump Här visas status för dina anslutningar och synkroniseringar mellan din mylife App och din YpsoPump. Om du ännu inte kopplat en YpsoPump, ser du inte någon av nedanstående symboler. Programmet skiljer mellan följande statustyper:
	Om din YpsoPump har en aktiv Bluetooth®-förbindelse till din mylife App, visas den gröna bocken.
	Om din YpsoPump har en inaktiv Bluetooth®-förbindelse till din mylife App, visas ett orange frågetecken.
	Om förbindelsen är inaktiv, kan du manuellt utlösa en Bluetooth®-sökning efter din YpsoPump med den här knappen. Om den hittas och ansluts, kommer mylife App att importera senaste data från din YpsoPump.
	Om din YpsoPump har en aktiv Bluetooth®-förbindelse till din mylife App, visas knappen i grått och kan inte användas.

Tabell 3: Skärmen Senaste värden: Status för anslutna enheter (forts.)

Symboler Beskrivning

	Unio Neva / Unio Cara / Aveo Status för dina anslutningar och synkroniseringar mellan din mylife App och dina anslutna blodglukosmätare. Om du ännu inte kopplat en blodglukosmätare, ser du inte någon av nedanstående symboler. Programmet skiljer mellan följande statustyper:
	 Om din blodglukosmätare har en aktiv Bluetooth®-förbindelse till din mylife App, visas den gröna bocken.
	 Om din blodglukosmätare har en inaktiv Bluetooth®-förbindelse till din mylife App, visas ett orange frågetecken.
	 Om förbindelsen är inaktiv, kan du manuellt utlösa en Bluetooth®-sökning efter din blodglukosmätare med den här knappen. Om den hittas och ansluts, kommer mylife App att importera senaste data från din blodglukosmätare.
	 Om din blodglukosmätare har en aktiv Bluetooth®-förbindelse till din mylife App, visas knappen i grått och kan inte användas.
	Dexcom G6-inställningar
	Tryck på symbolen för att komma till inställningarna för din Dexcom G6.

4 Använda din mylife App med en Dexcom G6

För att ställa in din G6 följer du anvisningarna i avsnittet 9.3, Ställa in din Dexcom G6.



Följande anvisningar i kapitel 4 är till stor del baserade på tillgängliga Dexcom G6- anvisningar i Dexcoms "Börja här"-guide och i bruksanvisningarna "Använda din G6".

WARNING

⚠ För detaljerade anvisningar och säker användning av Dexcom G6-applikatorn, sensorinsättning, sändarfastsättning och mottagaren går du till de nämnda anvisningarna om Dexcom G6 på **dexcom.com/downloadsandguides**.

4.1 Säkerhet och Dexcom G6

Indikationer

Dexcom G6 system för kontinuerlig glukosmätning (system Dexcom G6 eller G6) är ett system för glukosmätning ämnat för personer som är 2 år eller äldre, inklusive gravida. Dexcom G6 är utformad för att ersätta fingerstick vid blodglukostest för dagliga behandlingsbeslut.

Tolkning av system Dexcom G6-resultat bör baseras på glukostrenderna och flera avläsningar i sekvens med tiden. Dexcom G6 hjälper även till att upptäcka hyperglykemi och hypoglykemi och på så sätt underlätta både akuta och långsiktiga behandlingsjusteringar.

Dexcom G6 är ämnad att användas av patienter hemma och på vårdinrättningar.

Viktig användarinformation

Läs bruksanvisningarna innan du använder G6. Indikationer, kontraindikationer, varningar, försiktighetsåtgärder och annan viktig användarinformation anges i de produktanvisningar som är inkluderade med G6. Diskutera med ditt diabetesteam hur du använder den information som visas på G6 för att hjälpa till att hantera din diabetes. Produktanvisningarna innehåller viktig information om felsökning av G6 och systemets prestanda.

Kontraindikation

- Ingen MRI/CT/diatermi – MR-osäker: 

Bär inte din CGM (sensor, sändare, mottagare eller smart enhet) vid magnetisk resonanstomografi, datortomografiundersökning eller högfrekvent elektrisk värmebehandling. G6 har inte testats i dessa situationer. Magnetiska fält och värme kan skada komponenterna i G6, vilket i sin tur kan få den att visa felaktiga glukosvärden (G6-värden) eller förhindra varningar. Utan G6-värden eller meddelanden om larm/varningar kan du missa ett akut lågt eller högt glukosvärde.

WARNING

Läs bruksanvisningar

Innan du använder din G6, läs noggrant den information som medföljer den. Annars kan du kanske

- inte använda G6 på rätt sätt
- inte förstå G6-information
- påverka hur väl den fungerar

Ignorera inte symtom på lågt/högt värde

Ignorera inte hur du mår. Om dina glukosvarningar och G6-värden inte matchar hur du mår, använder du din blodglukosmätare till att fatta behandlingsbeslut eller, om nödvändigt, uppsök omedelbar medicinsk behandling. Om du är osäker, använd din mätare.

Ingen siffra, ingen pil, inget behandlingsbeslut

Om din G6 inte visar en siffra eller pil, eller om dina G6-värden inte matchar dina symtom, använd din mätare till att fatta behandlingsbeslut. Ingen siffra, ingen pil, inget behandlingsbeslut. Om du är osäker, använd din mätare.

Använd inte om ...

Använd inte G6 om du är på dialys eller kritiskt sjuk. Det är inte känt hur olika förhållanden eller medicineringar vanliga för dessa grupper påverkar systemet. G6-värden kan vara felaktiga för dessa personer.

FÖRSIKTIGHET

Undvik solskydd och insektsmedel

Vissa hudvårdsprodukter, t.ex. solskydd och insektsmedel, kan få plasten i din G6 att spricka. Innan du använder din G6, se till att det inte finns några sprickor i din mottagare, sändare eller hållare för sändare. Om du hittar en spricka, ska du kontakta din lokala Dexcom-representant. Låt inte sådana hudvårdsprodukter komma i kontakt med din G6. Efter användning av hudvårdsprodukter, tvätta händerna innan du rör din G6. Om någon hudvårdsprodukt kommer i kontakt med din G6, tvätta den omedelbart med en ren trasa.

Försiktighetsåtgärd avseende hydroxikarbamid

Om du tar hydroxikarbamid kan dina G6-avläsningar vara felaktigt förhöjda och leda till missade varningar om hypoglykemi eller fel i besluten om diabeteshantering. Nivån av felaktighet kommer att bero på mängden hydroxikarbamid i kroppen. Använd din mätare.

Säkerhet vid uppstart

VARNING

Använda mätare under uppstart

När du startar en ny sensor kommer du inte få några G6-värden eller larm/varningar förrän du skriver in din sensorkod eller två kalibreringar. Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut under sensorns 2 timmar långa uppvärmningsperiod.

FÖRSIKTIGHET

Använd korrekt sensorkod

När du startar en ny sensor måste du skriva in en kod i din mylife App för att använda G6 utan kalibrering med fingerstick. Varje sensor har en egen kod på baksidan av det självhäftande plåstret. Använd inte en kod från en annan sensor och hitta inte på en kod. Om du inte skriver in korrekt kod kommer inte din sensor att fungera så bra och kan vara felaktig. Om du tappar bort sensorkoden kan du kalibrera G6 med hjälp av fingerstick.

Kalibrering säkerhetsförklaring

Kalibrering är inte nödvändig om användaren skriver in en sensorkod. Om användaren inte skriver in en sensorkod gäller följande varningar och försiktighetsåtgärder.

VARNING

Vänta inte – kalibrera!

Om du inte använt kalibreringskoden måste du manuellt kalibrera din G6 dagligen med hjälp av värdena från en blodglukosmätare och fingerstick. Du måste kalibrera omedelbart när G6 meddelar dig. Om du inte kalibrerat efter det att du blivit meddelad kan din G6 visa felaktigt glukosvärde, så använd din blodglukosmätare till att fatta behandlingsbeslut fram tills du kalibrerat din G6.

Använd fingertoppar

Använd blod från fingertoppar till att kalibrera din BG-mätare. Blod från andra platser kan vara mindre noggrant och inte så lämpligt.

FÖRSIKTIGHET

Var noggrann, var snabb.

Skriv in det exakta BG-värde som visas på din mätare inom fem minuter efter att ha använt mätaren. Skriv inte in G6-värdet som en kalibrering.

Säkerhet och system, maskinvara, programvara

WARNING

Sensortråd går av

Ignorera inte brutna eller lossnade sensortrådar. En sensortråd kan vara kvar under din hud. Om detta händer, kontaktar du din lokala Dexcom-representant. Om en sensortråd går av under din hud och du inte kan se den, försök då inte att ta bort den. Kontakta sjukvårdspersonal. Uppsök även professionell medicinsk hjälp om du har symptom på infektion eller inflammation – rodnad, svullnad eller smärta – på insättningsplatsen.

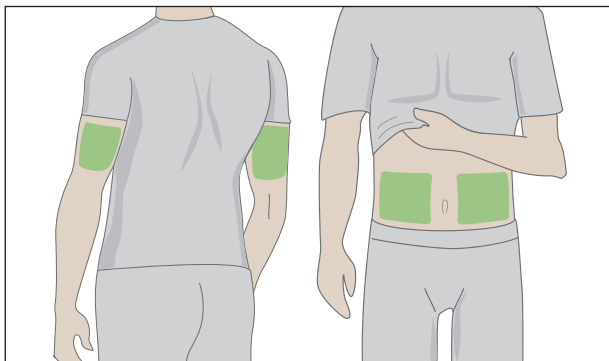
Insättningsplats: magen, armarnas baksida eller skinkan?

Alla patienter kan använda magen eller armarnas baksida. Patienter mellan 2 och 17 år kan även använda sin övre skinka. Välj en plats på magen, armarnas baksida eller övre skinkan där du har en del underhuds fett. Sensorn är inte testad eller godkänd för andra platser. Prata med din vårdpersonal om vilken plats som är bäst för dig.

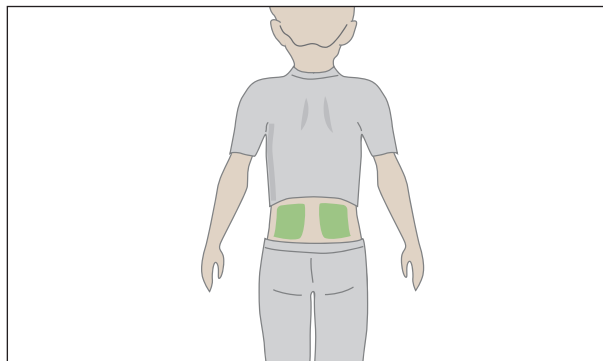
Åldrarna 2–17 år: sätt den i magen, armarnas baksida eller övre skinka

Åldrarna 18 eller äldre: sätt den i magen eller armarnas baksida

2 år och äldre



Endast 2–17 år



Förvaring

Du kan förvara din sensor i rumstemperatur eller i ditt kylskåp – så länge temperaturen är mellan 2 °C och 30 °C. Förvara inte sensorer i frysen.

FÖRSIKTIGHET

Do Not Start Past Use By Date

Do not start a sensor past its Use By date because it may give incorrect results.

The Use By date is in YYYY-MM-DD (Year-Month-Day) format on the sensor package label beside the hourglass symbol.

Check Package

Do not use sensor if its sterile package has been damaged or opened, because it might cause an infection.

Clean and Dry Skin

Clean and dry your hands and your insertion site before inserting your sensor. Wash your hands with soap and water, not gel cleaners, and then dry them before opening the sensor package. If your hands are dirty when you insert the sensor, you may get germs on the insertion site and get an infection. Clean your insertion site with alcohol wipes to prevent infections. Do not insert the sensor until your skin is dry. If your insertion site is not clean and completely dry, you run the risk of infection or the transmitter holder not sticking well. Make sure you do not have insect repellent, sunscreen, perfume, or lotion on your skin.

Where to Insert: Things to Check

Keep the safety guard on until you put the G6 applicator against your skin. If you remove the safety guard first, you may hurt yourself by accidentally pushing the button that inserts the sensor before you mean to. Change your insertion site with each sensor. Using the same site too often might not allow the skin to heal, causing scarring or skin irritation. Sensor placement is important. Choose a site:

- At least 8 cm from insulin pump infusion set or injection site
- Away from waistband, scarring, tattoos, irritation, and bones
- Unlikely to be bumped, pushed, or laid on while sleeping

Säkerhetsförlaringar för sändare

VARNING

Inspektera

Använd inte en skadad eller sprucken sändare. En skadad sändare kan orsaka skador från elektriska stötar och kan göra att G6 inte fungerar korrekt.

Använd enligt instruktionerna

Sändaren är liten och kan utgöra en kvävningsrisk. Ta den inte i munnen. Låt inte heller barn hålla den utan en vuxens tillsyn.

FÖRSIKTIGHET

Återanvänd – kasta inte bort

Kasta inte bort sändaren när du är klar med en session. Sändaren kan återanvändas fram tills G6 meddelar dig om att sändarens batteri håller på att ta slut.

Säkerhetsförklaringar för system

CAUTION GHET

Behandlingsbeslut

Använd din G6 och trendpil till att ta behandlingsbeslut.

Använd korrekt sändare, mottagare och sensor

G6-komponenter är inte kompatibla med några föregående Dexcom-produkter.

Blanda inte sändare, mottagare och sensorer från olika generationer.

Gå igenom säkerhetskontroll

När du bär din G6, be om en kroppsvisitering och visuell inspektion istället för att gå igenom avancerad avbildningsteknik (AIT) för kroppsvisitationer eller placera någon del av G6 i bagaget som röntgas. Du kan bära G6 när du går igenom en metalldetektor. Om du gör så, använd din mätare för behandlingsbeslut fram tills du lämnar säkerhetsområdet. Eftersom vi inte testat varje röntgen och skanner vet vi inte om de kan skada G6. Osäker på vilken sorts maskin det är? För säkerhets skull – be om en kroppsvisitering.

Säkerhetsförklaringar för mottagare och smart enhet



Om du är orolig att du kan missa varningar på din smarta enhet på grund av dess inställningar eller om din egen smarta enhet är trasig eller har kommit bort:

Observera att Dexcom erbjuder alternativet att använda en särskild visningsenhet (mottagare) som tillägg till din egen smarta enhet (t.ex. smarttelefon). Kontakta din lokala Dexcom-representant om du vill veta mer.

För detaljerade anvisningar och säker användning av Dexcom-mottagaren (t.ex. för kalibrering eller inställningar för larm och varningar) går du till respektive anvisningar om Dexcom-produkter på **dexcom.com/downloadsandguides**.

FÖRSIKTIGHET

Håll sändaren nära displayenheten

Ha din sändare och displayenhet inom 6 meter utan några hinder (t.ex. väggar eller metall) mellan dem. Annars kanske de inte kan kommunicera med varandra. Om vatten finns mellan sändaren och displayenheten – till exempel om du duschar eller badar – håll dem nära varandra. Räckvidden minskar eftersom Bluetooth® inte fungerar så bra genom vatten.

Få larm/varningar på displayenheten du använder

För att få larm/varningar, ställ in dem på displayenheten du använder. Din mottagare kommer inte att få de larm/varningar som du ställer in via din app. Dessutom kommer din app inte att få de larm/varningar som du ställer in på din mottagare.

Är den på?

Om mottagaren eller den smarta enheten är avstängd kommer den inte att visa G6-värden eller larm/varningar. Försäkra dig om att din displayenhet är påslagen.

Säkerhetsförklaringar för smart enhet

WARNING

Kontrollera inställningar

Dina larm och viktiga varningar ljuder och visas på displayen även när volymen är låg eller avstängd. Om din smarta enhet är på ljudlös och funktionen Alltid ljud är aktiverad (förvald inställning), avger endast följande meddelanden ett ljud:

Larm/varningar om glukos:

- Akut lågt
- Snart akut lågt
- Lågt glukosvärde
- Högt glukosvärde
- Höjningshastighet
- Fallhastighet
- Varning om saknade värden

Systemvarningar:

- Kalibrering krävs (efter 2 timmars uppvärmning, visas endast när en sensorkod inte används)
- Kalibreringsfel (visas bara när en användare skriver in en kalibrering; kalibrering krävs inte)
- Sensorn har gått ut
- Byt ut sensor
- Sändare (fungerar inte)
- Lagringsfel
- Appen stoppades

Undantag:

- Apple: Om den smarta enheten är inställd på Ljudlös/Stör ej får du inga varningar om signalförlust.
- Android: Om den smarta enheten är inställd på Stör ej kanske larm/varningar inte avger något ljud. När den smarta enheten är upptagen med ett telefonsamtal kanske larm/varningar inte avger något ljud.
- Upprepa: Vissa meddelanden är ljudlösa under det första visuella och vibrerande meddelandet för att sedan ljuda från och med det andra meddelandet. Om du inte rensar varningen, kommer den att upprepas på halv volym efter 5 minuter och på full volym efter 10 minuter.
- Bluetooth®: När du använder hörlurar, högtalare osv. via Bluetooth® kanske larm och varningar hörs på den primära smarta enheten eller tillbehöret. Alla tillbehör är olika. Prova ditt tillbehör så att du vet var larmen/varningarna kommer att höras.

Meddelanden:

- Försäkra dig om att din smarta enhet tillåter mylife App-meddelanden att visas på din låsskärm. Detta låter dig se meddelanden utan att behöva låsa upp telefonen.
- Apple: under inställning av G6, tillåt mylife App-meddelanden. I annat fall kommer du inte få larm/varningar.

Batteri:

- Appen måste alltid köras i bakgrunden och kan tömma batteriet hos din smarta enhet. Håll batteriet laddat.

Kompatibilitet:

- Innan du uppgraderar din smarta enhet eller dess operativsystem ska du kontrollera på www.mylife-diabetescare.com/compatibility. Automatiska uppdateringar av appen eller din enhets operativsystem kan ändra inställningar eller stänga av appen. Uppdatera alltid manuellt och verifiera korrekta enhetsinställningar efteråt.

Tid:

- Låt datum och tid på din smarta enhet automatiskt uppdatera när du reser över tidszoner eller växlar mellan standard- och sommartider. Ändra inte tiden på din smarta enhet manuellt då det kan göra att tiden på trendskrmen blir felaktig och appen kan sluta visa uppgifter.

** FÖRSIKTIGHET**** Kontrollera tillbehörsenheter**

Använder du hörlurar med din smarta enhet? Eller kanske Bluetooth® högtalare eller en smartklocka? Ha i åtanke vid användning av tillbehör att du kan få larm/varningar på endast en enhet eller tillbehör, eller inte alls. Säkerställ efter anslutning av ett tillbehör att inställningarna hos din smarta enhet tillåter dig att fortsätta motta larm/varningar.

Säkerhetsförklaring för mottagare

VARNING

Använd inte om skadad

Använd inte en skadad eller sprucken mottagare. En skadad mottagare kan orsaka skador från elektriska stötar och kan göra att G6 inte fungerar korrekt.

Använd kabel enligt anvisningarna

Använd endast USB-kabeln enligt instruktionerna och förvara den säkert. Felaktig användning av USB-kabeln kan medföra risk för skada.

FÖRSIKTIGHET

Testa högtalare och vibration

Du måste höra och känna larm/varningar för att kunna reagera på dem, så testa regelbundet mottagarens högtalare och vibrationer. För att säkerställa att högtalare och vibrationer fungerar, sätt i mottagaren för laddning. Högtalarens testskärm dyker upp under ett par sekunder. Följ anvisningarna på skärmen för att testa högtalaren och vibrationerna. Om du hör respektive känner dem, toppen! Om den inte piper eller vibrerar – kanske har den blivit våt eller tappats – kontaktar du din lokala Dexcom-representant.

Håll mottagaren ren och torr

Sänk inte ner mottagaren i vatten och få inte smuts eller vatten i USB-porten. Det kan skada den.

4.2 Senaste värden (hemskärmen)



Nästa avsnitt fokuseras helt på de G6-funktioner som visas på skärmen Senaste värden (hemskärmen) i mylife App.

Om du vill lära dig mer om den övriga informationen på skärmen Senaste värden (t.ex. din senaste bolus, basalinsulin eller disponibelt insulin samt status för dina moln- och enhetsanslutningar) läser du avsnittet 3.2 Senaste värden.

På skärmen Senaste värden ser du dina glukosvärden från G6-sensorn (G6-värden) och trendinformation, och du kan gå vidare till andra G6-funktioner.



Ditt G6-målområde (se skärmen ovan) definieras av nivåinställningarna för varningar vid höga resp. låga glukosvärden. Det används till att visa var du befinner dig med dina glukosvärden. Förväxla inte ditt G6-målområde med det målområde för (blod) glukos som används vid utvärderingar (se avsnittet 2.4).

G6-värde, trendpil och diagram

Var du är nu

På skärmen Senaste värden anger siffror och färger var du befinner dig nu. Siffrorna är ditt G6-värde. Det uppdateras var femte minut. Siffrans bakgrundsfärg visar om ditt G6-värde är lågt, högt eller inom G6-målområdet. G6-målområdet är det gråa området i ditt glukosdiagram.



Rött = lågt



Orange = högt



Grönt = i G6-målområdet

Bakgrundsfärgen är röd när ditt glukosvärde faller så snabbt att det kommer att vara lika med eller under 3,1 mmol/L (55 mg/dL) inom 20 minuter (se Varning: snart akut lågt värde).

Vart du är på väg

Kolla på trendpilarna för att se vart du är på väg.

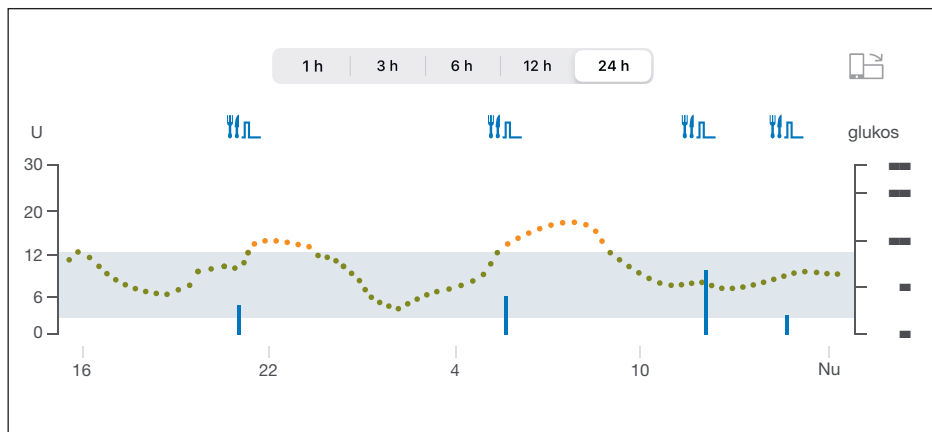
Trendpilar

Trendpilar	Vart ditt glukosvärde är på väg	
	Stabilt	Ändras upp till: 0,06 mmol/L (1 mg/dL) varje minut 1,8 mmol/L (30 mg/dL) på 30 minuter
	Långsamt stigande eller fallande	Ändrar: - Mellan 0,06 till 0,1 mmol/L (1 till 2 mg/dL) varje minut - Upp till 3,4 mmol/L (60 mg/dL) på 30 minuter
	Stigande eller fallande	Ändrar: - Mellan 0,1 till 0,2 mmol/L (2 till 3 mg/dL) varje minut - Upp till 5 mmol/L (90 mg/dL) på 30 minuter
	Snabbt stigande eller fallande	Ändras mer än: 0,2 mmol/L (3 mg/dL) varje minut 5 mmol/L (90 mg/dL) på 30 minuter
	Ingen pil	Kan inte fastställa trend

Var du har varit

Punkten på högra sidan är det aktuella G6-värdet. Punkterna på den vänstra sidan är tidigare G6-värden.

Punkternas färger anger var dina G6-värden ligger: rött = lågt, orange = högt och grönt = inom G6-målområdet.



Diagrammet slätar ut tidigare G6-värden så att du enkelt kan se vart ditt glukosvärde är på väg. Därför kan det finnas skillnader mellan G6-värdet som visas i din trendpil och de tidigare G6-värden som du ser i ditt diagram.

I landskapsvyn visas dessutom information om dina givna bolusdoser.

Möjliga problem med skärmen Senaste värden

Ibland får du inte G6-värden eller så ser du inte siffror utan bara ett meddelande.

Vad du ser

Vad det betyder



Ditt G6-värde är under 2,2 mmol/L (40 mg/dL)



Ditt G6-värde är över 22,2 mmol/L (400 mg/dL)



Ett felmeddelande betyder att din G6 inte fungerar och att du inte får larm/varningar eller G6-värden. (Se avsnitten 4.3 och 10.2.)

Navigering på hemskärmen och statussymboler

Du kan komma åt andra G6-funktioner med hjälp av navigeringssymbolerna.

Navigerings- och statussymboler

Symbol	Beskrivning
 Alltid ljud	Alltid ljud-symbol (endast app): Låter dig kontrollera om dina larm/varningar kommer att höras även när din telefon är satt på Ljudlös/Stör ej. För att ändra detta, gå till inställningar. Mer information finns i avsnitt 4.6, Avancerade app-funktioner.
 Enhetshantering	Inställningar: Låter dig redigera varningar, få hjälp, ändra inställningar, ställa in ljud, med mera.

Se tidigare G6-värden

I mylife App kan du se dina diagram över 1, 3, 6, 12 och 24 timmar (med bolushändelser) i landskapsvy. Tryck på symbolen  i övre högra hörnet på skärmen Senaste värden och välj bland flikarna överst på skärmen.

4.3 Larm och varningar

Dina larm och varningar hjälper dig att hålla dig inom ditt G6-målområde. De ljuder och/eller vibrerar när du

- är över din inställning för varning om högt värde eller under din inställning för varning om lågt värde
- är vid eller under 3,1 mmol/L (55 mg/dL)
- kommer vara på 3,1 mmol/L (55 mg/dL) om mindre än 20 minuter

Vibrationer från larm/varning känns likadant som de skapade av meddelanden du får via andra appar på din smarta enhet. Enda sättet att veta om det är från din G6 är att titta på din smarta enhet.

Behåll dina varningar på: De är en viktig del för att fatta G6-behandlingsbeslut. Prata med din vårdpersonal om bästa inställningar för varningar om låga och höga värden för dig.

Larm och varningar om låga värden

Vad du ser

Larm för akut lågt värde
Glukosvärdet från din sensor är akut lågt.

OK

Vad det betyder

Larm för akut lågt värde

Låter dig veta när ditt glukosvärde är vid eller lägre än 3,1 mmol/L (55 mg/dL). Du kan inte ändra eller stänga av larmet för akut lågt värde.

Varning- snart akut lågt värde
Agera nu för att förhindra lågt glukosvärde.

OK

Varning om snart akut lågt värde

Låter dig få vet att ditt värde faller snabbt. Du kommer att vara vid eller under 3,1 mmol/L (55 mg/dL) om mindre än 20 minuter, oavsett var du befinner dig nu.

Du kan ändra dina varningar för snart akut lågt värde:

- Förvald inställning är på; kan stängas av
- Välj ljud

Varning för lågt glukosvärde
Glukosvärdet från din sensor är lågt.

OK

Varning om lågt glukos (långt glukos)

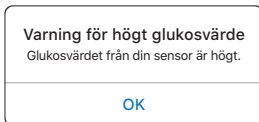
Låter dig få veta att ditt G6-värde är under ditt G6-målområde, men att det inte faller tillräckligt fort för att ge en varning om snart akut lågt värde.

Du kan ändra dina varningar för lågt värde:

- Förvald inställning är på; kan stängas av
- Välj varningsnivå och ljud

Varning om högt värde

Vad du ser



Vad det betyder

Varning om högt glukosvärde (högt värde)

Låter dig få veta när ditt G6-sensorvärde är över ditt G6-målområde.

Du kan ändra dina varningar för högt värde:

- Förvald inställning är på; kan stängas av
- Välj varningsnivå och ljud

Ändra varningar

Tala med din vårdpersonal innan du ändrar dina inställningar för varningar. De kan hjälpa dig hitta de bästa inställningarna för att hantera din diabetes utan allt för många varningar.

Gå till Inställningar → Enhetshantering och klicka på din anslutna G6-enhet. På inställningsmenyn trycker du på Varningar för att ändra dina inställningar för varningar.

Ställa in varningsljud

Du kan välja det varningsljud som passar bäst för dig. I appen, tryck på Ljud från varningar för att välja ett annat ljud för den varningen.

Använd varningar till att uppnå mål

Arbeta med din sjukvårdspersonal för att ställa in dina varningar för att hjälpa dig uppnå dina mål. Exempel: är du orolig över stapling av insulin – att du tar doser för tätt inpå varandra?

För att använda din G6 som ett verktyg för att se och vänta – och undvika stapling av insulin – kan din sjukvårdspersonal råda dig att sätta på upprepningsfunktionen i dina inställningar för varning om högt värde. På så sätt kommer du, när du får en varning om högt värde och bekräftar det, att påminnas igen efter den tid du ställt in för Upprepa ända tills ditt G6-värde är tillbaka inom ditt G6-målområde. Det påminner dig om att kontrollera dina G6-värden senare för att säkerställa att de har sjunkit.

Låt oss anta att du har ställt in Upprepa varning om högt värde till 2 timmar. När du fått din varning om högt värde, upprepas varningen efter 2 timmar om du inte kommit tillbaka till ditt G6-målområde, så att du uppmärksammas på att du fortfarande ligger högt och kanske behöver ta mer insulin. Varningen om högt värde kommer däremot inte att upprepas om de 2 timmarna gått och du är tillbaka i ditt G6-målområde.

4.4 Behandlingsbeslut

Med Dexcom kan du ta behandlingsbeslut utan att använda din blodglukosmätare (BG-mätare).

Oavsett om du är ny användare av Dexcom eller erfaren sådan bör du fortsätta att använda din mätare till att ta behandlingsbeslut fram tills du vet hur Dexcom fungerar för dig. Skynda inte! Det kan ta dagar, veckor eller månader för dig att känna dig säker i din användning av din CGM till att fatta behandlingsbeslut.

Ibland måste du använda din mätare istället för G6. Andra gånger är det bäst att inte behandla utan bara se och vänta.

Arbeta med din vårdgivare för att utvärdera vad som fungerar bäst för dig när du tar behandlingsbeslut.

När du ska använda blodglukosmätare istället för G6

Lita på din blodglukosmätare för behandlingsbeslut i dessa situationer:

- G6 visar inte både siffror och en pil.

Om din hemskärm till exempel visar något av följande:

När du ser	Meddelande
	Ingen siffra
	Ingen pil
	Ingen siffra eller pil

Med andra ord, inga siffror, ingen pil, inget CGM-behandlingsbeslut.

- Ditt G6-värde matchar inte dina symtom.

Till exempel: du mår inte bra men ditt G6-värde visar att du är inom ditt G6-målområde. Tvätta dina händer noggrant och använd din mätare. Om mätarens värde matchar dina symtom, använder du mätarens värde till att ta behandlingsbeslut.

Överväg därefter att kalibrera din G6 så att den stämmer överens med din mätare. Du måste inte kalibrera men du kan göra det. Med andra ord, om du är osäker, använder du din mätare.

När vänta och se

Det finns tillfällen då du inte bör behandla utan bara vänta och se.

Stapling av insulin: Stapla inte insulin genom att ta doser för tätt inpå varandra.

Vänta minst 2 timmar mellan doser så att du inte av misstag tvingar ner ditt glukosvärde för lågt. Ibland är det bättre att vänta och se.

Hur använda trendpilarna

Trendpilarna hjälper dig bestämma hur stor dos du ska ge.



Uppåtpil: ta lite mer insulin



Nedåtpil: ta lite mindre insulin

VARNING

- ⚠ När G6-glukosvärden överförs till boluskalkylatorn används enbart det aktuella glukosvärdet till beräkning av korrigeringsbolus. Ingen hänsyn tas till trendpilen vid beräkning av bolusförslaget. Tala med ditt diabetesteam om rekommendationer om hur du bäst använder trendpilarna till din beräkning av korrigeringsbolus.

Träna på att ta behandlingsbeslut

Använd exemplen nedan till att träna på att ta beslut om behandlingen.

Diskutera dem med ditt diabetesteam och repetera:

- När du behöver använda mätaren
- Hur du använder din G6
- När du ska vänta och se i stället för att behandla

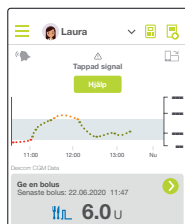
Situation	Du ser	Lösning
Tidigt på morgonen: Din varning om lågt värde väcker dig.		Tänk på: • Siffra och pil: Du har båda. • Siffra: Ditt glukosvärde är lågt – 4,4 mmol/L (80 mg/dL). • Långsamt fallande pil: Glukosvärdet faller med upp till 3,4 mmol/L (60 mg/dL) på 30 minuter. Vad du bör göra • Använd din G6 till att behandla som du normalt borde.
Frukosttid: Nittio minuter senare sitter du ner för att äta frukost.		Tänk på: • Siffra och pil: Du har båda. • Uppåtpil: Ditt glukosvärde stiger med upp till 5 mmol/L (90 mg/dL) under 30 minuter. Vad du bör göra • Använd din G6 till att behandla.
Efter frukost: Trettio minuter efter dosering för att täcka frukosten får du en varning om högt värde.		Tänk på: • Insulin: du tog insulin för mindre än en timme sedan. Det tar tid för insulinet att verka. Vad du bör göra • Ingenting. Se och vänta för att undvika stapling av insulin. Behandla inte förrän efter minst en och en halv timme.
En timme senare: Du väntade och ser nu.		Tänk på: • Insulin: Insulinet du tog till frukosten tog dig tillbaka till G6-målområdet. Vad du bör göra • Ingenting. Ingen behandling krävs.

Situation

Halvvägs in på morgonen:

Du är på väg att ta ett snacks.

Du ser



Lösning

Tänk på:

- Ingen siffra och ingen pil: Du har ingendera. Notera gapet i G6-värdena.
- Felmeddelande: du får inga G6-värden.

Vad du bör göra

- Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut.

Lunchtid:

Tre timmar senare är du på väg att dosera för lunch.



Tänk på:

- Siffra och pil: Du har båda.
- Nedåtpil: Ditt glukosvärde faller med upp till 5 mmol/L (90 mg/dL) på 30 minuter.

Vad du bör göra

- Använd din G6 till att behandla. På grund av nedåtpilen, ta lite mindre.

Halvvägs in på eftermiddagen:

Det är 3 timmar efter lunch.



Tänk på:

- Siffra och ingen pil: Du har inte någon pil.

Vad du bör göra

- Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut.

Tidigt på kvällen:

Strax före middagen känner du dig lite skakig och svettig.



Tänk på:

- Symptom och G6-värden: dina symptom matchar inte din sensors G6-värden.

Vad du bör göra

- Tvätta dina händer noggrant och ta ett fingerstick. Använd värdet från din blodglukosmätare för behandlingsbeslut om värdet matchar dina symtom. Överväg därefter att kalibrera din G6 så att den stämmer överens med din mätare. Du måste inte kalibrera men du kan göra det.



Vill du ha mer hjälp med behandlingen, diskuterar du med ditt diabetesteam eller tittar på de Dexcom-videor om olika relaterade ämnen som finns på dexcom.com/downloadsandguides.

4.5 Avsluta din sensorsession

Varje sensorsession varar 10 dagar.

Inställningar visar när din aktuella session slutar. mylife App varnar dig när du har 6 timmar kvar av din session, därefter 2 timmar, och till sist 30 minuter. Du kan avsluta din session när som helst under den perioden eller vänta på den sista varningen som meddelar att din session har tagit slut.

Vill du avsluta din session tidigare? Se avsnitt 10.2.

Kom ihåg att efter att din sensorsession tagit slut kommer du inte att få några G6-värden. För att få G6-värden igen, följer du stegen nedan för att ta bort den gamla sensorn, sätter därefter in en ny och slutför sensorns uppvärmning.

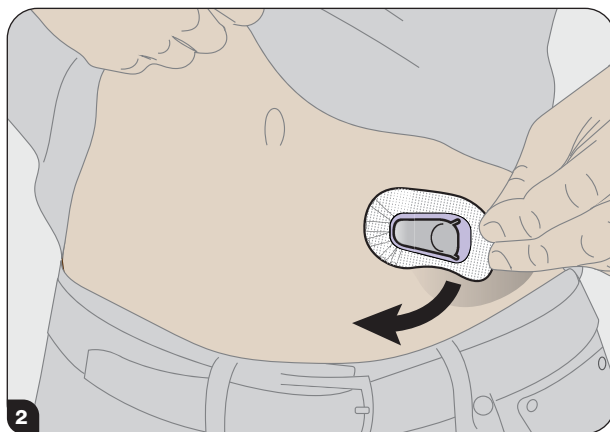
Ta bort din sensor

Följ dessa steg för att:

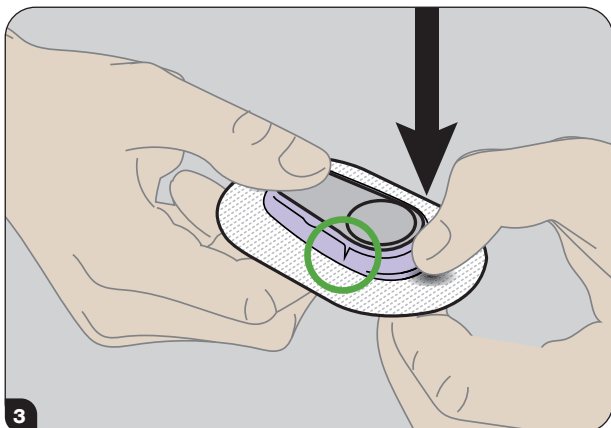
- Ta bort sensorn från kroppen
- Ta bort sändaren från hållaren



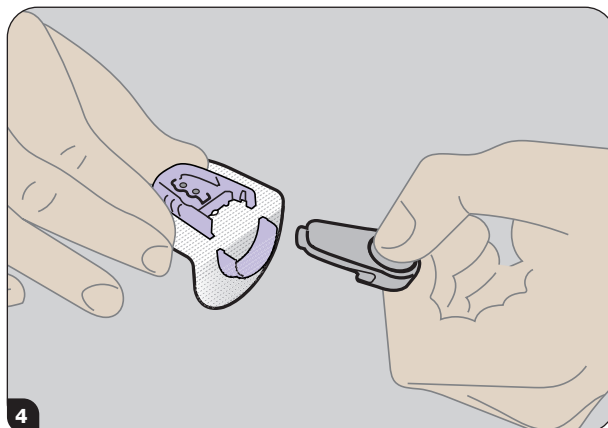
G6 låter dig veta när du ska byta ut sensorn.



Ta tag i änden på det självhäftande plåstret. Ta bort plåstret som när du tar bort ett vanligt plåster.



3 Bryt den lila hållaren för sändaren vid hacken.



4 Skjut ut sändaren. Behåll sändaren för användning med nästa sensor. Kassera det självhäftande plåstret i enlighet med lokala föreskrifter för föremål som varit i kontakt med blod.

Återanvända din sändare

Din sändare varar 3 månader. Återanvänd den under flera sensorsessioner. Din G6 berättar för dig när din sändare behöver bytas ut, med början 3 veckor i förväg. Om det är din enda sändare, kontaktar du din lokala Dexcom-representant för att beställa en till. När sändaren har mindre batteritid kvar än för en sensorsession går det inte att starta en ny sensorsession. (Se avsnitt 10.2.)

4.6 Avancerade app-funktioner

Styr när larm/varningar ska höras

När du startar din smarta enhet visas Alltid ljud-symbolen. Du kan ändra hur Alltid ljud fungerar under Inställningar → Varningar.

Använda Alltid ljud

När du är i skolan eller på arbetet kanske du vill att din telefons ljud ska vara mer diskret. Alltid ljud kombinerad med din telefons Ljudlös/stör ej-inställning låter dig kontrollera när du hör larm/varningar och din telefons andra ljud. Symboler på din hemskärm visar vad du vill höra.

Ljudlös/stör ej-inställningarna styr om du hör ljud i telefonen när du får SMS och samtal. När Alltid ljud är på hör du alltid förinställda varningar oavsett vad din telefons inställning för Ljudlös/stör ej är. På natten kan du sätta på både Alltid ljud och Ljudlös/stör ej för att undvika att höra några ljud förutom dina G6-larm/varningar.

När Alltid ljud är på visas dessa symboler på din hemskärm:

 Förinställda Varningar (de du etablerade när du startade appen på din telefon eller i varningsmenyn)

När Alltid ljud är av spelar det roll om din telefon är satt på ljudlös/stör ej.

Om Ljudlös/stör ej också är av kommer du höra förinställda varningar och se de symbolerna på skärmen Senaste värden. Du hör även andra icke-G6 ljud från din telefon som samtal och vid textmeddelanden.

 Förinställda Varningar

Om Ljudlös/stör ej är på hör du bara dessa tre larm/varningar:

Larm om akut lågt glukosvärde, sändarvarning och sensorfelsvarning. Du hör inte några andra ljud från din telefon. Det kan vara den rätta inställningskombinationen för dig under skol- eller arbetsdag. Dessa symboler på din hemskärm visar detta tillstånd:



Förinställda Varningar (de du etablerade när du startade appen på din telefon eller i varningsmenyn)



Endast Android: inga ljud för larm/varningar när din telefon är inställd på de mest restriktiva stör-ej inställningarna.



Information om din Dexcom G6 CGM beträffande felsökning, Dexcom Clarity, sköta din G6, symboler på förpackningar, Dexcom-garanti, teknisk information, anvisningar för yrkesmässig användning och ordlista finns i Dexcom G6-bruksanvisningarna på **dexcom.com/downloadsandguides** (se bilagorna i bruksanvisningen "Använda din G6").

5 Boluskalkylator

5.1 Inledning till boluskalkylatorn

VARNING

- ⚠ Boluskalkylatorn hjälper dig att bestämma en måltidsbolus eller en (blod) glukoskorrigering genom att göra beräkningarna åt dig. Boluskalkylatorn kan däremot inte hjälpa dig att bedöma din individuella situation, och den kan till exempel inte ta hänsyn till stress, aktiviteter eller sjukdom. Sådana förhållanden kan påverka den riktiga insulindosen, och du måste själv ta hänsyn till dem. Boluskalkylatorn kan inte kompensera för felaktigt definierade kolhydratmängder, inmatningsfel eller felaktigt angivna behandlingsfaktorer i boluskalkylatorns inställningar. Om du är osäker på hur du ska använda boluskalkylatorn ska du kontakta ditt diabetesteam.
- ⚠ För användare med en ansluten G6: Börja inte använda dina CGM-avläsningar till bolusberäkningar innan du diskuterat med ditt diabetesteam. Det är bara ditt diabetesteam som kan bestämma dina CGM-inställningar och hur du ska använda din sensortrendinformation som hjälp att hantera din diabetes. Felaktiga inställningar kan medföra att för mycket eller för lite insulin ges. Det kan orsaka hypoglykemi (långt glukos) eller hyperglykemi (hög glukos).

FÖRSIKTIGHET

- ⚠ För användare med ansluten Dexcom G6: Låga och höga varningar bör vara aktiverade om CGM-värden används vid bolusberäkning, för att förebygga episoder av allvarlig hypoglykemi (långt glukos) eller hyperglykemi (hög glukos).



Om du använder pump måste du ha lyckats koppla din YpsoPump till mylife App via Bluetooth® för att kunna använda boluskalkylatorn (se avsnitt 9.1, Bluetooth®-koppling av din YpsoPump). Före användning av boluskalkylatorn måste pump- och pennanvändare ställa in boluskalkylatorn (se avsnitt 2.5, Inställningar för boluskalkylatorn).

Öppna boluskalkylatorn

Du kommer åt boluskalkylatorn genom att klicka på boluskalkylatorsymbolen  högst upp till höger på skärmen Senaste värden. Du kan också komma åt boluskalkylatorn via sidomenyn .



Bild 2: Öppna boluskalkylatorn

5.2 Pumpanvändare: använda boluskalkylatorn

WARNING

- ⚠ Boluskalkylatorn kan bara beräkna ett förslag till insulindos baserat på den information som du matat in. Om den informationen är felaktig eller otillräcklig, kan det hända att kalkylatorn föreslår en felaktig insulinmängd! Tänk också på att faktorer som stress, aktivitet, sjukdom eller andra händelser som kan påverka hur mycket insulin du behöver, inte kan tas med i beräkningen.
- ⚠ Om aktuella data inte har importerats från din YpsoPump, kan boluskalkylatorn inte ta hänsyn till disponibelt insulin. Det kan leda till felaktiga bolusförslag. Du ansvarar för att tillräcklig hänsyn tagits till disponibelt insulin innan du doserar insulin med din YpsoPump. Vi rekommenderar att du under alla förhållanden importerar dina data från din YpsoPump.
- ⚠ Om ett (blod)glukosvärde eller disponibelt insulin fattas, kommer boluskalkylatorn att ge ett varningsmeddelande. Kontrollera att de inmatade värdena räcker för beräkning av bolusförslag i det fallet.
- ⚠ För pumpar som inte är kompatibla med funktionen "Dose" för fjärrbolusar:
När du har beräknat bolusförslaget, måste du programmera och ge bolusen på din YpsoPump. mylife App kan inte starta insulindosering på YpsoPump.
- ⚠ Om ditt uppmätta (blod)glukosvärde är under det värde som angivits för "Lägsta glukos för beräkning", visas meddelandet "Angivet BG-värde är för lågt för bolusberäkning." och mylife App beräknar inte ett bolusförslag. Viktigt: Om ditt inmatade blodglukosvärde är för lågt för en bolusberäkning, kan du riskera hypoglykemi.
- ⚠ Kontrollera alltid att värdena är aktuella och rimliga. Du bör använda boluskalkylatorn inom 15 minuter efter det att du mätt ditt blodglukos och normalt omedelbart före en måltid.

För bolusberäkning måste du ange ett blodglukosvärde och/eller ett värde för kolhydrater. Så snart du matat in ett värde, kommer knappen "Beräkna" att ändras från avaktiverad (grå) till aktiverad (grön).

Kolhydratvärden som förts in i Datainmatning (se avsnitt 7.1) och är högst 15 minuter gamla kommer att överföras automatiskt till boluskalkylatorns inmatningsfält för kolhydrater.

För användare utan ansluten Dexcom G6

Blodglukosvärden som förts in i Datainmatning (se avsnitt 7.1) eller importerats från en ansluten blodglukosmätare och är högst 15 minuter gamla kommer att överföras automatiskt till boluskalkylatorns inmatningsfält för (blod)glukos.

För användare med ansluten Dexcom G6

Glukosvärden överförs till inmatningsfältet för glukos enbart om en trendpil och en sensoravläsning är tillgängliga. mylife App informerar dig i ett popupfönster om aktuell trend och avläsning, och du kan välja mellan att acceptera den visade avläsningen eller manuellt själv mata in ett värde.

⚠ VARNING

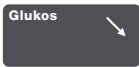
- ⚠ När G6-glukosvärden överförs till boluskalkylatorn används enbart det aktuella glukosvärdet till beräkning av korrigeringsbolus. Ingen hänsyn tas till trendpilen vid beräkning av bolusförslaget. Tala med ditt diabetesteam om rekommendationer om hur du bäst använder trendpilarna till din beräkning av korrigeringsbolus.

⚠ FÖRSIKTIGHET

- ⚠ När du använder en ansluten G6, kommer boluskalkylatorn enbart att använda G6-glukosvärden eller manuellt inmatade blodglukosvärden som indata. Blodglukosvärden som förts in i Datainmatning eller importerats från en ansluten blodglukosmätare kommer inte att överföras till boluskalkylatorn. Användaren måste föra in aktuella blodglukosvärden manuellt.
- ⚠ För användare med en ansluten Dexcom G6: Tänk på att det värde som visas i inmatningsfältet för glukos i boluskalkylatorn kan uppdateras med ett nyare CGM-värde från din G6, även medan du använder boluskalkylatorn.

Om du använder en ansluten Dexcom G6 visar boluskalkylatorns inmatningsfält för glukos din aktuella glukostrend med respektive pilar. Du får en översikt i följande tabell:

Tabell 4: G6-trendvisning i boluskalkylatorn

Glukostrend från Dexcom G6	Glukostrendinformation på skärmen "Senaste värden"	Glukostrendinformation i boluskalkylatorn (glukosinmatningsfältet)
Långsamt fallande		
Fallande		
Snabbt fallande		
Stabilt		
Ingen pil		
Långsamt stigande		
Stigande		
Snabbt stigande		

Genom att klicka på knappen "Beräkna" bekräftar du att de inmatade värdena ska användas i beräkningen.

För att ta hänsyn till disponibelt insulin, upprättar mylife App en förbindelse med din YpsoPump.

När du tryckt på "Beräkna", öppnas följande vy (bild 3). Resultaten visas på olika sätt, beroende på dina inställningar för hantering av disponibelt insulin.

Visning för pumpanvändare med boluskalkylatorn inställd så att disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus (metod 1):

- 1.** Korrigeringsbolus: det antal insulinheter som behövs för att korrigera ditt (blod)glukos
- 2.** Måltidsbolus: det antal insulinheter som behövs för att kompensera för kolhydraterna
- 3.** Disponibelt insulin: den insulinmängd som för tillfället fortfarande är aktiv, baserat på data från din YpsoPump och bolusar som du givit och antecknat manuellt i loggboken
- 4.** Bolusförslag: baserat på de tre delresultaten (korrigeringsbolus + måltidsbolus – disponibelt insulin) visas det resulterande bolusförslaget.

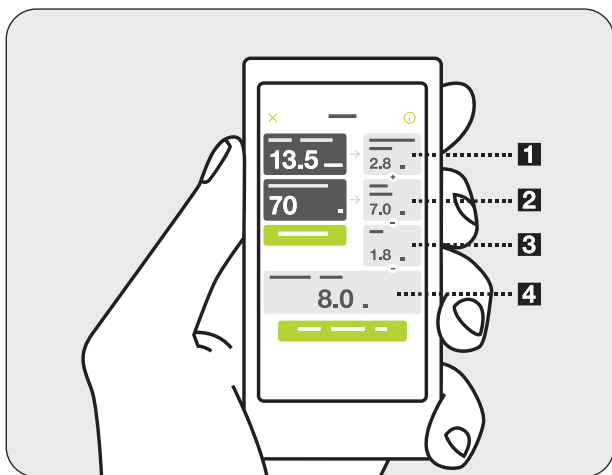


Bild 3: Boluskalkylatorns resultatvisning för pumpanvändare (metod 1: disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus)

Visning för pumpanvändare med boluskalkylatorn inställd så att disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolusen (metod 2):

- 1. Korrigeringsinsulin:** det antal insulinenheter som behövs för att korrigera ditt (blod) glukos till målvärdet, fortfarande utan hänsyn till disponibelt insulin. Disponibelt insulin subtraheras i steg 2.
- 2. Anpassning disponibelt insulin:** Det antal disponibla insulinenheter som subtraheras från korrigeringsinsulinet. Om du har mer disponibelt insulin än vad som kan subtraheras från korrigeringsinsulinet, visas den mängd som kan subtraheras. Om ditt inmatade (blod)glukos är under målvärdet, kommer 0.0 E att visas i rutan, eftersom inget disponibelt insulin kommer att subtraheras i det här fallet.
- 3. Korrigeringsbolus:** Det antal insulinenheter som behövs för att korrigera ditt (blod)glukos, med hänsyn tagen till disponibelt insulin.
- 4. Måltidsbolus:** Det antal insulinenheter som behövs för att kompensera för kolhydraterna.
- 5. Föreslagen bolus:** baserat på de båda delresultaten (korrigeringsbolus + måltidsbolus) visas det föreslagna bolusförslaget.

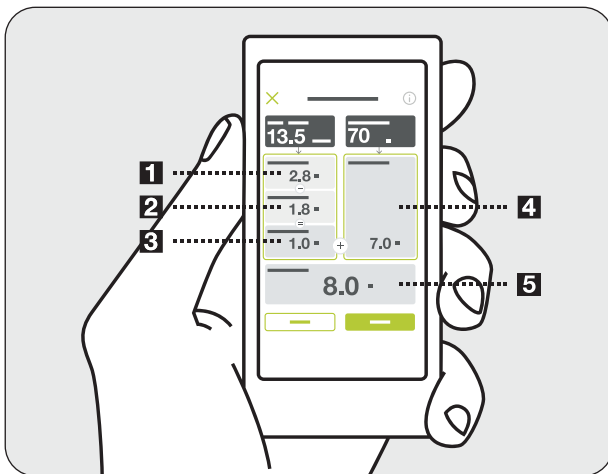


Bild 4: Boluskalkylatorns resultatvisning för pumpanvändare (metod 2: disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolus)

Bolusberäkning och avrundning av värden:

Bolusförslag, korrigeringsbolus och måltidsbolus rundas av nedåt till närmaste 0,1 E (t.ex. blir 2,29 avrundat 2,2). Boluskalkylatorn använder de avrundade värdena i beräkningarna. Beräknat disponibelt insulin rundas av uppåt till närmaste 0,1 E (t.ex. blir 3,204 avrundat 3,3).

Om resultatet av bolusberäkningen blir mindre än 0 E blir bolusförslaget 0 E.

För att visa mer information om bolusberäkningen (t.ex. din aktuellt inställda korrigeringsfaktor eller ditt BG-målvärde) klickar du på informationssymbolen ⓘ på boluskalkylatorns översta rad.

När du trycker på "Spara" eller "Fortsätt", skrivs dina värden för (blod)glukos och/eller kolhydrater in i loggboken. Dessutom kommer resultaten från bolusberäkningen att sparas i bakgrunden. De kommer att kopplas till dessa data och sparas tillsammans med information om given bolus nästa gång du importerar data från din YpsoPump.

Bolusförslagen kommer bara att visas i loggboken om du ger en bolus från din YpsoPump inom 30 minuter efter ett bolusförslag. Om en bolus ges efter 30 minuter kommer bolusförslagsresultaten att utelämnas. Given bolus visas utan bolusförslagen eftersom de resultaten behandlas som utgången information vid den tidpunkt när bolusen ges.

Du kan återställa en beräkning genom att trycka på återställningsknappen. Återställningsknappen visas först när ett bolusförslag beräknats. Du kan när som helst lämna boluskalkylatorn med avsluta-symbolen ✕ på översta raden.

Mer information om bolusdoshistorik finns i avsnittet om insulinstatistik (avsnitt 7.3) och rapportavsnittet (avsnitt 7.4) i mylife App.

5.3 Pennanvändare: använda boluskalkylatorn

WARNING

- ⚠ Boluskalkylatorn kan bara beräkna ett förslag till insulindos baserat på den information som du matat in. Om den informationen är felaktig eller otillräcklig, kan det hända att kalkylatorn föreslår en felaktig insulinmängd! Tänk också på att faktorer som stress, aktivitet, sjukdom eller andra händelser som kan påverka hur mycket insulin du behöver, inte kan tas med i beräkningen.
- ⚠ För att ditt disponibla insulin ska tas med korrekt i beräkningarna, visas en fråga som avser den senaste bolusposten i din loggbok. Om den visade bolusen inte är din senaste, blir du ombedd att först mata in värdet för den senaste. Om du inte tar hänsyn till din senaste bolus, kan boluskalkylatorn inte ta med disponibelt insulin. Du ska bara bekräfta att du vill beräkna utan disponibelt insulin om du är absolut säker på att du inte har gett en bolus under den tid som insulinet varit verksamt.
- ⚠ Om ett (blod)glukosvärde eller information om tidigare bolusdoser fattas, kommer bolusförslaget att visas tillsammans med ett varningsmeddelande. Kontrollera att de inmatade värdena är tillräckliga för beräkning av bolusförslag i en sådan situation.
- ⚠ När du har sparat bolusförslaget, måste du ge exakt samma mängd med din insulinpenna eller spruta för att loggbokens värden ska stämma överens med den faktiska mängden insulin som givits.
- ⚠ Om ditt uppmätta (blod)glukosvärde är under det värde som angivits för "Lägsta blodglukos för beräkning", visas meddelandet "Angivet BG-värde är för lågt för bolusberäkning" och mylife App beräknar inte ett bolusförslag. Viktigt: Om ditt inmatade blodglukosvärde är för lågt för en bolusberäkning, kan du riskera hypoglykemi.
- ⚠ Kontrollera alltid att värdena är aktuella och rimliga. Du bör använda boluskalkylatorn inom 15 minuter efter det att du mätt ditt blodglukos och normalt omedelbart före en måltid.

För bolusberäkning måste du ange ett (blod)glukosvärde och/eller ett värde för kolhydrater. Så snart du matat in ett värde, kommer knappen "Beräkna" att ändras från avaktiverad (grå) till aktiverad (grön).

Kolhydratvärden som förts in i Datainmatning (se avsnitt 7.1) och är högst 15 minuter gamla kommer att överföras automatiskt till boluskalkylatorns inmatningsfält för kolhydrater.

För användare utan ansluten Dexcom G6

Blodglukosvärden som förts in i Datainmatning (se avsnitt 7.1) eller importerats från en ansluten blodglukosmätare och är högst 15 minuter gamla kommer att överföras automatiskt till boluskalkylatorns inmatningsfält för (blod)glukos.

För användare med ansluten Dexcom G6

Glukosvärden överförs till inmatningsfältet för glukos enbart om en trendpil och en sensoravläsning är tillgängliga. mylife App informerar dig i ett popupfönster om aktuell trend och avläsning, och du kan välja mellan att acceptera den visade avläsningen eller manuellt själv mata in ett värde.

⚠ VARNING

- ⚠ När G6-glukosvärden överförs till boluskalkylatorn används enbart det aktuella glukosvärdet till beräkning av korrigeringsbolus. Ingen hänsyn tas till trendpilen vid beräkning av bolusförslaget. Tala med ditt diabetesteam om rekommendationer om hur du bäst använder trendpilarna till din beräkning av korrigeringsbolus.

⚠ FÖRSIKTIGHET

- ⚠ När du använder en ansluten G6, kommer boluskalkylatorn enbart att använda G6-glukosvärden eller manuellt inmatade blodglukosvärden som indata. Blodglukosvärden som förts in i Datainmatning eller importerats från en ansluten blodglukosmätare kommer inte att överföras till boluskalkylatorn. Användaren måste föra in aktuella blodglukosvärden manuellt.
- ⚠ För användare med en ansluten Dexcom G6: Tänk på att det värde som visas i inmatningsfältet för glukos i boluskalkylatorn kan uppdateras med ett nyare CGM-värde från din G6, även medan du använder boluskalkylatorn.

Om du använder en ansluten Dexcom G6 visar boluskalkylatorns inmatningsfält för glukos din aktuella glukostrend med respektive pilar. Du får en översikt i följande tabell:

Tabell 5: G6-trendvisning i boluskalkylatorn

Glukostrend från Dexcom G6	Glukostrendinformation på skärmen "Senaste värden"	Glukostrendinformation i boluskalkylatorn (glukosinmatningsfältet)
Långsamt fallande		
Fallande		
Snabbt fallande		
Stabilt		
Ingen pil		
Långsamt stigande		
Stigande		
Snabbt stigande		

Genom att klicka på knappen "Beräkna" bekräftar du att de inmatade värdena ska användas i beräkningen.

När du tryckt på "Beräkna", öppnas följande vy (bild 5). Resultaten visas på olika sätt, beroende på dina inställningar för hantering av disponibelt insulin.

Visning för pennanvändare med boluskalkylatorn inställd så att disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus (metod 1):

- 1.** Korrigeringsbolus: det antal insulinenheter som behövs för att korrigera ditt (blod) glukos
- 2.** Måltidsbolus: det antal insulinenheter som behövs för att kompensera för kolhydraterna
- 3.** Disponibelt insulin: den mängd insulin som fortfarande är aktiv i kroppen, baserat på data från bolusposterna i loggboken (alla bolusar med direktverkande insulin inom den angivna tiden för insulinaktivitet tas hänsyn till här).
- 4.** Bolusförslag: baserat på de tre delresultaten (korrigeringsbolus + måltidsbolus – disponibelt insulin) visas det resulterande bolusförslaget.

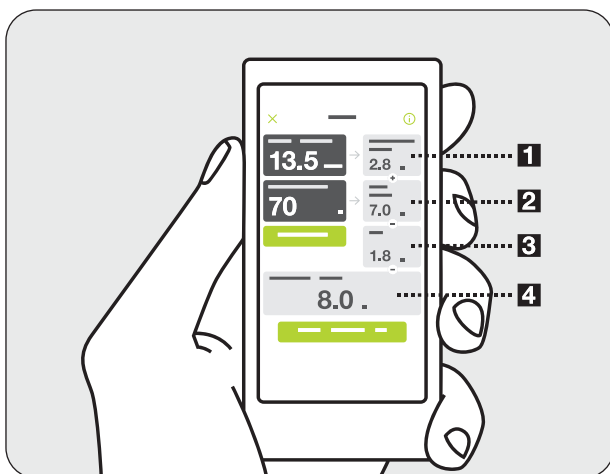


Bild 5: Boluskalkylatorns resultatvisning för pennanvändare (metod 1: disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus)

När du tryckt på "Beräkna", öppnas följande vy (bild 6). Resultaten visas på olika sätt, beroende på dina inställningar för hantering av disponibelt insulin.

Visning för pennanvändare med boluskalkylatorn inställd så att disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolusen (metod 2):

- 1.** Korrigeringsinsulin: det antal insulinenheter som behövs för att korrigera ditt (blod) glukos till målvärdet, fortfarande utan hänsyn till disponibelt insulin. Disponibelt insulin subtraheras i steg 2.
- 2.** Anpassning disponibelt insulin: Det antal disponibla insulinenheter som subtraheras från korrigeringsinsulinet. Om du har mer disponibelt insulin än vad som kan subtraheras från korrigeringsinsulinet, visas den mängd som kan subtraheras. Om ditt inmatade (blod)glukos är under målvärdet, kommer 0.0 E att visas i rutan, eftersom inget disponibelt insulin kommer att subtraheras i det här fallet.
- 3.** Korrigeringsbolus: Det antal insulinenheter som behövs för att korrigera ditt (blod) glukos, med hänsyn tagen till disponibelt insulin.
- 4.** Måltidsbolus: Det antal insulinenheter som behövs för att kompensera för kolhydraterna.
- 5.** Bolusförslag: baserat på de båda delresultaten (korrigeringsbolus + måltidsbolus) visas det resulterande bolusförslaget.

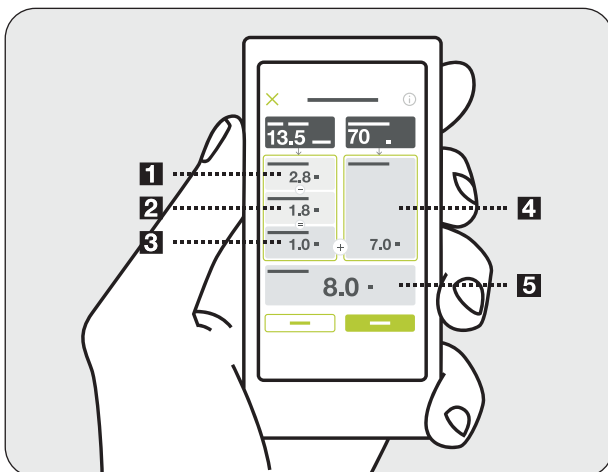


Bild 6: Boluskalkylatorns resultatvisning för pennanvändare (metod 2: disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolus)

Bolusberäkning och avrundning av värden:

Ändra den föreslagna dosen till exakt den dos som du tänker ge genom att trycka på nedåt (⬇️) eller uppåt (⬆️). Det är viktigt för beräkningen av disponibelt insulin och för registrering i din loggbok.

Bolusförslag, korrigeringsbolus och måltidsbolus rundas av nedåt till närmaste 0,1 E (t.ex. blir 2,29 avrundat 2,2). Boluskalkylatorn använder de avrundade värdena i beräkningarna. Beräknat disponibelt insulin rundas av uppåt till närmaste 0,1 E (t.ex. blir 3,204 avrundat 3,3).

Om resultatet av bolusberäkningen blir mindre än 0 E blir bolusförslaget 0 E.

För att visa mer information om bolusberäkningen (t.ex. din aktuellt inställda korrigeringsfaktor eller ditt BG-målvärde) klickar du på informationssymbolen ⓘ på boluskalkylatorns översta rad.

När du sparar, skrivs dina värden för (blod)glukos och kolhydrater in i loggboken. Dessutom kommer resultaten från bolusberäkningen att sparas i bakgrunden. Du kan också välja mellan att spara enbart (blod)glukos eller kolhydrater om ingen bolus ska ges just då.

Du kan återställa en beräkning genom att trycka på återställningsknappen. Återställningsknappen visas först när ett bolusförslag beräknats. Du kan när som helst lämna boluskalkylatorn med avsluta-symbolen ✕ på översta raden.

Mer information om bolusdoshistorik finns i avsnittet om insulinstatistik (avsnitt 7.3) och rapportavsnittet (avsnitt 7.4) i mylife App.

6 Ge en fjärrbolus

mylife App stöder fjärrprogrammering av bolusar för dosering med din insulinpump YpsoPump.

VARNING

- ⚠ Bolusdosen är helt beroende av den information som du matar in. Om den informationen är felaktig eller otillräcklig, kan det hända att insulindosen inte blir rätt för din nuvarande och/eller framtida glukossituation. Du kan då riskera hypoglykemi eller hyperglykemi.

FÖRSIKTIGHET

- ⚠ Om det inte finns någon Bluetooth®-koppling mellan pump och mylife App när en bolus ska ges från appen, ska du programmera bolusen på själva insulinpumpen.
- ⚠ Om det inte finns någon Bluetooth®-koppling mellan pump och mylife App medan en bolus ges, ska du
 - kontrollera status för bolusdosen direkt på insulinpumpen
 - vid behov: annullera den pågående bolusen på själva insulinpumpen



Observera att du behöver en kompatibel YpsoPump för att använda fjärrbolusfunktionen, kallad Dose. Hör med din lokala representant för mylife Diabetes Care om du har frågor.

För att ta reda på mer om de olika bolustyperna och om att ge insulin med din YpsoPump läser du bruksanvisningen för YpsoPump.

6.1 Åtkomst

Åtkomst via boluskalkylatorn

När du beräknat ett bolusförslag visar appen en knapp "Fortsätt" längst ned på boluskalkylatorns meny. Med knappen "Fortsätt" kommer du till skärmen för att ge en bolus. Därifrån kan du programmera insulindoseringen på din YpsoPump.

Åtkomst via hemskärm och appmeny

Du kan också komma direkt till skärmen "Ge bolus" genom att trycka på den gröna ➤ symbolen i rutan "Ge en bolus" på skärmen Senaste värden. Alternativt kan du öppna appmenyn och trycka på "Ge bolus". Om du öppnar skärmen "Ge bolus" direkt, kan du programmera en bolus på YpsoPump utan att först använda boluskalkylatorn.

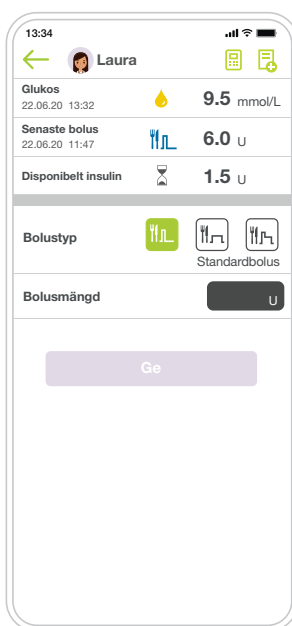
6.2 Programmera en bolus

I den övre delen av skärmen "Ge bolus" finns en översikt över relevanta behandlingsdata vid tiden för bolusberäkningen och bolusprogrammeringen (se appskärmen nedan):

- (Blod)glukos
- Senaste bolus
- Disponibelt insulin

Omedelbart under den informationen kan du välja en av de tre tillgängliga bolustyperna (se appskärmen nedan):

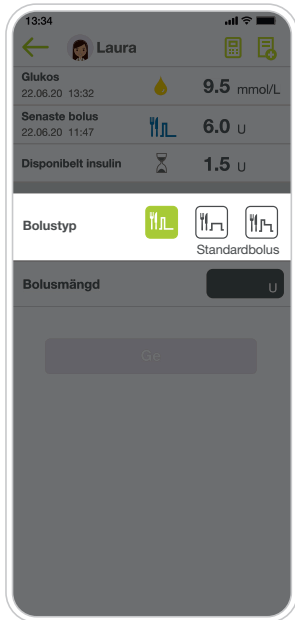
- Standardbolus 
- Förlängd bolus 
- Kombibolus 



Om ett bolusförslag överförts från boluskalkylatorn är det redan ifyllt med bolusmängden i inmatningsfältet (om värdet inte är äldre än 15 minuter). Om du däremot öppnade skärmen "Ge bolus" direkt, måste du mata in bolusmängden manuellt. Du kan ändra (totala) bolusmängden när som helst innan du ger den.

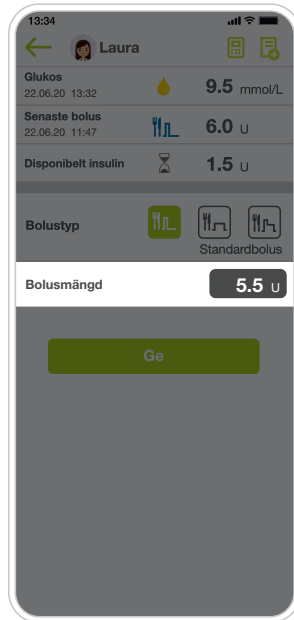
Programmera en standardbolus

Följ de stegvisa instruktionerna nedan för att programmera din bolus. De värden som visas är bara exempel som demonstration.



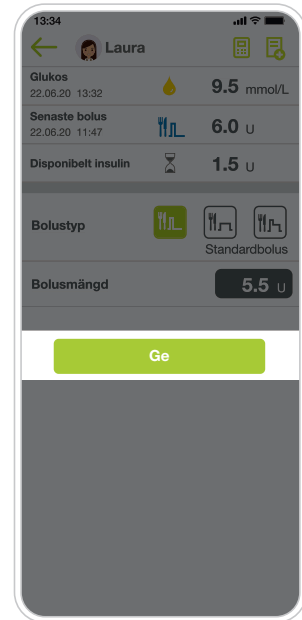
Steg 1

- Tryck på symbolen "Standardbolus" i menyn för bolustyp.



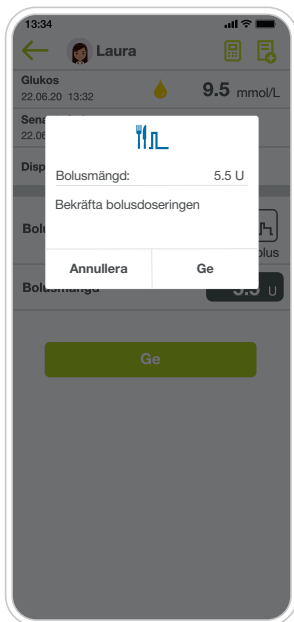
Steg 2

- Mata in en bolusmängd från 0,1 E till 30,0 E.
- Om mängden är ifylld från boluskalkylatorn, kontrollerar du bolusmängden.



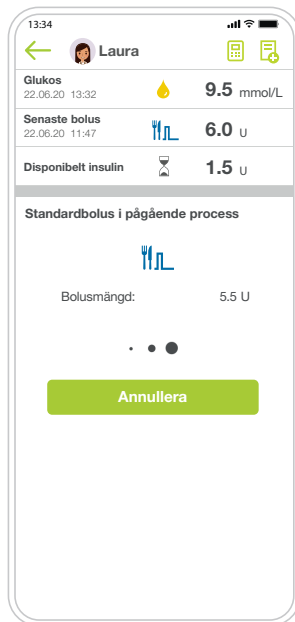
Steg 3

- Tryck på "Ge". Ett popup-fönster öppnas för bekräftelse av doseringen.



Steg 4

- I popupfönstret trycker du på "Ge" för att starta bolusdoseringen på din YpsoPump.



Steg 5

- När du bekräftat visar appen pågående bolus.

När bolusen givits, återgår appen till skärmen Senaste värden.

Läs mer om hur du avbryter en bolus i respektive stycke längre fram i dokumentet.

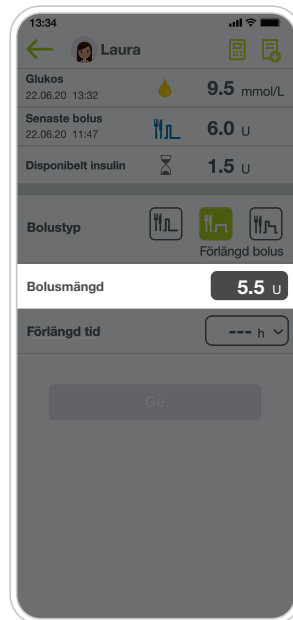
Programmera en förlängd bolus

Följ de stegvisa instruktionerna nedan för att programmera din bolus. De värden som visas är bara exempel som demonstration.



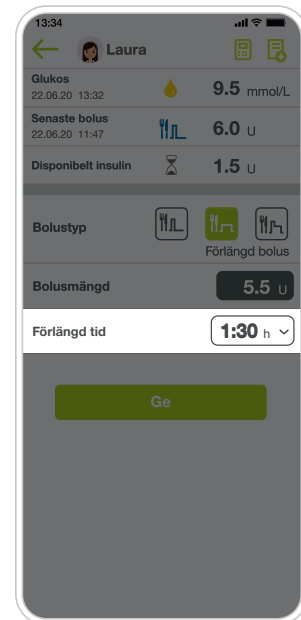
Steg 1

- Tryck på symbolen "Förlängd bolus" i menyn för bolustyp.



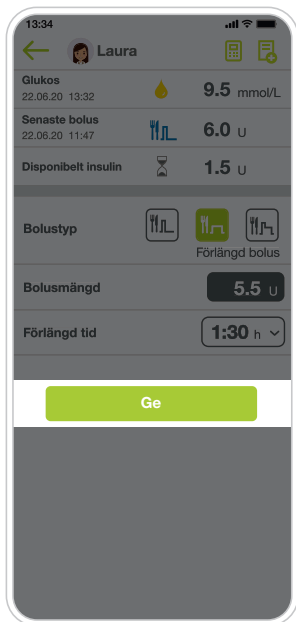
Steg 2

- Mata in en bolusmängd från 0,1 E till 30,0 E.
- Om mängden är ifylld från boluskalkylatorn, kontrollerar du bolusmängden.



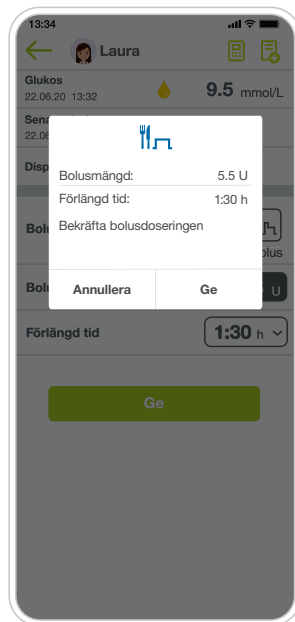
Steg 3

- Välj den förlängningstid som den valda bolusmängden ska ges under. Tiden kan ställas in från 15 minuter till 12 timmar i steg om 15 minuter.



Steg 4

- Tryck på "Ge". Ett popup-fönster öppnas för bekräftelse av doseringen.



Steg 5

- I popupfönstret trycker du på "Ge" för att starta bolusdoseringen på din YpsoPump.

Appen återgår direkt till skärmen Senaste värden, där du ser hur den förlängda bolusen pågår.

Läs mer om hur du avbryter en bolus i respektive stycke längre fram i dokumentet.

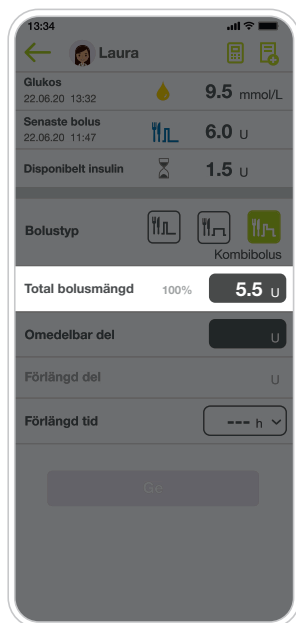
Programmera en kombibolus

Följ de stegvisa instruktionerna nedan för att programmera din bolus. De värden som visas är bara exempel som demonstration.



Steg 1

- Tryck på symbolen "Kombi-bolus" i menyn för bolustyp.



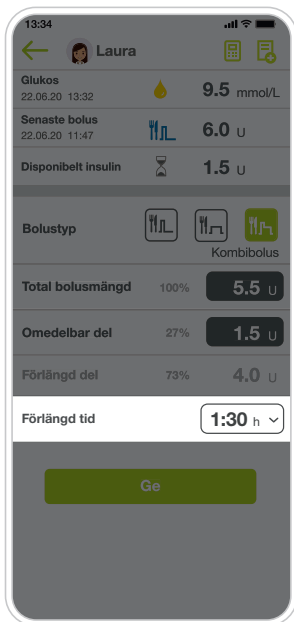
Steg 2

- Mata in den totala bolusmängden, från 0,2 E till 30,0 E.
- Om mängden är ifylld från boluskalkylatorn, kontrollerar du bolusmängden.



Steg 3

- Välj den bolusmängd som du vill ge omedelbart.
- Bolusmängden i den förlängda delen beräknas automatiskt och visas under den omedelbara mängden.



Steg 4

- Välj den tid som den återstående bolumängden (förlängda delen) ska ges under. Tiden kan ställas in från 15 minuter till 12 timmar, i steg om 15 minuter.



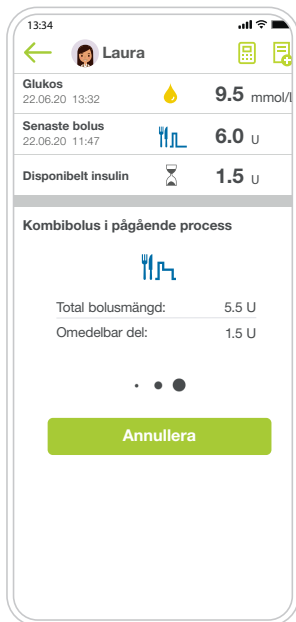
Steg 5

- Tryck på "Ge". Ett popup-fönster öppnas för bekräftelse av doseringen.



Steg 6

- I popupfönstret trycker du på "Ge" för att starta bolumdoseringen på din YpsoPump.



Steg 7

- När du bekräftat visar appen pågående dosering av den omedelbara delen.

När den omedelbara delen givits, återgår appen till skärmen Senaste värden, och där ser du hur den förlängda delen pågår.

Läs mer om hur du avbryter en bolus i respektive stycke längre fram i dokumentet.

Annultera en pågående bolus

Du kan annullera en pågående bolus. Annullering av en bolus fungerar för alla bolustyper. Vissa restriktioner gäller. Läs mer nedan.

För en standardbolus och en kombibolus med en omedelbar del på **0,5 E respektive 2,0 E eller mer***:

1. Tryck på "Avbryt" längst ner i fönstret som visar bolusdoseringen.
2. Bolusen avbryts omedelbart utan att någon bekräftelse krävs.

För en standardbolus och en kombibolus med en omedelbar del på **mindre än 0,5 E respektive 2,0 E***:

Av tekniska skäl är möjligheten att avbryta bolusen i appen delvis begränsad.

En standardbolus kan inte avbrytas i appen. En kombibolus med en omedelbar del på mindre än 0,5 E respektive 2,0 E* kan bara avbrytas i appen efter att den omedelbara delen har doserats.

För en förlängd bolus och den förlängda delen av en kombibolus:

1. Öppna skärmen "Ge bolus" igen, antingen genom att trycka på symbolen  i bolusrutan på skärmen Senaste värden, eller genom att trycka på "Ge bolus" i appmenyn.
2. Kontrollera att du valt rätt bolustyp.
3. Den pågående doseringen visas. Tryck på "Avbryt" längst ned på skärmen.
4. Bekräfta att du vill avbryta genom att trycka på Ja i popup-fönstret.

* Tröskelvärde (0,5 E eller 2,0 E) beroende på pumpens programvaruversion.

7 Mata in och visa data

7.1 Datainmatning

Du kan mata in poster manuellt i loggboken för behandlingshändelser. Tryck på symbolen Datainmatning  symbol på översta raden i mylife App för att öppna för datainmatning. Du kan också komma till datainmatningen via sidomenyn.

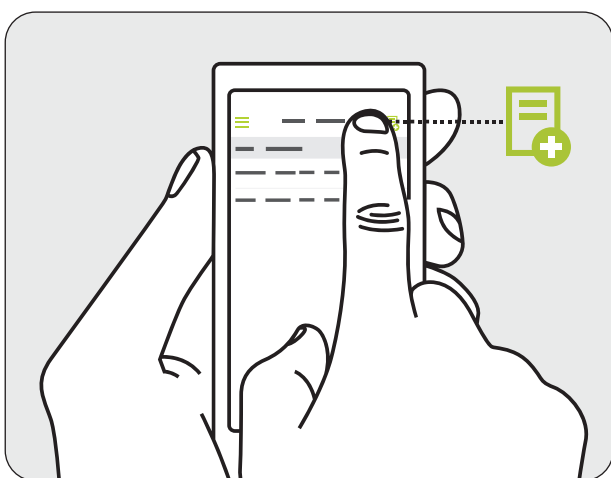


Bild 7: Starta datainmatning



Bild 8: Inmatningsmall för data

Nedan beskrivs de enskilda alternativen för datainmatning. Kontrollera först tiden och datumet som visas. Om en posts visade datum eller tid inte stämmer för det du vill ange, kan du ändra det genom att klicka på datum och tid. I tabell 4 visas alternativen för manuell datainmatning.

Tabell 6: Alternativ för datainmatning

Symboler Beskrivning

	Datum: Här ändrar du händelsens datum.
	Tid: Här ändrar du händelsens tid.
	Blodglukos: Här matar du in det blodglukosvärde som du vill spara.
	Kolhydrater: Anger det antal gram (g) kolhydrater som du vill spara.
	Motion: Ange antalet minuter för kroppsaktiviteter. Tänk på att boluskalkylatorn inte tar hänsyn till din aktivitet.
	Bolus för pennanvändare eller för pumpanvändare som kompletterar med insulinpenna eller spruta. Den här insulindosen kommer att tas med vid beräkningar av disponibelt insulin som baseras på datum och tid som matats in i fälten ovan.
	Basalinsulin (endast för pennanvändare): Här anger du det basalinsulin som du tagit.
	Anteckningar: Du kan föra in anteckningar som fri text för varje inmatning.
	Markörer: Du kan ange högst 3 markörer för varje blodglukospost för att komplettera informationen (t.ex. före eller efter måltid, motion, sjukdom).
	Byte av infusionsset (endast för pumpanvändare): Om du vill notera när du bytt infusionsset, väljer du den här inmatningen.

Klicka på symbolen Spara ✓ för att spara inmatningarna i loggboken. För att kunna spara måste du ha angivit minst ett värde. Naturligtvis kan du spara flera värden samtidigt.

7.2 Loggbok

I loggboken visas alla sparade händelser i tidsordning. Det inbegriper händelser som pumpanvändare matar in via de manuella inmatningsfälten och händelser som mylife App importerar från en YpsoPump och från anslutna blodglukosmätare.

Tabell 7: Loggboksöversikt

Symboler Beskrivning	
----------------------	--

	Blodglukos (inom målområdet)
	Blodglukos (över målområdet)
	Blodglukos (under målområdet)
	Dexcom G6 sensorkalibrering (endast för användare med ansluten Dexcom G6)
	Kolhydrater
	Motion
	Bolus för pennanvändare eller för pumpanvändare som kompletterar med insulinpenna eller spruta
	Basalinsulin (endast för pennanvändare): Här anger du det basalinsulin som du tagit
	Ta bort en post (endast möjligt för manuella inmatningar)
	Klicka för att visa ytterligare information om en loggbokspost
	Standardbolus
	Förlängd bolus
	Kombiboluss

Tabell 7: Loggboksöversikt (forts.)

Symboler	Beskrivning
	Byte av infusionsset
	Förfylla slangen
	Förfylla kanylen
	Körläge för YpsoPump
	Stoppläge för YpsoPump
	Total insulinmängd per dag (basal och bolus)
	Datumändring i YpsoPump
	Ändra klocktid i YpsoPump
	Larm på YpsoPump

För bolusposter som är baserade på inmatade bolusförslag visar loggboken nedanstående data för enkel kontroll av en given beräkning. Du tar fram den informationen genom att klicka på informationssymbolen ⓘ bredvid en boluspost.

- Införda värden (BG och/eller kolhydratsintag samt disponibelt insulin)
- Bolusförslagsresultat
- Använda inställningar för boluskalkylatorn

Du kan ta bort en manuellt inmatad post från loggboken. Det gör du genom att svepa den åt vänster. Tryck på den röda soptunnesymbolen och bekräfta genom att trycka på "Ta bort". Poster som importerats från en behandlingsenhet kan inte raderas.

7.3 Statistik

(Blod)glukosstatistik

Här ser du dina (blod)glukosavläsningar visade som procentuell fördelning i ett ringdiagram (inom ditt målområde, över målområdet och under målområdet) enligt det målområde som definierats i behandlingsinställningarna i mylife App.



För användare med ansluten Dexcom G6:

- Dina CGM-värden utvärderas enligt det målområde som angivits i behandlingsinställningarna i mylife App. Det målområdet kan skilja sig från G6-målområdet.
- I mylife App är CGM-statistik tillgänglig för högst 3 månaders datahistorik.

Insulinstatistik

Här ser du den mängd insulin som du har gett, med olika färgkoder för bolus (blått) och basaldos (lila) som procentuell fördelning i ett ringdiagram och i absoluta enheter för den valda tidsramen.

Standarddag

Standarddagen visar blodglukosvärdena under 24 timmar som en kurva. Då läggs alla blodglukosvärden från den valda perioden in mot en 24-timmarsaxel. Det vita området är ditt målområde för blodglukos.

Alla värden inom målområdet visas i grönt. Alla värden över målområdet visas i orange. Värden under målområdet visas i rött. Värden över den prickade linjen ligger i hyperglykemiområdet. Värden under den prickade linjen ligger i hypoglykemiområdet.

All statistik kan visas för följande tidsramar:

- I dag
- I går
- De senaste 7 dagarna
- Den senaste månaden
- De senaste 3 månaderna
- De senaste 6 månaderna
- Användarvald tidsram



För användare med ansluten Dexcom G6: Det finns ingen statistik för standarddag.

7.4 Rapporter

PDF-rapport

Med mylife App kan du skapa standardiserade rapporter i PDF-format.

Rapporteringsverktyget täcker följande:

- (Blod)glukosstatistik
- Insulinstatistik
- Inställningar för boluskalkylatorn. Dessutom för pumpanvändare: bolus- och basaldosinställningar i din YpsoPump
- Översikt dag för dag med införda händelser

CSV-rapport

Med mylife App kan du även exportera en standardiserad rapport i CSV-format.

Rapporten innehåller dina loggboksdata i kronologisk ordning under den period som du valt.



För användare med ansluten Dexcom G6:

- Dina CGM-värden utvärderas enligt det målområde som angivits i behandlingsinställningarna i mylife App. Det målområdet kan skilja sig från G6-målområdet.
- I mylife App är CGM-statistik tillgänglig för högst 3 månaders datahistorik.

För att skapa en rapport väljer du först en tidsram. Du väljer mellan följande tidsramar:

- I dag
- I går
- De senaste 7 dagarna
- Den senaste månaden
- De senaste 3 månaderna
- De senaste 6 månaderna
- Användarvald tidsram

Tryck sedan på knappen Export, så skapas rapporten. När du skapat rapporten, kan du använda din smarttelefons vanliga funktioner för att spara eller dela rapporten.

7.5 Widget/smartklocka

Widget/Quick glance

Du kan kontrollera de behandlingsdata som anges nedan. Ser du inga data? Öppna appen.

Apple (Dagvy/widget): kontrollera dina data i Dagvyn, även när din smarta enhet är låst. Svep åt höger från vänsterkanten på hemskärmen eller låsskärmen. Om du vill lägga till mylife-appens widget bläddrar du längst ner och trycker på Redigera. Se instruktionerna för din smarta enhet för detaljer.

Android (Quick glance): kontrollera dina data på hemskärmen till din smarttelefon eller svep nedåt från toppen.

Tillgängliga behandlingsdata:

- Senaste blodglukos (BGM-användare)
- Aktuellt CGM-värde (CGM-användare)
- Aktuell CGM-trend (CGM-användare)
- Senaste bolus
- Pågående bolus (endast för förlängd bolus och för den förlängda delen av en kombibolus)
- Disponibelt insulin

Smartklocka

Appen mylife har i nuläget stöd för Apple Watch som första anslutningsbara smartklocka.

Föreslagen användning med BGM

Använd smartklockan till att kontrollera det senaste blodglukosvärdet som du har sparat i appens loggbok.

Föreslagen användning med CGM

Att använda en smartklocka med din G6 kan ändra hur du får larm/varningar.

- Din smartklocka kommunicerar endast med din smarta enhet, inte sändaren.
- Du kommer inte att få larm/varningar eller G6-värden på din klocka så länge den inte är ansluten till din smarta enhet.

Försäkra dig om att du förstår hur du får meddelanden när en klocka är ansluten.

- Du måste bära klockan för att motta larm och känna vibrationer.
- Bland inställningarna för din smarta enhet, försäkra dig om att meddelanden skickas till både din smarta enhet och klocka.
- Inaktivera eller blockera inte meddelanden från appen.

När du väcker din klocka uppdateras dina CGM-data från din smarta enhet. Det kan ske en liten fördröjning innan appen i din klocka visar nuvarande information. Gå till **mylife-diabetescare.com/compatibility** för att säkerställa att din klocka fungerar med din G6.

Inställning av Apple Watch (iPhone)

Använd Apple-Watch-appen i din iPhone för att installera appen. Se instruktionerna för din klocka för detaljer om installation av appar. Med den digitala knappen på din Apple Watch väljer du vy: 1 timme, 3 timmar eller 6 timmars historiska data.



8 Profiler och konton

8.1 Skapa en initial profil i mylife App

För att aktivera mylife App krävs ett mylife Cloud-konto. mylife Cloud används till datalagring och datautbyte – det stöder inte beräkningar av bolusförslag. Om du väljer att ansluta till ditt mylife Cloud-konto, kommer data från din mylife App att synkroniseras med ditt mylife Cloud-konto.

- Skapa konto
Skapa ett nytt mylife Cloud-konto och starta din mylife App med ditt nya mylife Cloud-konto.
- Logga in till ett befintligt konto
Anslut din mylife App till ditt befintliga mylife Cloud-konto.

8.2 Skapa en ytterligare profil

WARNING

⚠ Kontrollera för varje användning att rätt användarprofil är aktiv. Oavsiktlig användning av fel profil kan göra att behandlingsvärden blir felaktiga så att bolusförslagen blir oriktiga.

För att skapa ytterligare en användarprofil går du till Inställningar ⚙ → Personliga data
→ Skapa ny profil
Du kan skapa högst 10 profiler.

8.3 Ta bort en profil

För att ta bort en profil går du till Inställningar ⚙️ → Personliga data → Ta bort profil.

Tänk på att om du tar bort en profil så försvinner all information och behandlingsdata som sparats lokalt i smarttelefonens mylife App. Med hjälp av mylife Cloud-kontot kan du ladda ned och synkronisera dessa data på nytt när du installerat om mylife App. Om du även vill ta bort kontot och behandlingsdata i mylife Cloud, måste du ta bort ditt konto separat där.

8.4 Logga in till mylife Cloud

För att logga in till ett mylife Cloud-konto går du till Inställningar ⚙️ → Personliga data → Logga in.

e-postadress:	Den e-postadress som är kopplad till ditt mylife Cloud-konto
Lösenord:	Ditt lösenord till mylife Cloud-kontot
Håll mig inloggad:	Aktivera det här om du vill fortsätta att vara inloggad.

9 Enhetshantering

Observera: Bluetooth®-koppling med kompatibla enheter bör alltid göras på en privat, icke offentlig plats, för att minimera risken att obehöriga snappar upp anslutningens Bluetooth®-kryptering.

9.1 Bluetooth®-koppling av din YpsoPump

Mer information om hur du startar Bluetooth®-funktionen och hur du aktiverar Bluetooth®-koppling i YpsoPump finns i pumpens bruksanvisning.

För att koppla en YpsoPump till mylife App finns följande alternativ:

- Du kan koppla YpsoPump i inställningsguiden när du sparat dina behandlingsinställningar. Kontrollera att Bluetooth® har startats på smarttelefonen och att Bluetooth®-anslutning och Bluetooth®-koppling är aktiva i YpsoPump.
- Du kan också koppla YpsoPump senare via avsnittet Enhetshantering i inställningarna för mylife App. Även här måste Bluetooth® ha startats i smarttelefonen, och Bluetooth®-anslutning och Bluetooth®-koppling måste vara aktiva i YpsoPump.

Under den processen kommer mylife App att uppmana dig att välja serienumret för din YpsoPump. Det finns på pumpens botten efter bokstäverna SN. När du valt pumpen kommer en kombination av 6 siffror (Bluetooth®-kopplingskod) att visas på pumpens display. Du måste skriva in och bekräfta koden i mylife App. När du gjort det, kommer pumpen att vibrera en gång för att ange att den nu är kopplad till programmet. Nu ser du din YpsoPump i listan i avsnittet Enhetshantering i mylife App.

YpsoPump och mylife App är nu kopplade och anslutna till varandra.



För användare med en pump som är kompatibel med Dose: Observera att för att få åtkomst till funktionen fjärrbolus måste du ha gått igenom appens handledning och svara rätt på ett par frågor efter det.

9.2 Bluetooth®-koppling av dina kompatibla mylife blodglukosmätare

Mer information om hur du startar Bluetooth®-funktionen och hur du aktiverar Bluetooth®-koppling av blodglukosmätarna Unio Neva, Unio Cara och Aveo finns i respektive bruksanvisning.

För att koppla en mylife blodglukosmätare till mylife App finns följande alternativ:

- I inställningsguiden i mylife App kan du ställa in blodglukosmätaren. Kontrollera att Bluetooth® har aktiverats i smarttelefonen och att Bluetooth®-koppling i blodglukosmätaren har startats.
- Du kan även koppla blodglukosmätaren senare via avsnittet Enhetshantering i inställningarna i mylife App. Även här måste Bluetooth® ha aktiverats i smarttelefonen och Bluetooth®-koppling i blodglukosmätaren måste ha startats.

Under den här processen uppmanas du att välja serienumret för din blodglukosmätare. Det hittar du i blodglukosmätarens batterifack eller på dess etikett. När du har valt mätaren kommer en kombination av 6 siffror att visas på blodglukosmätarens display. Den måste skrivas in och bekräftas i mylife App.

Blodglukosmätaren och mylife App är nu anslutna till varandra.

I nästa steg skrivs tid och datum automatiskt från din smarttelefon till blodglukosmätaren. Dessutom kommer målområdet för blodglukos att synkroniseras mellan mylife App och blodglukosmätaren. Blodglukosmålområdet kan du synkronisera från blodglukosmätaren till mylife App eller tvärtom. Följ anvisningarna i mylife App.

Anmärkning om tillgänglighet på olika marknader: Om Unio Neva, Unio Cara och Aveo marknadsförs beror av respektive land. Kontakta din lokala mylife Diabetescare kundservice om du vill ha mer information.

9.3 Ställa in din Dexcom G6



I följande avsnitt får du veta hur du ställer in och ansluter din mylife App med din Dexcom G6.

I Dexcom G6-systemets guide "Börja här" finns mer information om sensoranvändning, sändare och Dexcoms visningsenhet "Mottagaren" och hur du sätter in sensorn och fäster sändaren.

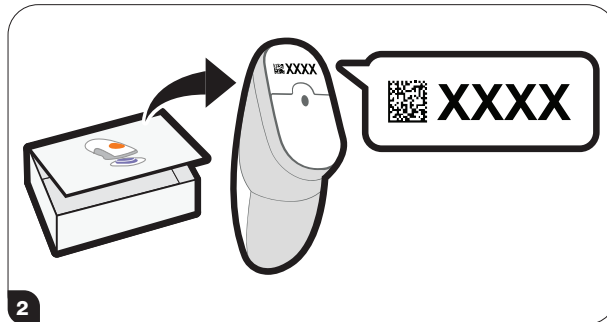
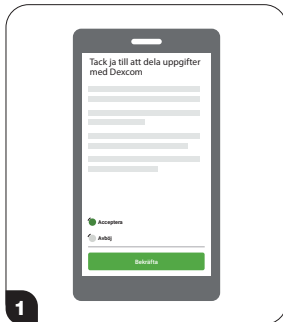
Se **dexcom.com/downloadsandguides**.

För att starta inställning av din mylife App med en Dexcom G6 går du till Inställningar → Enhetshantering och klickar på "Lägg till Dexcom G6".

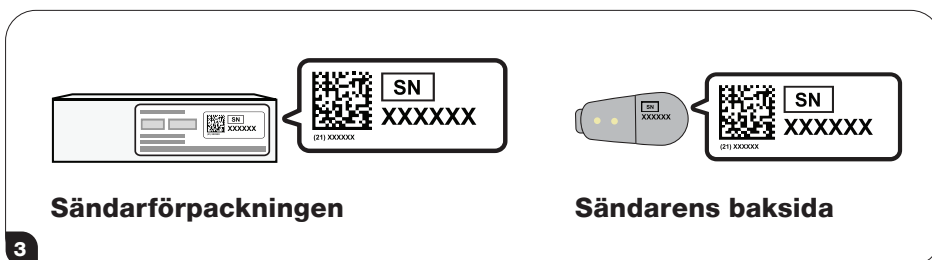
Följ sedan anvisningarna på skärmen. Inställningsguiden hjälper dig steg för steg genom processen.

När du uppmanas:

- Sänd dina CGM-data till molnet. Du kan då använda följande:
 - Dexcom Clarity: diskutera dina data med ditt diabetesteam; se mönster (kanske inte finns på alla marknader).
- Ange din sensorkod (från den sensorapplikator som du sätter in)
 - Ingen sensorkod? Se avsnitt 10.2 Felsökning



- Ange ditt serienummer (SN) från
 - sändarförpackningen eller
 - sändarens baksida.



När du angett ditt SN, kommer din G6 att söka efter sändaren.

VARNING

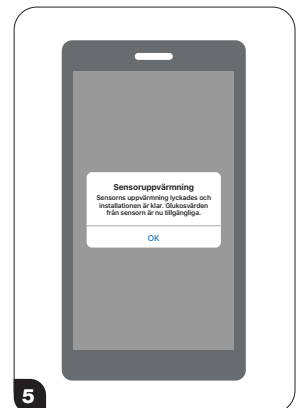
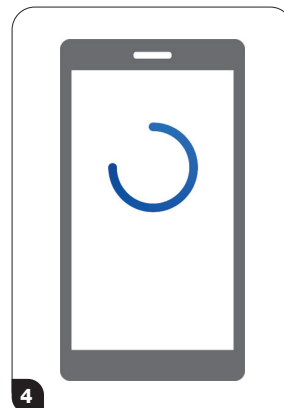
⚠ Under sökandet får du inga värden, larm eller varningar från G6.

Ser du den blåa timern för sensoruppvärmning? Det betyder att sensorn anpassas till din kropp.

⚠ VARNING

Under uppvärmningen:

- ⚠ Inga värden, larm eller varningar från G6
- ⚠ Ha alltid smarttelefonen inom 6 meter från sändaren



Vänta i 2 timmar. När sensorn är uppvärmd trycker du på OK för att öppna skärmen Senaste värden. Nu får du värden, larm och varningar från G6.

10 Felsökning

10.1 mylife App generellt

Om du har frågor om mylife App, om det blir något fel när du använder mylife App eller om någonting inte fungerar, kontaktar du din mylife Diabetes Care-distributör. Du kan också kontakta distributören om du vill ha en utskrift av den här bruksanvisningen eller ladda ned den från vår webbplats. En utskriven version levereras inom 7 arbetsdagar efter det att vi fått din beställning. Kontaktinformation finns i mylife App-menyn under "Om" och i den här bruksanvisningens kapitel 13.

Om du skulle få tekniska problem med mylife App, kan du skicka en anonym loggrapport med sammanfattad information från Om-menyn i mylife App till vår kundsupportorganisation. Det gör du genom att gå till Om-menyn och trycka på "Skicka supportinfo" nederst på sidan. Systemet kommer att skapa och visa ett rapportnummer. Skriv upp det numret och kontakta din lokala mylife Diabetes Care-distributör, berätta om ditt problem och ange rapportnumret.

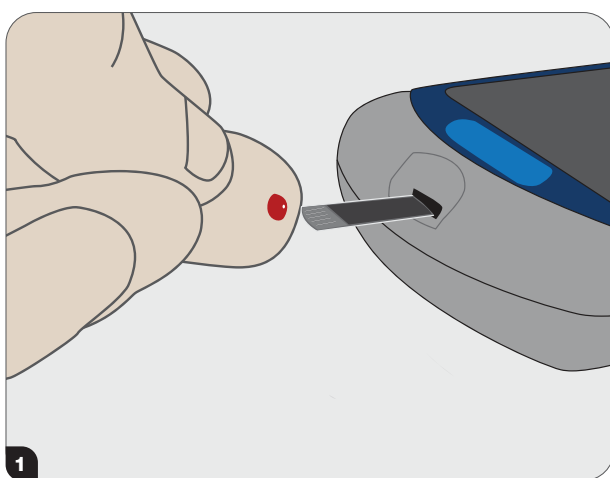
10.2 mylife App och Dexcom G6

Appen stängs av

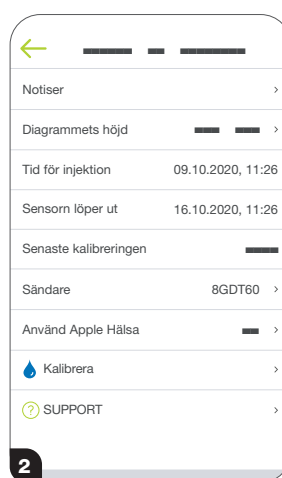
Om appen stänger av sig, kan det bero på att den smarta enhetens minne är fullt. För att förhindra det bör du regelbundet stänga appar som inte används och ta bort filer som du inte använder.

Kalibrera din G6

Följ de här stegen för att kalibrera din G6:



Tvätta händerna grundligt med tvål och vatten och torka dem. Använd sedan din mätare till att få ett värde.



Gå till Inställningar → Enhetshantering och tryck på din G6. Tryck på Kalibrera i din G6-menyn. Följ anvisningarna på skärmen för att mata in, spara och bekräfta dina mätarvärden.

⚠ FÖRSIKTIGHET

- ⚠ Använd enbart ditt mätarvärde till kalibreringen, aldrig värden från din G6.
- ⚠ Kalibrera inte när ditt glukos ändras snabbt – mer än 0,2 mmol/L (3 mg/dL) per minut.
- ⚠ Kalibrera enbart med mätarvärden mellan 2,2 mmol/L (40 mg/dL) och 22,2 mmol/L (400 mg/dL). Diskutera med ditt diabetesteam vad du ska göra om ditt uppmätta värde från mätaren ligger utanför det intervallet.
- ⚠ Blodglukosvärden som förts in manuellt i Datainmatning eller överförts automatiskt från en ansluten mylife blodglukosmätare kommer inte att användas till G6-kalibrering. För alltid in värdena manuellt i G6-kalibreringsmenyn.

Kan inte höra larm/varningar

Om du inte kan höra dina larm eller varningar på din app, kontrollerar du att appen, Bluetooth®, volymen och meddelanden är på. Om du startar om din smarta enhet ska du öppna mylife® app igen. Om din smarta enhet är på Ljudlös/stör ej men du ändå vill få dina kritiska larm och varningar, ser du till att Alltid ljud är på.

I avsnitt 4.1 Säkerhetsaspekter på Dexcom G6 kan du läsa om rekommenderade inställningar. Läs i din smarta enhets bruksanvisning om hur om hur man testar högtalaren testar högtalaren.

Vanliga varningar

Problem

Uppmaningar om kalibrering och omkalibrering

G6 behöver kalibreras.



Lösning

G6 uppmanar dig att kalibrera igen om du angav en kalibrering utanför det förväntade intervallet.

Varning om saknade värden

Sensorn kan för tillfället inte mäta glukos.



Kalibrera inte.

1. Kontrollera sändaren; är den placerad i hållaren?
2. Vänta upp till 3 timmar medan G6 åtgärdar sig själv.
3. Om den inte korrigerats efter 3 timmar, kontaktar du din lokala Dexcom-representant.

Inga larm/varningar eller G6-värden förrän problemet är åtgärdat. Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut.

Tryck på OK för att ta bort varningen.

Vanliga varningar

Problem

Förlorad signal

Displayenhet och sändare kommunicerar inte.



Lösning

Kalibrera inte.

1. Verifiera att displayenhet och sändare är inom 6 meters avstånd från varandra utan hinder mellan dem. Om du är i vatten, håller du enheten närmare än 6 meter.
2. Vänta upp till 30 minuter.
3. Om den inte korrigerats kontaktar du din lokala Dexcom-representant.

Inga larm/varningar eller G6-värden förrän problemet är åtgärdat. Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut.

Stäng av Bluetooth® och starta sedan igen.

Sändarvarning

Sändaren fungerar inte. Sensorsessionen har stoppats automatiskt.

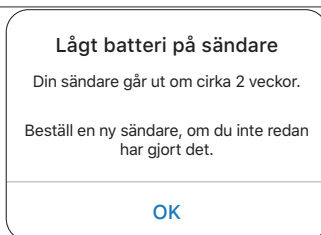


Kontakta din lokala Dexcom-representant.

Inga larm/varningar eller G6-värden förrän du har bytt delarna. Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut.

Problem

Varning om låg batterinivå i sändare
och sista session Batteri i sändaren på väg att ta slut.



Lösning

Beställ ny sändare.
När batteriet i din sändare är på väg att ta slut berättar G6 när det

- har 3 veckor kvar
- har 2 veckor kvar (se skärmen till vänster)
- har 1 session kvar
- är för lågt för en session till
- är kritisk lågt och måste ersättas omedelbart

Varning om ej hittad sändare

G6 kopplades inte.



1. Försäkra dig om att sändaren sitter i hållaren.
 2. Kontrollera att sändarens serienummer (SN) är korrekt angivet.
 3. Om problemet inte löst kanske sensorn inte är insatt korrekt. Sätt in en ny sensor.
- För att få en ersättningssändare kontaktar du din Dexcom-representant.

Inga larm/varningar eller G6-värden förrän problemet är åtgärdat. Använd din mätare till att ta behandlingsbeslut.

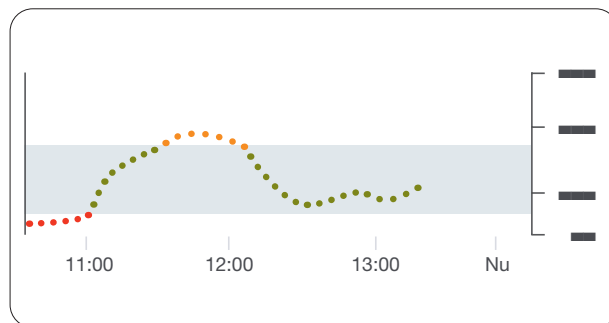
Avsluta sensorsession tidigt

Du kanske vill avsluta din sensorsession i förtid. När du väl stoppat din sensorsession kommer du inte kunna starta om den.

Gå till Inställningar → Enhetshantering och tryck på din G6. – Tryck på Stoppa sensor. Ta bort sändare och sensor.

Gap i diagram

När du inte får G6-värden kan ditt diagram visa ett gap på höger sida i trendpunkterna. I exemplet kan du se gapet där dina nuvarande punkter borde vara: När dina G6-värden återkommer kan upp till 3 timmars missade G6-värden läggas in i diagrammet.



Starta sensorsession utan sensorkod

Vill du starta en sensorsession men saknar sensorkoden? Sensorkoden finns på applikatorns självhäftande baksida. Använd endast sensorkoden från den applikator du sätter i – använd inte andra koder. Den rätta sensorkoden gör att G6 fungerar utan uppmaning om kalibrering varje dag.

Även om du inte har en sensorkod kan du fortfarande använda sensorn. Under din sensorsession kommer du uppmanas att kalibrera dagligen. (Se Uppmaning om kalibrering i avsnitt 10.2, Vanliga varningar.)

Följ uppmaningarna om inställning utan sensorkod.



Vid inställning av app eller insättning av ny sensor utan användning av en sensor kod, trycker du på Ingen kod på skärmen för sensor kod. Om du inte anger en sensor kod måste du kalibrera din G6 dagligen under den här sensor sessionen. Använd bara sensor koden från den applikator du sätter in. Följ instruktionerna på de följande skärmarna (inte inkluderade i dessa steg) för att

- skriva in sändarens SN (om du använder en ny sändare)
- sätta in en sensor
- fästa sändaren



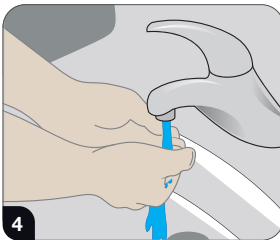
Tryck på **Starta sensor**.

Vänta 2 timmar på att din sensor ska slutföra uppvärmningen.



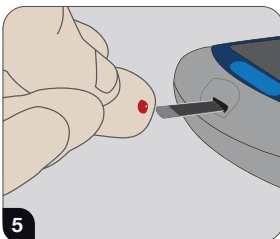
Efter det att sensorn värmts upp kommer din G6 att uppmana dig att kalibrera två gånger via två separata fingerstick.

Starta genom att trycka på **Kalibrera**.



Tvätta händerna grundligt med tvål och vatten, inte med handsprit. Torka händerna.

Att tvätta och torka händerna innan du tar ett mätarvärde hjälper till att säkerställa noggrannheten.



Ta ett BG-värde med fingerstick och mätare.

Använd enbart fingertoppen, aldrig någon annan plats.

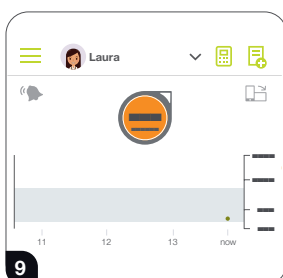
Skriv in exakt BG-värde från din mätare inom 5 minuter efter fingersticket, eller snabbare om ditt glukosvärde ändras snabbt.

Tryck på **Bekräfta** för att spara.

Dags för din nästa kalibrering.

Tryck på **Kalibrera**.

Upprepa stegen 4–8 och skriv in det andra fingerstickets värdet.



Titta efter ditt första G6-värde fem minuter efter det att du skrivit in din andra kalibrering!

Varje punkt är ett G6-värde taget var 5:e minut.

Tolv timmar senare får du en påminnelse om att kalibrera igen. Därefter får du en till påminnelse efter ytterligare tolv timmar. Under resten av din sensorsession uppmanar G6 dig att kalibrera en gång var 24:e timme.

Var noggrann med att kalibrera vid uppmaning. Försäkra dig om att du tvättar dina händer noggrant innan du tar ett fingerstick. I annat fall kanske dina G6-värden inte stämmer överens med din mätare. Med andra ord: Vänta inte – kalibrera!

11 Anmärkningar för sjukvårdspersonal

11.1 Beräkning av disponibelt insulin

Det här är den mängd bolusinsulin som fortfarande är aktivt i kroppen från tidigare bolusar. Mängden beror av följande:

- Insulineffektens varaktighet
- Mängden i föregående bolusar
- Tiden sedan föregående bolusar

A) Beräkning av disponibelt insulin baserat på en standardbolus:

En linjär modell används vid beräkning av disponibelt insulin (DI). Kalkylatorn antar t.ex. att efter 25 % av tiden efter senaste bolusen är 75 % av det bolusinsulinet fortfarande aktivt, efter 50 % av tiden är 50 % av insulinet fortfarande aktivt osv.

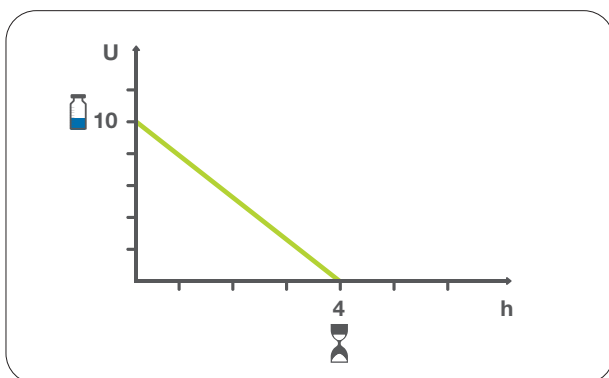


Bild 9: Linjär beräkning av disponibelt insulin i mylife App (med exempelvärden)

Beräkning

$$DI = \frac{\text{bolus}^* \cdot (\text{varaktighet}^{**} - \text{tid sedan bolus})}{\text{Varaktighet}^{**}}$$

* Mängden i föregående bolus

** Insulineffektens varaktighet

B) Beräkning av disponibelt insulin baserat på en förlängd bolus eller en kombibolus (endast pumpanvändare):

Total mängd disponibelt insulin beräknas genom att lägga till den återstående delen av dosen som ska ges med det disponibla insulin som beräknats baserat på redan given mängd insulin. Exempel: Med en 10 E förlängd bolus som ska ges under 4 timmar, visas disponibelt insulin som 10 E när bolusen börjar att ges. Mängden är noll när insulineffekten av den sista insulindosen upphört. Om insulineffektens varaktighet är 4 timmar och förlängningstiden är 4 timmar, kommer disponibelt insulin att vara noll 8 timmar efter den förlängda bolusens start.

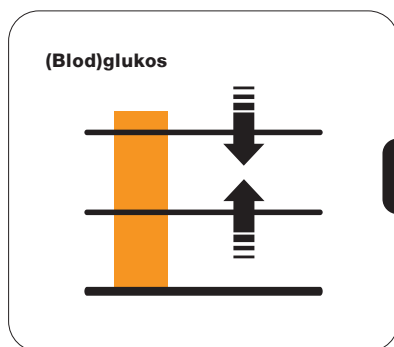
11.2 Detaljerat om boluskalkylatorn för metod 1

Bolusberäkningen i mylife App för metod 1 baseras på följande inställningar i boluskalkylatorn: Disponibelt insulin subtraheras från korrigeringsbolus och måltidsbolus.

Tre delresultat räknas samman till ett totalt bolusförslag (se bild 10).

Korrigeringsbolus + måltidsbolus – disponibelt insulin (DI) = bolusförslag

Korrigeringsbolus



Måltidsbolus



Disponibelt insulin

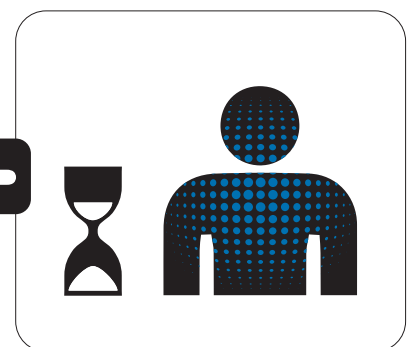


Bild 10: Bolusberäkningsformel för metod 1

Korrigeringsbolus

- Korrigerar det uppmätta värdet för (blod)glukos
- Beräkningen baseras på det individuellt definierade målvärdet för (blod)glukos, och korrigerar till detta
- (Blod)glukos-värden kan korrigeras med antingen insulindosering eller minskning av måltidsbolus
 - med insulintillförsel om (blod)glukos ligger över målvärdet för (blod)glukos
 - med minskning av måltidsbolusen om (blod)glukos ligger under målvärdet för (blod)glukos

Beräkning

$$\text{Korrigeringsbolus} = \frac{\text{Uppmätt (blod)glukos} - \text{målvärdet för (blod)glukos}}{\text{Korrigeringsfaktor}}$$

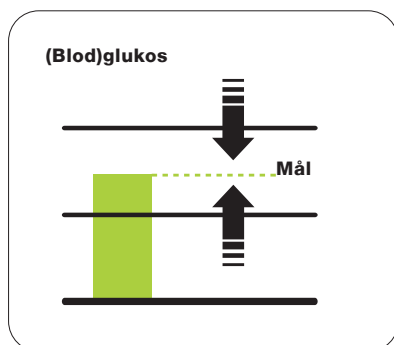


Bild 11: Korrigering till målvärdet för (blod)glukos

Korrigeringsfaktorn anger hur mycket en enhet givet insulin kommer att ändra (blod)glukosvärdet. I avsnitt 2.5 beskrivs hur du ställer in korrigeringsfaktorn i mylife App.

Måltidsbolus

- Kompenserar för maten
- Täcker kolhydraterna i intagen mat



Bild 12: Korrigering för kolhydratsintag

Beräkning

$$\text{Måltidsbolus} = \frac{\text{Kolhydrater i maten}}{\text{Kvoten insulin till kolhydrater (I/K)}}$$

Kvoten insulin till kolhydrater anger hur många gram kolhydrater som täcks av en enhet insulin. I avsnitt 2.5 beskrivs hur du ställer in kvoten insulin till kolhydrater i mylife App.

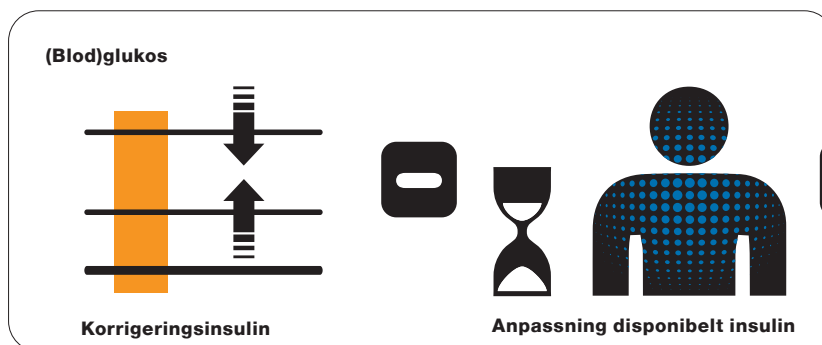
11.3 Detaljerat om boluskalkylatorn för metod 2

Bolusberäkningen i mylife App för metod 2 baseras på följande inställningar i boluskalkylatorn: disponibelt insulin subtraheras enbart från korrigeringsbolus.

Tre delresultat räknas samman till ett totalt bolusförslag (se bild 13).

(Korrigeringsinsulin – disponibelt justeringsinsulin) + måltidsbolus = bolusförslag

Korrigeringsbolus



Måltidsbolus



Bild 13: Bolusberäkningsformel för metod 2

Korrigeringsinsulin

- Korrigerar det uppmätta värdet för (blod)glukos
- Beräkningen baseras på det individuellt definierade målvärdet för (blod)glukos, och korrigerar till detta
- Anm.: Beräkningen av korrigeringsinsulin i metod 2 svarar mot beräkningen av korrigeringsbolus i metod 1

Beräkning

$$\text{Korrigeringsinsulin} = \frac{\text{Uppmätt (blod)glukos} - \text{målvärdet för (blod)glukos}}{\text{Korrigeringsfaktor}}$$

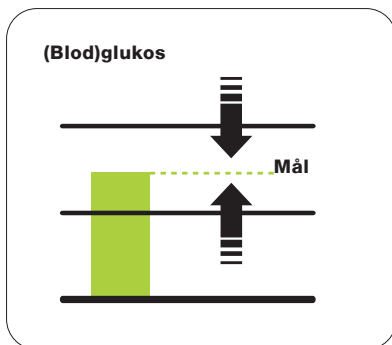


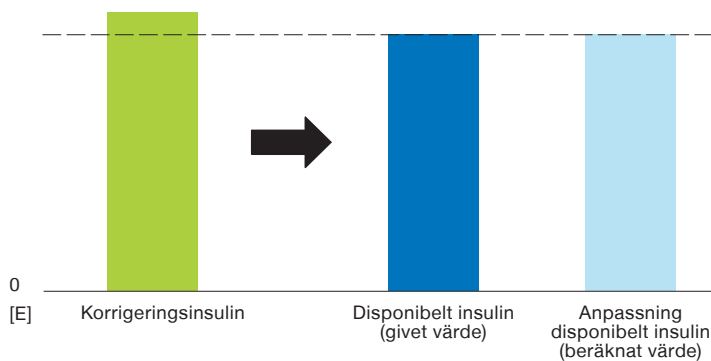
Bild 14: Korrigerig till målvärdet för (blod)glukos

Korrigeringsfaktorn anger hur mycket en enhet givet insulin kommer att ändra (blod) glukosvärdet. I avsnitt 2.5 beskrivs hur du ställer in korrigeringsfaktorn i mylife App.

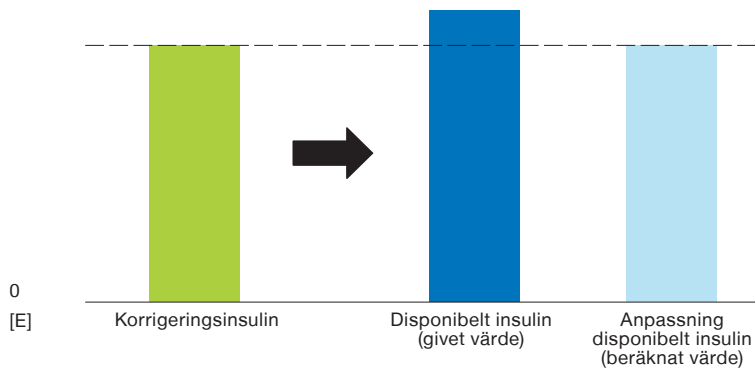
Anpassning disponibelt insulin

- Det antal enheter disponibelt insulin som subtraheras från korrigeringsinsulinet.
- Den här parameterns värde beror på korrigeringsinsulinets storlek i förhållande till disponibelt insulin i patientens kropp; se reglerna nedan
- Om inget (blod)glukosvärde matats in, kommer boluskalkylatorn att ignorera disponibelt insulin. Den föreslagna måltidsbolusen kommer att täcka måltidens kolhydrater helt.
- Det finns tre regler för hur den här parametern används vid beräkning av bolusförslag:

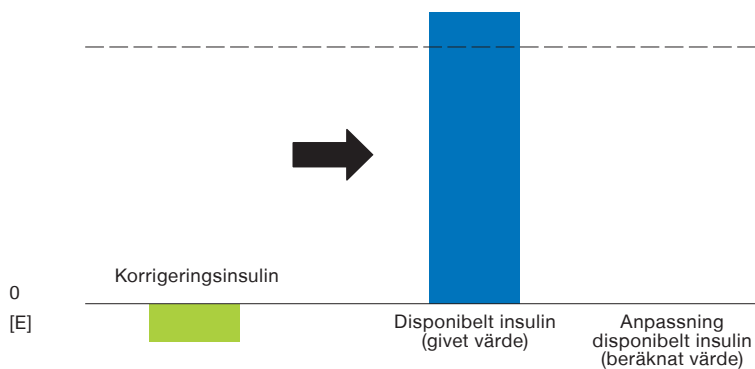
Om korrigeringsinsulin $\geq$ disponibelt insulin är Anpassning disponibelt insulin = disponibelt insulin



**Om korrigeringsinsulin < disponibelt insulin och positivt är Anpassning
disponibelt insulin = korrigeringsinsulin**



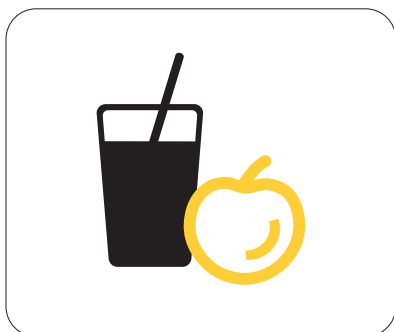
Om korrigeringsinsulin < 0 är Anpassning disponibelt insulin = 0,0 E



OBS! I det sista fallet kommer eventuell beräknad måltidsbolus att minskas med korrigeringsinsulinet.

Måltidsbolus

- Kompenserar för maten
- Täcker kolhydraterna i intagen mat



Beräkning

$$\text{Måltidsbolus} = \frac{\text{Kolhydrater i maten}}{\text{Kvoten insulin till kolhydrater (I/K)}}$$

Bild 15: Korrigering för kolhydratsintag

Kvoten insulin till kolhydrater anger hur många gram kolhydrater som täcks av en enhet insulin. I avsnitt 2.5 beskrivs hur du ställer in kvoten insulin till kolhydrater i mylife App.

12 Om mylife App

I avsnittet Om i mylife App finns information och kontaktdetaljer om programmets distributör och tillverkare samt information om versionsnumret för den installerade mylife App. Du hittar även våra allmänna villkor och dataskyddsregler.

Du tar fram avsnittet Om via menyn i mylife App ☰.



DiabetesCare

mylife Diabetes Care AG
Lyssachstrasse 40 • 3400 Burgdorf • Switzerland
www.mylife-diabetescare.com