

# Käyttöopas

**mylife™ App**



## Sisällysluettelo

<b>Varoitukset</b>	<b>4</b>	<b>4 mylife™ App -sovelluksen käyttäminen Dexcom G6 -järjestelmän kanssa</b>	<b>25</b>
<b>1 mylife™ App -sovelluksen yleinen esittely</b>	<b>7</b>	4.1 Dexcom G6 -järjestelmän turvallisuusilmoitukset	26
1.1 Käyttötarkoitus	7	4.2 Viimeiset arvot (aloitusnäyttö)	39
1.2 Suunniteltu käyttö ja indikaatio	7	4.3 Hälytys ja varoitukset	45
1.3 Vasta-aiheet	8	4.4 Hoitopäätökset	49
1.4 Käyttäjät	8	4.5 Anturin käyttöjakson päättäminen	53
1.5 Kieliversiot	8	4.6 Sovelluksen edistyneet ominaisuudet	55
1.6 Suositukset	9	<b>5 Boluslaskin</b>	<b>57</b>
1.7 Toimenpiteet vakavassa tilanteessa	9	5.1 Boluslaskimen esittely	57
1.8 Suorituskykyyn liittyvät ominaisuudet	10	5.2 Insuliinipumpun käyttäjät: boluslaskimen käyttö	59
1.9 Järjestelmävaatimukset/ yhteensopivat laitteet	10	5.3 Insuliinikynän käyttäjät: boluslaskimen käyttö	65
1.10 Tietosuoja	11	<b>6 Boluksen etäannostelu</b>	<b>71</b>
1.11 Mahdolliset kliiniset hyödyt	11	6.1 Käyttö	72
1.12 Jäännösriskit	12	6.2 Boluksen ohjelmointi	73
<b>2 mylife™ App -sovelluksen käyttöönotto</b>	<b>13</b>	<b>7 Tietojen syöttö ja tarkastelu</b>	<b>82</b>
2.1 Profiilivaihtoehdot	13	7.1 Tietojen syöttö	82
2.2 Yleiset asetukset	14	7.2 Päiväkirja	84
2.3 Henkilötiedot	14	7.3 Tilastot	86
2.4 Hoitoasetukset	15	7.4 Raportit	88
2.5 Boluslaskimen asetukset	16	7.5 Pienoisnäkyvä/älykello	90
<b>3 Valikko ja Viimeiset arvot (aloitusnäyttö)</b>	<b>20</b>	<b>8 Profiilit ja käyttäjätilit</b>	<b>92</b>
3.1 Valikko	20	8.1 Ensimmäisen profiilin luominen	92
3.2 Viimeiset arvot (aloitusnäyttö)	21	8.2 Lisäprofiilin luominen	92
		8.3 Profiilin poistaminen	93
		8.4 Sisäänkirjautuminen mylife™ Cloud -palveluun	93

<b>9</b>	<b>Laitehallinta</b>	<b>94</b>	<b>11</b>	<b>Tietoja terveydenhuollon ammattilaisille</b>	<b>107</b>
9.1	Bluetooth®-yhteyden muodostaminen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun kanssa	94	11.1	Aktiivisen insuliinin laskeminen	107
9.2	Bluetooth®-yhteyden muodostaminen mylife™ -verensokerimittarien kanssa	95	11.2	Boluslaskinta koskevia tietoja menetelmässä 1	108
9.3	Dexcom G6 -järjestelmän asettaminen	96	11.3	Boluslaskinta koskevia tietoja menetelmässä 2	111
<b>10</b>	<b>Vianmääritys</b>	<b>99</b>	<b>12</b>	<b>Tietoja mylife™ App -sovelluksesta</b>	<b>115</b>
10.1	mylife™ App yleisesti	99	<b>13</b>	<b>Yhteystiedot</b>	<b>116</b>
10.2	mylife™ App ja Dexcom G6	100			



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





## Varoitukset

### **VAROITUS**

- ⚠ mylife™ App -sovellusta koskevien käyttöohjeiden noudattamatta jättäminen tai varoitusten huomiotta jättäminen voi johtaa vaikeaan hypoglykemiaan tai kohonneisiin verensokeriarvoihin (lue varoitukset huolellisesti).
- ⚠ Älä koskaan käytä boluslaskinta mylife™ App -sovelluksessa, ennen kuin lääkärisi tai diabeteshoitajasi on neuvonut sinua sen käytössä. Boluslaskimen käyttäminen ilman ammattilaisen antamaa opastusta voi johtaa ehdotetun bolusannoksen väärään tulkintaan ja siten väärään insuliinin annosteluun mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa tai insuliinikynällä.
- ⚠ mylife™ App -sovelluksen boluslaskin antaa ainoastaan insuliinin annostelua koskevia ehdotuksia. Olet itse täysin vastuussa ehdotusten tulkitsemisesta sekä tosiasiaissa annettavasta insuliiniannoksesta, joka riippuu yksilöllisestä tilastasi laskennan ja annostelun hetkellä. Huomioi aktiivinen insuliini ja bolusehdotus ennen suuren tai usean boluksen annostelua. Jos olet epävarma boluslaskimen käytöstä, ota yhteyttä lääkäriisi tai diabeteshoitajaasi.
- ⚠ Insuliinipumput, jotka eivät ole yhteensopivia boluksen etäannostelun “mylife™ Dose” -toiminnon kanssa: mylife™ App -sovellus on tarkoitettu hakemaan ja näyttämään mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tiedot. mylife™ App -sovellusta ei ole tarkoitettu mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ohjelmointiin. mylife™ App -sovellus ei pysty käynnistämään insuliinin annostelua mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa. Insuliinin annostelua on hallittava suoraan mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa tai insuliinikynässä.
- ⚠ Jos käytät mylife App -sovellusta samanaikaisesti muun valmistajan sovelluksen kanssa tai siirryt käyttämään sitä muun valmistajan sovelluksesta, varmista, että boluslaskimen asetukset ovat ajantasaisia ja yhdenmukaisia lääkärisi tai diabeteshoitajasi suositusten kanssa.

- ⚠ Kun älypuhelimien kellonaika tai aikavyöhyke muutetaan manuaalisesti tai automaattisesti niin, että älypuhelimien ja mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun välille muodostuu aikaero, mylife™ App -sovellus ei pysty laskemaan aktiivista insuliinia. Tässä tapauksessa aktiivinen insuliini on laskettava manuaalisesti ja huomioitava boluksen annostelussa silloin, kun kellonaikaa ei ole vielä muutettu mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa.
- ⚠ Jos käytät tällä hetkellä mylife™ App -sovellusta ilman Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan järjestelmää (CGM) (Dexcom G6 tai G6) tai käytät tällä hetkellä Dexcom G6 -järjestelmää G6-sovelluksen kanssa, on kuitenkin hyvin tärkeää, että luet tämän käyttöoppaan kaikki ohjeet, ennen kuin aloitat mylife™ App -sovelluksen käytön liitetyn Dexcom G6 -järjestelmän kanssa.
- ⚠ Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmän: Älä käytä jatkuvan glukoosinseurannan arvoja bolusten laskemiseen, ennen kuin olet keskustellut terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. Vain terveydenhuollon ammattilainen voi määrittellä jatkuvan glukoosinseurannan asetukset sekä sen, miten voit parhaiten hallita diabeteksen hoitoa anturin trenditietojen avulla. Väärät asetukset voivat johtaa liian suureen tai liian pieneen insuliiniannokseen. Sen seurauksena voi olla liian matala verensokeri (hypoglykemia) tai liian korkea verensokeri (hyperglykemia).

**⚠VAROITUS**

**VAROITUS** ilmaisee vaarallisen tilanteen, joka voi johtaa kuolemaan tai vakavaan vammaan, jos sitä ei vältetä.

**⚠️ HUOMIO**

⚠️ Joissakin paikoissa (esimerkiksi sairaaloiden tietyillä alueilla tai lentokoneessa) älypuhelimien käyttäminen ei ole sallittua eikä mylife™ App -sovellusta voi sen vuoksi käyttää synkronisointiin tai boluksen laskemiseen. Varmista, että pystyt aina laskemaan bolusannoksen myös käsin.

**Tärkeitä tietoja**

Jos käytät Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan (CGM) järjestelmää, joka on yhdistetty Bluetooth®-liitännän kautta mylife™ App -sovellukseen, katso kohdasta 4.1 lisätietoa Dexcom G6 -järjestelmää koskevista varoituksista, varotoimenpiteistä, käyttötarkoituksesta, käyttöaiheista ja vasta-aiheista.

Katso myös käytettävissä olevat Dexcom G6 -tuoteohjeet osoitteessa [www.dexcom.com/downloadsandguides](http://www.dexcom.com/downloadsandguides).

**⚠️ HUOMIO**

**HUOMIO** ilmaisee vaarallisen tilanteen, joka voi johtaa lievään tai kohtalaiseen vammaan, jos sitä ei vältetä.



## 1 mylife™ App -sovelluksen yleinen esittely

### 1.1 Käyttötarkoitus

Lääkinnällinen laite on itsenäinen diabeteksen hoidonhallinnan ohjelmisto. Ohjelmisto pystyy lukemaan tietoja terveyslaitteista, mutta tietoja voidaan syöttää myös käsin. Ohjelmiston tilastojen ja kaavioiden arviointitoiminnot tukevat diabeteshoidon seurantaa ja mahdollistavat siten paremmat hoitopäätökset. Lääkinnällinen laite on tarkoitettu diabetesta sairastavien henkilöiden ja/tai heidän hoitajiensa käyttöön.

### 1.2 Suunniteltu käyttö ja indikaatio

mylife™ App on älypuheliiniin tarkoitettu sovellus, jolla voidaan merkitä päiväkirjaan hoitotietoja ja laskea bolusehdotuksia annostelua varten. Lisäksi sillä voidaan lukea mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja yhdistettävien laitteiden, kuten mylife™ Unio™ Neva- / mylife™ Unio™ Cara- / mylife Aveo™ -verensokerimittarien sekä Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan järjestelmän tietoja niiden Bluetooth®-liitäntöjen kautta. mylife™ App -sovellus pystyy käynnistämään boluksia mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa (tietyt insuliinipumppumallit). Päiväkirjaan merkittyyä hoitotietoja, kuten hiilihydraattiarvioita, verensokerimittauksia ja reaaliaikaisia Dexcom G6 -järjestelmän jatkuvan glukoosinseurannan tietoja voidaan käyttää hoitoa koskevissa päätöksissä mylife™ App -sovelluksen avulla. Liitetyn Dexcom G6 -järjestelmän kanssa käytettynä mylife™ App -sovellusta voidaan käyttää hoitopäätösten tukena ilman sormenpäämittausten avulla saatuja verensokeriarvoja (kuten Dexcom G6 -järjestelmässä). Sovellus sisältää useita eri toimintoja, kuten tietojen manuaalisen syötön lokikirjaan, tilastotiedot, kaavioesitykset, raportointitoiminnot sekä useiden käyttäjäprofiilien hallinnan. mylife™ App -sovellus mahdollistaa tietojen synkronisoinnin mylife™ Cloud -sovelluksen tietojen kanssa edellyttäen, että vastaava verkkokäyttäjätili on luotu. Lisäksi – liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää käytettäessä – voidaan sen avulla siirtää jatkuvan glukoosinseurannan tiedot Dexcom Clarity -ohjelmistoon.

mylife™ App on tarkoitettu kaikkien diabetestyyppien hoitoon ja seuraaville hoitomuodoille: insuliinipumppuhoito (jatkuva ihonalainen insuliini-infuusio CSII) ja monipistoshoido insuliinikynällä (intensiivinen perinteinen insuliinihoito ICT/MDI). Diabeetikoiden tai heidän hoitajiensa on pystyttävä tulkitsemaan mylife™ App -sovelluksen tietoja sekä toimimaan niiden mukaisesti. Boluslaskin on tarkoitettu ainoastaan käyttöön nopeasti vaikuttavan insuliinin kanssa.

### 1.3 Vasta-aiheet

Vasta-aiheilla kuvataan lääketieteellisiä tilanteita, joissa mylife™ App -sovelluksen käyttäminen lääkinällisenä laitteena ei ole sallittua. Keskustele tällaisista tilanteista terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, jos ne huolettavat sinua.

Boluslaskinta ei saa käyttää seuraavissa tapauksissa:

- Kaikki hoidot, joissa käytetään sekoiteinsuliinia tai NPH-insuliinia.
- Perusinsuliinituettu oraalihoito (BOT) GLP-1-reseptoriagonistien kanssa tai ilman niitä
- Täydentävä insuliinihoito ennen aterioita annettavilla pistoksilla ilman perusinsuliinia
- Sovelluksen käyttäminen liitetyn Dexcom G6 -järjestelmän kanssa dialyysipotilailla tai vakavasti sairailta henkilöillä sekä käytettäessä hydroksiureaa.

Sovelluksen lokikirjan, tietojen syöttämisen, tilastotietojen ja PDF-/CSV-raportointitoimintojen käytölle ei ole vasta-aiheita.

### 1.4 Käyttäjät

mylife™ App -sovellus on tarkoitettu diabetesta sairastavien henkilöiden ja/tai heidän hoitajiensa käyttöön. Vähintään 14-vuotiaiden alaikäisten tulee keskustella mylife™ App -sovelluksen käytöstä huoltajiensa ja hoitavan lääkärin kanssa. Huoltajan tulee tukea alle 14-vuotiaita alaikäisiä mylife™ App -sovelluksen käytössä. Tämä koskee myös holhouksenalaisia henkilöitä. Hoitajien on oltava vähintään 18-vuotiaita.

### 1.5 Kieliversiot

mylife™ App -sovellus on saatavana useina eri kielivaihtoehtoina. Kielet voidaan määrittellä sivuvalikossa ☰ kohdassa Asetukset ⚙️ → Yleiset asetukset.

## 1.6 Suositukset

Käyttäjää kehoitetaan aina varmistamaan mylife™ App -asennuksen ajanmukaisuus sekä hankkimaan uusin päivitys Apple App Store- tai Google Play Store -sovelluskaupasta. Sovellus ilmoittaa käyttäjälle uudesta saatavilla olevasta päivityksestä ponnahdusikkunan avulla. Tämän jälkeen käyttäjä voi ladata ja asentaa päivityksen omasta sovelluskaupastaan.

Teknisten toimintahäiriöiden ilmetessä on usein aiheellista sammuttaa sovellus ja käynnistää se uudelleen ja/tai sammuttaa älypuhelin ja käynnistää se uudelleen. Kun poistat sovelluksen älypuhelimestasi aikoessasi asentaa sen uudelleen, varmista aina, että olet ottanut hoitotiedoistasi varmuuskopion (esim. mylife™ Cloud -palveluun).

## 1.7 Toimenpiteet vakavassa tilanteessa

### **Tärkeä huomautus koskien käyttöä terveyteen liittyvissä asiayhteyksissä**

mylife™ App -sovellus on lääkinällinen laite, ja se on kehitetty EU:n lääkintälaitteasetuksen 2017/745 mukaisesti. mylife™ App -sovellus ei kuitenkaan millään tavalla korvaa lääketieteellistä apua tai hoitoa. Kaikista hoitoon liittyvistä muutoksista (esim. insuliini/hiilihydraattisuhde, herkkyys tai insuliinitoiminnan kesto) on sovittava lääkärin kanssa. SINOVO health solutions GmbH ei vastaa terveyteen liittyvistä komplikaatioista, jotka saattavat aiheutua sopimattomasta hoidosta tai vääristä hoitoasetuksista sovelluksessa (esim. sopimattomasta insuliiniannoksesta). Jos mylife™ App -sovellus antaa hoitoon liittyviä ehdotuksia (esim. bolusta koskevia ehdotuksia), ne eivät ole sitovia ja niiden sopivuus on aina tarkastettava.

Kun ohjelmistoa käytetään lääketieteelliseen käyttötarkoitukseen ja erityisesti diagnostiikkaan tai terveydentilan seurantaan, sovelluksen suorittaman arvioinnin lisäksi suositellaan lisädokumentointia tai tietojen säännöllistä varmuuskopiointia mylife™ Cloud -pilvipalveluun. Siten vältetään tietojen menettäminen peruuttamattomasti ja varmistetaan, että seuranta on mahdollista muilla menetelmillä.

Ilmoita SINOVO health solutions GmbH:lle, paikalliselle Ypsomed-jälleenmyyjälle ja paikalliselle terveystoimintayksikölle mahdollisista vakavista terveydelle aiheutuneista haitoista (kuten vakava vamma tai joutuminen sairaalahoitoon) ja/tai mylife™ App -sovelluksen toimintahäiriöistä. Ilmoita lisäksi paikalliselle Dexcom-edustajalle mahdollisista vakavista terveydelle aiheutuneista haitoista ja/tai Dexcom G6 jatkuvan glukoosin seurannan järjestelmän toimintahäiriöistä.

### 1.8 Suorituskykyyn liittyvät ominaisuudet

Tarkista mylife™ App -sovelluksen boluslaskimen suorituskykyyn liittyvät tiedot kohdista 2.5 Boluslaskimen asetukset, 5.1, 5.2. ja 5.3, Johdannosta ja boluslaskimen käytöstä sekä kohdasta 11 Huomautuksia terveydenhuollon ammattilaisille.

### 1.9 Järjestelmävaatimukset / yhteensopivat laitteet

mylife™ App -sovellusta voidaan käyttää erilaisissa älypuhelimissa. Tuetut laitteet ja käyttöjärjestelmät käyvät ilmi Google Play Store- ja Apple App Store -sovelluskauppojen tuotekuvauksista. Yhteensopivuus mobiilikäyttöjärjestelmien kanssa:

- Android-versio 7.1–14.0
- Bluetooth® Low Energy (V4.0) – Android-laitteille
- iOS-versio 14.0–17.5
- watchOS-versio 6.0–9.6.3

Päivitetty yleiskuva yhteensopivuuksista käyttöjärjestelmäversioiden, älypuhelimien ja puettavien laitteiden kanssa on osoitteessa [www.mylife-diabetescare.com/compatibility](http://www.mylife-diabetescare.com/compatibility).

mylife™ App -sovellusta ei saa käyttää älypuhelimissa, jotka on hakkeroitu avoimiksi (ns. "jailbreak"), eikä rootatuissa ("rooted") laitteissa. Tällaiset toimenpiteet voivat vaarantaa Bluetooth®-viestinnän salauksen.

**Bluetooth®:** Bluetooth®-yhteys vaaditaan yhteydenmuodostamiseen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tai yhteensopivan mylife™ Diabetescare mylife™ Unio™ Neva, mylife™ Unio™ Cara, mylife Aveo™ -verensokerimittarin sekä Dexcom G6 -järjestelmän kanssa. Toisessa tai kummassakin mobiilijärjestelmässä (Android tai iOS) saatetaan Bluetooth®-tiedonsiirtoa varten vaatia joitakin yleisiä ja/tai sovelluskohtaisia suostumuksia, kuten esim. aktivoitu "Paikalliset palvelut".

Jotta voit käyttää mylife™ Dose -toimintoa boluksen etäannosteluun, sinulla on oltava yhteensopiva mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun versio ja vähintään mylife App -sovelluksen versio 2.0.0. Mikäli sinulla on kysymyksiä, ota yhteyttä paikalliseen mylife™ Diabetescare -edustajaan.

**WLAN/GSM:** Synkronisointiin mylife™ Cloud -palvelun kanssa sekä glukoositietojen siirtämiseen Dexcom Clarity -ohjelmistoon vaaditaan WLAN- tai GSM-yhteys. Huomioi, että liitetyn G6-järjestelmän käyttöön vaaditaan Dexcom-tili.

### 1.10 Tietosuoja

Tietojesi turvallisuus on meille erittäin tärkeää. mylife™ App on lääkinällinen laite, ja se täyttää korkeat turvallisuutta ja luotettavuutta koskevat vaatimukset. Kaikkia lääketieteellisiä tietoja siirretään sovelluksen ja mylife™ Cloud -palvelun välillä salatussa muodossa, ja tiedot tallennetaan ainoastaan sertifioiduille palvelimille Irlannissa, Isossa-Britanniassa ja Ranskassa. Lisätietoa Dexcom Clarity -ohjelmistossa olevien Dexcom G6 -tietojen tallentamisesta pilvipalveluun on asianomaisissa Dexcom-tiedoissa.

### 1.11 Mahdolliset kliiniset hyödyt

Pitkälle kehitetyt mobiilisovellukset, kuten mylife™ App, voivat tukea diabeetikoita päivittäisessä hoidonhallinnassa. Tällaisilla sovelluksilla tehdyt tutkimukset ovat osoittaneet, että käyttötarkoituksen mukaisesti käytetyt sovellukset saattavat auttaa käyttäjiä saavuttamaan seuraavia hyötyjä:

- Hb<sub>A1c</sub>-arvon aleneminen
- Nopeat insuliiniannosehdotukset boluslaskimella
- Parempi lääkehoitoon sitoutuminen
- Parempi verensokerin itsehallinta ja seuranta
- Annoksen laskentavirheiden välttäminen
- Pienempi hypoglykemian pelko ja parempi hyvinvointi

## 1.12 Jäännösriskit

Kaikkien lääkinällisten laitteiden tavoin myös mylife™ App -sovelluksen käyttöön liittyy riskejä. Monet niistä ovat yleisesti insuliinihoitoon liittyviä riskejä. mylife™ App -sovelluksen turvallisen käytön takaamiseksi on tärkeää lukea käyttöopas ja noudattaa käyttöohjeita. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa näiden riskien mahdollisista vaikutuksista sinuun.

mylife™ App -sovelluksen tai sen boluslaskimen käytöstä mahdollisesti aiheutuvia riskejä ovat mm.:

- Matala verensokeri (mahdollinen vakava hypoglykemia) insuliinin liika-annostelun seurauksena, syitä voivat olla esim. hiilihydraattien määrän yliarvioiminen, virheelliset kirjaukset, väärät asetukset, vaikuttavien tekijöiden (esim. sairaus, jatkuvan glukoosinseurannan trenditiedot) huomiotta jättäminen ja käyttövirheet (bolusehdotusten väärä tulkinta tai noudattamatta jättäminen).
- Korkea verensokeri (mahdollinen hyperglykemia) insuliinin liian vähäisestä annostelusta johtuen, syitä voivat olla esim. hiilihydraattien määrän aliarvioiminen, virheelliset kirjaukset, väärät asetukset, vaikuttavien tekijöiden (esim. sairaus, jatkuvan glukoosinseurannan trenditiedot) huomiotta jättäminen ja käyttövirheet (bolusehdotusten väärä tulkinta tai noudattamatta jättäminen).

Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ennen mylife™ App -sovelluksen boluslaskimen käyttöönottoa. Vain terveydenhuollon ammattilainen voi määrittellä ja auttaa sinua määrittämään ja/tai säätämään insuliini-hiilihydraatti-suhteen (-suhteet), herkkyuden (herkkyydet), tavoiteverensokerin (-verensokerit), jatkuvan glukoosinseurannan trenditiedot, aktiivisen insuliinin käyttämisen ja insuliinin vaikutuksen keston.



mylife™ App -sovellusta voidaan käyttää liitetyn Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan (CGM) järjestelmän kanssa tai ilman sitä. Noudata seuraavia ohjeita ja – yksilöllisestä tilanteestasi riippuen – lue mylife™ App -sovelluksen asettamista ja käyttämistä koskevat tiedot.

- mylife™ App -sovelluksen asettaminen (kaikille käyttäjille) → mene sivulle 13.
- mylife™ App -sovelluksen käyttäminen ilman liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää → mene sivulle 20.
- mylife™ App -sovelluksen käyttäminen liitetyn Dexcom G6 -järjestelmän kanssa → mene sivulle 25.



## 2 mylife™ App -sovelluksen käyttöönotto

Kun käynnistät mylife™ App -sovelluksen ja aloitat uuden profiilin luomisen, sinut ohjataan asetusapuohjelmassa asetusten läpi. Jos haluat myöhemmin täydentää tai muuttaa asetuksia, voit tehdä sen sivuvalikon ☰ kohdassa Asetukset ⚙️. Muutokset astuvat voimaan vasta vahvistettuasi ne painamalla tallennussymbolia ✓. Huomioi, että tähdellä (\*) merkittyjen asetusten täyttäminen on pakollista.

Kohdassa 9 Laitehallinta on lisätietoa yhteyden muodostamisesta laitteisiin, kuten mylife™ YpsoPump®, Dexcom G6 tai yhteensopiviin verensokerimittareihin, sekä laitteiden asettamisesta.

### 2.1 Profiilivaihtoehdot

Jotta voit käyttää mylife™ App -sovellusta, sinun on ensin luotava profiili. mylife™ App -profiili voidaan luoda mylife™ Cloud -käyttäjätilin kanssa tai ilman sitä. mylife™ Cloud -palvelua käytetään tietojen tallennusta ja siirtoa varten; se ei tue ehdotetun boluksen laskentaa. Jos käytät mylife™ Cloud -käyttäjätiliäsi, mylife™ App -sovelluksen sisältämät tiedot synkronoidaan mylife™ Cloud -käyttäjätilisi kanssa. Jos et yhdistä mylife™ App -sovellusta mylife™ Cloud -käyttäjätilin kanssa, tietosi tallennetaan paikallisesti älypuhelimessesi etkä pysty käyttämään tietoja muualta käsin.

#### ■ Jatka ilman käyttäjätiliä

Noudata mylife™ App -asetusapuohjelman ohjeita ilman mylife™ Cloud -käyttäjätilin luomista. Jos muutat mielesi myöhemmin, voit kirjautua sisään mylife™ Cloud -tilille valitsemalla Asetukset ⚙️ → Henkilötiedot.

#### ■ Luo tili

Luo uusi mylife™ Cloud -käyttäjätili ja käynnistä mylife™ App -sovellus uuden mylife™ Cloud -käyttäjätilin kanssa.

#### ■ Kirjaudu sisään olemassa olevalle tilille

Ota mylife™ App -sovellus käyttöön mylife™ Cloud -käyttäjätilisi kanssa.

Katso lisätietoa kohdasta 8. Profiilit ja käyttäjätilit.

## 2.2 Yleiset asetukset

Aseta haluamasi kieli. Lisäksi voit valita verensokerin (glukoosin) näyttöyksikön. Voit valita yksiköksi mg/dL tai mmol/L.



mylife™ App -sovellusta voidaan käyttää liitetyn Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan (CGM) järjestelmän kanssa tai ilman sitä sekä verensokerimittarien rinnalla. Dexcom G6 -anturi mittaa glukoosin kudospääläimästä, ja verensokerimittarit mittaavat verensokerin verestä. "Glukoosi"-käsitettä käytetään ainoastaan G6-järjestelmän yhteydessä. "Verensokerilla/glukoosilla" viitataan sekä G6-järjestelmään että verensokerimittareihin. "Verensokeri"-käsitteellä tarkoitetaan ainoastaan kohdennettuja mittauksia verensokerimittareilla.

## 2.3 Henkilötiedot

Syötä henkilötietosi tai muuta niitä: etu- ja sukunimi, avatar-kuva (profiilikuva), sähköpostiosoite, sukupuoli, syntymäaika, asuinmaa ja käyttöohjeen kieli. Huomioi, että valittua maata ei voida enää muuttaa, jos liität sovelluksen mylife™ Cloud -tiliin.

Voit myös luoda uuden mylife™ App -käyttäjäprofiilin tai poistaa aiemmin luodun profiilin. Lisäksi voit muodostaa yhteyden mylife™ Cloud -käyttäjätiliin tai luoda uuden mylife™ Cloud -käyttäjätilin.

## 2.4 Hoitoasetukset

Konfiguroi tässä hoitomuotosi (insuliinipumppu- tai insuliinikynätilä). Aseta verensokerin/ glukoosin tavoitealue ("tavoitealue") sekä hyperglykemian ja hypoglykemian raja-arvot. Voit myös jakaa hoitotietosi valittujen terveydenhoitosovellusten kanssa.



- Tavoitealuetta sekä hyper-/hypoglykemian raja-arvoja käytetään verensokerin/ glukoosin sekä insuliinitilastojen laadintaan ja tulkintaan. Suosittelemme, että nämä asetukset valitaan ja säännöllisesti tarkastetaan lääkärin kanssa.
- Liitetyn Dexcom G6 -järjestelmän käyttäjät: Huomioi, että "G6-tavoitealue"-asetukset poikkeavat edellä mainituista "tavoitealue"-asetuksista. G6-tavoitealue määritellään G6-järjestelmän Korkea- ja Matala-glukoosihälytystasoilla. Katso lisätietoa kohdista 4.2 ja 4.3.
- Huomioi myös, että verensokerin/glukoosin tavoitearvolle on erilliset asetukset boluslaskimen asetuksissa (katso kohta 2.5).

### Oletusarvot:

- Tavoitealueen alaraja: 70 mg/dL (3,9 mmol/L)
- Tavoitealueen yläraja: 180 mg/dL (10,0 mmol/L)
- Hyper yli: 180 mg/dL (10,0 mmol/L)
- Hypo alle: 70 mg/dL (3,9 mmol/L)

### Hyväksytyt alueet:

- Tavoitealueen rajat: 60–300 mg/dL (3,3–16,6 mmol/L)
- Hyper: 160–300 mg/dL (8,9–16,6 mmol/L)
- Hypo: 50–90 mg/dL (2,8–5,0 mmol/L)

Sovellus kehottaa asetusapuohjelman käytön aikana ja hoitoasetusten tallennuksen jälkeen muodostamaan yhteyden mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppuun, tuettuun verensokerimittariin ja/tai Dexcom G6 -järjestelmään Bluetooth®-yhteyden kautta. Katso kohdasta 9 Laittehallinta lisätietoa Bluetooth®-yhteyden muodostamisesta yhteensopivien laitteiden kanssa.

## 2.5 Boluslaskimen asetukset

### VAROITUS

⚠ Näillä asetuksilla määritetään, miten boluslaskin laskee ehdotetun boluksen. Sen vuoksi on erittäin tärkeää, että nämä asetukset ovat oikein. Älä valitse mitään asetuksia keskustelematta niistä ensin lääkärisi tai diabeteshoitajasi kanssa. Varmista, että koulutettu terveydenhuollon ammattilainen, jolla on kokemusta diabeteksen hoidosta, valvoo boluslaskimen käyttöönottoa ja ohjelmointia. Varmista myös, että käytät boluslaskinta vain nopeavaikutteisella insuliinilla. Laskinta ei saa missään tapauksessa käyttää pitkävaikutteisella insuliinilla tai sekoiteinsuliinilla.

Insuliinipumpun käyttäjien on muodostettava yhteys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä, jotta boluslaskinta voidaan käyttää. Insuliinikynän käyttäjillä tämä ei ole tarpeen.

Boluslaskimen voi ottaa käyttöön ja pois käytöstä boluslaskimen asetuksissa. Jotta boluslaskinta voidaan käyttää, on ensin määriteltävä kaikki seuraavassa mainitut asetukset:

### Laskennassa käytettävä verensokerin/glukoosin minimiarvo

Tässä määritetään boluksen laskemiseen käytettävä verensokeri-/glukoosiarvon minimiraja. Jos syötät pienemmän senhetkisen verensokeri-/glukoosiarvon, boluslaskin ilmoittaa sinulle senhetkisen verensokerin/glukoosin olevan liian alhainen ehdotetun boluksen laskemista varten.

- Lisäysväli: 1 mg/dL (0,1 mmol/L)
- Hyväksytyt vaihteluvälit: 50–70 mg/dL (2,8–3,9 mmol/L)
- Oletusarvo: Ei oletusarvoa

### Korkein bolusehdotus

Tässä määritetään, kuinka korkea laskennan korkein bolusehdotus saa olla insuliiniyksikköinä. Jos laskettu ehdotus on korkeampi kuin tämä asetusta, käyttäjä saa asianmukaisen ilmoituksen, joka on kuitattava painamalla OK.

- Lisäysväli: 0,5 U
- Hyväksytyt vaihteluvälit: 0,5–30,0 U
- Oletusarvo: 10,0 U

### Verensokerin/glukoosin tavoitearvo

Syötä tässä verensokerin/glukoosin korjauksen tavoitearvo. Boluslaskin korjaa korkean tai matalan verensokerin/glukoosin tähän arvoon. Tämän arvon ylittävät verensokeri-/glukoosiarvot johtavat (positiiviseen) korjausannokseen. Tavoitearvon alittava verensokeri-/glukoosiarvo johtaa negatiiviseen korjausannokseen, jota käytetään aina ehdotetun annoksen pienentämiseen.

Jos päivän kuluessa tarvitaan erilaisia tavoitearvoja, ne voidaan määritellä vastaavissa aikasegmenteissä 30 minuutin välein. Verensokerin/glukoosin tavoitearvoille voidaan määrittää enintään 8 aikasegmenttiä.

- Lisäsvälit: 1 mg/dL (0,1 mmol/L)
- Hyväksytyt vaihteluvälit: 70–200 mg/dL (3,9–11,1 mmol/L)
- Oletusarvo: Ei oletusarvoa

Kun olet syöttänyt kaikki verensokerin/glukoosin tavoitearvot, vahvista ne painamalla tallennussymbolia ✓.

### Herkkyys

Syötä tähän herkkyys (esim.: jos 1 yksikkö insuliinia alentaa verensokeriasi/glukoosiasi 36 mg/dL tai 2 mmol/L, herkkyys on 36 tai 2). Boluslaskin laskee korjausannoksen verensokerin/glukoosin tavoitearvon ja herkkyuden perusteella.

Jos päivän kuluessa tarvitaan erilaisia herkkyksiä, ne voidaan määritellä vastaavissa aikasegmenteissä 30 minuutin välein. Voit asettaa enintään 8 eri herkkyyttä.

- Lisäsvälit: 1 mg/dL/U (0,1 mmol/L/U)
- Hyväksytyt vaihteluvälit: 2–400 mg/dL/U (0,1–22,2 mmol/L/U)
- Oletusarvo: Ei oletusarvoa

Kun olet syöttänyt kaikki herkkyudet, vahvista ne painamalla tallennussymbolia ✓.

### Insuliini/hiilihydraatti-suhde

Insuliini/hiilihydraatti-suhteella (IH-suhde) määritetään, kuinka monta grammaa hiilihydraatteja yhdellä insuliiniyksiköllä voidaan kompensoida. Jos päivän kuluessa tarvitaan erilaisia insuliini/hiilihydraatti-suhteita, ne voidaan määritellä vastaavissa aikasegmenteissä 30 minuutin välein. Määrittää voidaan enintään 8 IH-suhdetta.

- Lisäsvälit:
  - 1–9,9 g hiilihydraattia/U: Lisäsväli 0,1 g
  - 10–20 g hiilihydraattia/U: Lisäsväli 0,5 g
  - 21–99 g hiilihydraattia/U: Lisäsväli 1 g
  - 100–150 g hiilihydraattia/U: Lisäsväli 10 g
- Hyväksytty vaihteluväli: 1–150 g hiilihydraattia/U
- Oletusarvo: Ei oletusarvoa

Kun olet syöttänyt kaikki insuliini/hiilihydraatti-suhteen tavoitearvot, vahvista ne painamalla tallennussymbolia ✓.

### Aktiivisen insuliinin käyttäminen

Tällä asetuksella määritetään aktiivisen insuliinin käyttö ehdotettujen bolusten laskennassa. Käytettävissä on kaksi menetelmää. Tällä asetuksella ei ole asetuservoa. Tarkempaa tietoa näistä kahdesta menetelmästä on kohdassa 11 Tietoja terveydenhuollon ammattilaisille.

### Menetelmä 1: Aktiivisen insuliinin vähentäminen korjaus- ja ateriaboluksesta

Aktiivinen insuliini vähennetään korjaus- ja ateriaboluksesta.

**Kaava:** korjausbolus + ateriabolus – aktiivinen insuliini = ehdotettu bolus

### HUOMIO

 Tällä menetelmällä saadaan yleensä pienempi ehdotettu bolus kuin menetelmällä 2. Joissakin arkipäivän tilanteissa saatetaan tarvita enemmän insuliinia.

**Menetelmä 2: Aktiivisen insuliinin vähentäminen ainoastaan korjausboluksesta**

Aktiivinen insuliini vähennetään ainoastaan korjausboluksesta. Sitä ei koskaan vähennetä ateriaboluksesta.

**Kaava:** [korjausinsuliini – säädetty aktiivinen insuliini] + ateriabolus  
= korjausbolus + ateriabolus  
= ehdotettu bolus

**⚠️ HUOMIO**

⚠️ Tällä menetelmällä saadaan yleensä korkeampi ehdotettu bolus kuin menetelmällä 1. Lisähiilihydraatit katetaan täysin. Tähän menetelmään liittyy arkipäivän tilanteissa korkeampi matalan verensokerin riski.

**Insuliinitoiminnan kesto**

Tällä asetuksella määritetään, kuinka kauan pistetty insuliini pysyy aktiivisena kehossasi verensokerin/glukoosin alentamiseksi. Tätä asetusta käytetään aktiivisen insuliinin laskemiseen.

- Asetusväli: 30 min
- Hyväksytty vaihteluväli: 2–8 h
- Oletusarvo: Ei oletusarvoa

**Kaikkien boluslaskimen asetusten viimeistely ja tallennus**

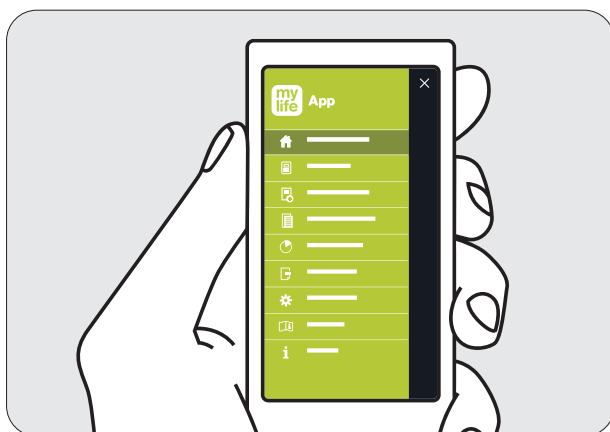
Kun kaikki edellä mainitut boluslaskimen asetukset on määritetty, vahvista ne painamalla tallennussymbolia ✓ mylife™ App -sovelluksen ylärivillä. mylife™ App vahvistaa, että asetukset on tallennettu.



## 3 Valikko ja Viimeiset arvot (aloitusnäyttö)

### 3.1 Valikko

mylife™ App -sovelluksen kaikki käytettävissä olevat toiminnot voidaan valita napsauttamalla sivuvalikossa ☰. Taulukossa 1 näkyy yleiskuva mylife™ App -sovelluksen toiminnoista.





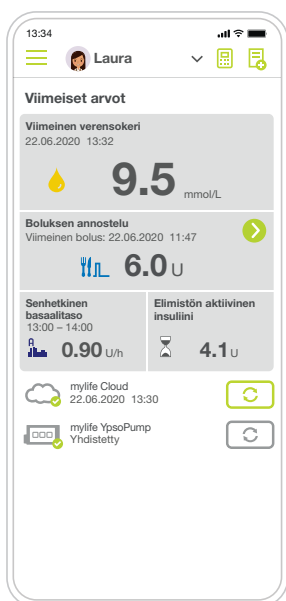
Kuva 1: mylife™ App -sovelluksen valikko

**Taulukko 1: Toimintojen yleiskuva**

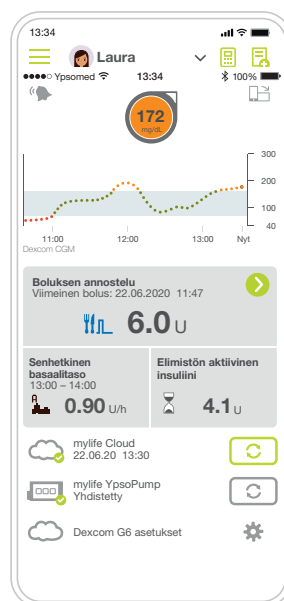
Kuvakkeet	Kuvaus	
	Viimeiset arvot	Aloitussäätöissä nähdään uusimmat verensokerin/glukoosin, boluksen, perusinsuliinin ja aktiivisen insuliinin arvot.
	Boluslaskin	Tästä pääset boluslaskimeen.
	Boluksen annostelu	Tässä voit ohjelmoida etäannosteltavat bolukset mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa (koskee vain käyttäjiä, joilla on yhteensopiva mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppu).
	Tietojen syöttö	Tässä syötetään manuaalisesti päiväkirjassa tai boluksen laskennassa käytettävät arvot.
	Loki	Syötetyt tiedot tallennetaan päiväkirjaan ja voidaan hakea sieltä tarkasteltaviksi.
	Tilastot	Verensokeri-/glukoosiarvojen (verensokeritilastot, vakiopäivä) ja insuliinin kulutuksen tilastojen näyttö.
	Raportit	Tässä luodaan PDF- ja CSV-raportit.
	Asetukset	Tässä voit täydentää tai muuttaa yleisten asetusten, henkilötietojen, hoidon, boluslaskimen ja laitehallinnan asetuksia.
	Käyttöopas	Käyttöopas sisältää kaikki mylife™ App -sovelluksen käyttöön tarvittavat tiedot.
	Tietoja	Valmistajaa koskevia tietoja sekä valmistajan yhteystiedot. Tästä voidaan avata myös lyhyt opastus.

### 3.2 Viimeiset arvot (aloitusnäyttö)

Viimeiset arvot -näytössä nähdään Tietojen syöttö -osio  ja boluslaskimen osio . Lisäksi siinä nähdään olennaiset mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpusta tuodut insuliinitiedot. Viimeiset arvot -näytön yläosassa nähdään joko manuaalisesti syötetyt tai liitetystä verensokerimittarista tuodut verensokeritiedot tai jatkuvan glukoosinseurannan tiedot liitetystä Dexcom G6 -järjestelmästä.









Viimeiset arvot -näyttö ja VS-tiedot



Viimeiset arvot -näyttö ja jatkuvan glukoosinseurannan tiedot














#### Taulukko 2: Viimeiset arvot -näyttö: hoitotietojen kuvaus

##### Kuvakkeet Kuvaus

	Viimeiset arvot
	Viimeinen verensokeri (käyttäjät, jotka eivät käytä liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää): Tässä nähdään viimeinen verensokeriarvo. Jos käytät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää, katso kohdasta 4.2 Viimeiset arvot lisätietoa G6-anturin glukoositietojen näytöstä.
	Verensokeri (VS-tavoitealueen sisällä)
	Verensokeri (VS-tavoitealueen yläpuolella)
	Verensokeri (VS-tavoitealueen alapuolella)
	Aktiivinen insuliini: Tässä nähdään senhetkinen aktiivinen insuliini viimeksi mitattuun bolusannokseen perustuen.

## Taulukko 2: Viimeiset arvot -näyttö: hoitotietojen kuvaus (jatkoa)











### Kuvakkeet Kuvaus

	Viimeinen bolus/käynnissä oleva bolus insuliinipumpun käyttäjille: Tässä nähdään viimeinen bolusannos päivämäärän ja kellonajan kanssa ajan tietojen tuonnin jälkeen tai manuaalisen Tietojen syöttö -osioon sisäänkirjautumisen jälkeen. Käynnissä olevat bolukset ilmaistaan vastaavasti. Bolustyytit jaetaan seuraaviin ryhmiin:
	Vakiobolus
	Jatkettu bolus
	Yhdistelmäbolus
	Vakiobolus (parhaillaan käynnissä), sisältää ohjelmoidun insuliiniannoksen
	Jatkettu bolus (käynnissä oleva), käsittää <ul style="list-style-type: none"> <li>● ohjelmoidun kokonaisinsuliiniannoksen</li> <li>● jäljellä olevan, vielä annosteltavan insuliiniannoksen</li> <li>● jäljellä olevan annosteluajan</li> </ul>
	Yhdistelmäbolus (käynnissä oleva), käsittää <ul style="list-style-type: none"> <li>● ohjelmoidun kokonaisinsuliiniannoksen</li> <li>● jäljellä olevan, vielä annosteltavan insuliiniannoksen</li> <li>● jäljellä olevan annosteluajan</li> </ul>
	Tätä painiketta napsauttamalla avaat boluksen annostelunäytön, jossa voit ohjelmoida etäannosteltavan boluksen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa (käytettävissä vain, kun yhteensopiva insuliinipumpumalli on liitetty).
	Bolus insuliinikynän tai -pumpun käyttäjille lisäinsuliinikynässä tai -pumpussa, päiväkirjan viimeisiin taltioituihin tietoihin perustuen.
	Perusinsuliini (insuliinikynän käyttäjät): Tässä nähdään viimeksi annettu perusinsuliini päiväkirjasta.
	Senhetkinen perusinsuliinitaso: Tässä nähdään perusinsuliinitaso ja valittu perusinsuliinitason profiili (A tai B) viimeisen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tietojen tuontikerran ajankohtana. Senhetkisen perusinsuliinitason voi näyttää täyden tunnin jäljellä olevalle osuudelle. Tämän tunnin kuluttua on mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tiedot tuotava uudelleen, jotta senhetkisen perusinsuliinitason voi näyttää. Muodosta yhteys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä, jotta tämä voidaan tehdä automaattisesti.
	Senhetkinen perusinsuliinitaso väliaikaisella säädöllä: Tässä nähdään perusinsuliinitaso viimeisen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tietojen tuontikerran ajankohtana. Se ilmaisee valitun perusinsuliinitason profiilin (A tai B), ja %-symboli ilmaisee perusinsuliinitason väliaikaisen säädön. Senhetkisen perusinsuliinitason voi näyttää täyden tunnin jäljellä olevalle osuudelle. Tämän tunnin kuluttua on mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tiedot tuotava uudelleen, jotta senhetkisen perusinsuliinitason voi näyttää. Muodosta yhteys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä, jotta tämä voidaan tehdä automaattisesti.
	Ei senhetkistä arvoa: Ilmaisee, että mylife™ App -sovelluksessa ei ole sillä hetkellä arvoa kyseisille hoitotiedoille (esim. aktiivinen insuliini).

Viimeiset arvot -näytön alaosassa mylife™ App näyttää mylife™ Cloud -palvelun sekä siihen yhdistettyjen verensokerimittarien yhteystilan. Jos käytät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää, näytössä näkyy Dexcom G6 -asetusten pikakuvake.

### Taulukko 3: Viimeiset arvot -näyttö – yhdistettyjen laitteiden tila

#### Kuvakkeet Kuvaus

	Viimeiset arvot
	<p>mylife™ Cloud</p> <p>Tässä nähdään yhteys ja synkronisointi mylife™ App -sovelluksen ja mylife™ Cloud -palvelun välillä. Tilatyypit jaetaan seuraaviin ryhmiin:</p>
	Jos olet muodostanut yhteyden pilvipalvelun käyttäjätiliin, näytössä näkyy vihreä hakanen. Näytössä näkyy myös viimeisen onnistuneen synkronisoinnin päivämäärä ja kellonaika.
	Jos et ole muodostanut yhteyttä pilvipalvelun käyttäjätiliin, näytössä näkyy oranssi kysymysmerkki.
	Tämä painike mahdollistaa synkronisoinnin käynnistämisen manuaalisesti.
	<p>mylife™ YpsoPump®</p> <p>Tässä nähdään yhteys ja synkronisointi mylife™ App -sovelluksen ja mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun välillä. Jos et ole vielä muodostanut yhteyttä mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppuun, mikään alla olevista kuvakkeista ei näy näytössä. Tilatyypit jaetaan seuraaviin ryhmiin:</p>
	Jos mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välinen Bluetooth®-yhteys on aktiivinen, näytössä näkyy vihreä hakanen.
	Jos mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välinen Bluetooth®-yhteys ei ole aktiivinen, näytössä näkyy oranssi kysymysmerkki.
	Jos yhteys ei ole aktiivinen, tällä painikkeella voidaan manuaalisesti käynnistää Bluetooth®-toiminnon haku mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppuun yhdistämistä varten. Kun toiminto on löytynyt ja yhteys on muodostettu, mylife™ App -sovellus tuo uusimmat tiedot mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpusta.
	Jos mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välinen Bluetooth®-yhteys on aktiivinen, tämä painike näkyy harmaana ja on deaktivoitu.

**Taulukko 3: Viimeiset arvot -näyttö – yhdistettyjen laitteiden tila (jatkoa)****Kuvakkeet Kuvaus**

mylife™ Unio™ Neva / mylife™ Unio™ Cara / mylife Aveo™

Tässä nähdään yhteys ja synkronisointi mylife™ App -sovelluksen ja yhdistettyjen verensokerimittarien välillä. Jos et ole vielä muodostanut yhteyttä verensokerimittariin, mikään alla olevista kuvakkeista ei näy näytössä. Tilatyypit jaetaan seuraaviin ryhmiin:



Jos verensokerimittarin ja mylife™ App -sovelluksen välinen Bluetooth®-yhteys on aktiivinen, näytössä näkyy vihreä hakanen.



Jos verensokerimittarin ja mylife™ App -sovelluksen välinen Bluetooth®-yhteys ei ole aktiivinen, näytössä näkyy oranssi kysymysmerkki.



Jos yhteys ei ole aktiivinen, tällä painikkeella voidaan manuaalisesti käynnistää Bluetooth®-toiminnon haku verensokerimittariin yhdistämistä varten. Kun toiminto on löytynyt ja yhteys on muodostettu, mylife™ App -sovellus tuo uusimmat tiedot verensokerimittarista.



Jos verensokerimittarin ja mylife™ App -sovelluksen välinen Bluetooth®-yhteys on aktiivinen, tämä painike näkyy harmaana ja on deaktivoitu.



Dexcom G6 -järjestelmän asetukset



Kuvaketta napauttamalla näet Dexcom G6 -järjestelmän asetukset.




## 4 mylife™ App -sovelluksen käyttäminen Dexcom G6 -järjestelmän kanssa

Aseta G6-järjestelmä kohdassa 9.3 Dexcom G6 -järjestelmän asettaminen annettujen ohjeiden mukaisesti.



Seuraavat kohdan 4 ohjeet perustuvat pääosin saatavilla oleviin Dexcom G6 -tuoteohjeisiin Dexcomin "Aloita tästä" -oppaassa ja "G6-järjestelmän käyttäminen"-ohjeissa.

### **VAROITUS**

 Lisätietoa Dexcom G6 -asettimesta ja sen turvallisesta käytöstä, anturin asettamisesta, lähettimen ja vastaanottimen kiinnittämisestä on edellä mainituissa Dexcom G6 -tuotetiedoissa osoitteessa [www.dexcom.com/downloadsandguides](http://www.dexcom.com/downloadsandguides).

## 4.1 Dexcom G6 -järjestelmän turvallisuusilmoitukset

### Käyttöaiheet

Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan järjestelmä (Dexcom G6 -järjestelmä tai G6) on glukoositason jatkuvaan valvontaan tarkoitettu seurantajärjestelmä. Järjestelmä soveltuu yli kaksivuotiaille henkilöille, ja sitä voidaan käyttää myös raskauden aikana. Dexcom G6 -järjestelmä on suunniteltu korvaamaan hoitopäätösten tukena käytettävien sormenpäipistoilla tapahtuvan glukoosiarvojen mittaamisen.


Dexcom G6 -järjestelmän tulosten tulkinnan pitäisi perustua glukoositrendeihin ja useisiin peräkkäisiin lukemiin. Dexcom G6 -järjestelmä auttaa myös havaitsemaan korkeiden ja matalien verensokeriarvojen jaksot, mikä helpottaa sekä hetkellisten että pitkäkestoisten hoitosäätöjen tekemistä.

Dexcom G6 -järjestelmä on tarkoitettu potilaiden käyttöön kotona ja hoitolaitoksissa.

### Tärkeitä käyttäjätietoja





Käy tuotteen ohjeet läpi ennen G6-järjestelmän käyttämistä. Käyttöaiheet, vasta-aiheet, varoitukset, varotoimet sekä muita tärkeitä käyttäjätietoja löytyy G6-järjestelmän mukana tulevista ohjeista. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa siitä, miten voit käyttää G6-järjestelmän näyttämiä tietoja diabeteksesi hoitamiseen. Tuotteen ohjeet sisältävät tärkeitä tietoja G6-järjestelmän vianmäärityksestä sekä järjestelmän suorituskykyominaisuuksista.

## Vasta-aihe

- Ei MK:n, TT:n tai diatermian kanssa – ei MK-turvallinen 

Älä käytä jatkuvan glukoosinseurannan järjestelmää (anturia, lähetintä, vastaanotinta tai älylaitetta) magneettikuvauksen (MK), tietokonetomografian (TT) tai korkeataajuisen sähkölämpöhoidon (diatermian) aikana. G6-järjestelmää ei ole testattu näissä tilanteissa. Magneettikentät ja lämpö voivat vahingoittaa G6-järjestelmän osia, mikä voi saada sen näyttämään epätarkkoja G6-anturin glukoosiarvoja (G6-lukemia) tai estää varoitukset. Ilman G6-lukemia tai hälytys-/varoitustilastoja vaikea matala tai korkea glukoositaso saattaa jäädä huomaamatta.

## VAROITUS

-  Lue käyttäjän ohjeet  
Ennen G6-järjestelmän käyttämistä lue huolellisesti tuotteen mukana tulleet ohjeet. Jos et tee niin:
  - et mahdollisesti käytä G6-järjestelmää oikein
  - et mahdollisesti ymmärrä G6-järjestelmän ilmoittamia tietoja
  - saatat vaikuttaa siihen, miten hyvin järjestelmä toimii.
-  Älä jätä huomiotta matalan/korkean glukoosiarvon oireita  
Älä jätä huomiotta omaa oloasi. Jos glukoosivaroitukset ja G6-järjestelmän lukemat eivät vastaa oloasi, tee diabeteksen hoitopäätökset verensokerimittarin perusteella (mittari) tai hakeudu tarvittaessa nopeasti lääkäriin hoitoon. Jos et ole varma, varmista mittarilla.
-  Ei numeroa, ei nuolta, ei G6-hoitopäätöstä  
Mikäli G6-järjestelmä ei näytä numeroa tai nuolta tai G6-lukemat eivät vastaa oireitasi, tee diabeteksen hoitopäätökset mittarisi tietojen perusteella. Ei numeroa, ei nuolta, ei hoitopäätöstä. Jos et ole varma, varmista mittarilla.
-  Älä käytä järjestelmää, jos...  
Älä käytä G6-järjestelmää, jos saat dialyysihoitoa tai olet vakavasti sairas. Ei tiedetä, miten eri tilat tai niiden hoitoon käytetyt yleiset lääkkeet voivat vaikuttaa järjestelmän toimintaan. G6-järjestelmän lukemat saattavat olla epätarkkoja näissä tapauksissa.

**⚠️ HUOMIO****⚠️ Vältä aurinkovoidetta ja hyönteiskarkotetta**

Jotkin ihonhoitotuotteet, kuten aurinkovoiteet ja hyönteiskarkotteet, voivat saada G6-järjestelmässä käytetyn muovin halkeilemaan. Varmista ennen G6-järjestelmän käyttöä, että vastaanottimessa, lähettimessä tai lähettimen pidikkeessä ei ole halkeamia. Jos löydät halkeaman, ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan. Älä anna näiden ihonhoitotuotteiden päästä kosketuksiin G6-järjestelmän osien kanssa. Kun olet käyttänyt ihonhoitotuotteita, pese kätesi ennen G6-järjestelmän osien käsittelemistä. Mikäli G6-järjestelmä pääsee kosketuksiin ihonhoitotuotteiden kanssa, pyyhi osa välittömästi puhtaalla liinalla.

**⚠️ Hydroksiurea – varoimi**

Jos käytät hydroksiureaa, G6 saattaa virheellisesti näyttää koholla olevia lukemia, mikä voi johtaa väärin hypoglykemiahälytyksiin tai virheellisiin diabeteksen hallintaa koskeviin päätöksiin. Epätarkkuustaso riippuu elimistössäsi olevasta hydroksiureamäärästä. Käytä mittariasia.

**Käytön aloittamista koskevat turvallisuusilmoitukset****⚠️ VAROITUS****⚠️ Käytä mittaria aloittaessasi järjestelmän käytön**

Kun alat käyttää uutta anturia, G6-järjestelmä ei anna lukemia tai hälytys-/varoitusilmoituksia, ennen kuin annat anturikoodin tai teet kaksi kalibrointia. Tee hoitopäätökset mittarin perusteella tämän kahden tunnin anturin käynnistysjakson aikana.

**⚠️ HUOMIO****⚠️ Käytä oikeaa anturin koodia**

Kun alat käyttää uutta anturia, sinun on annettava koodi mylife™ App -sovellukseen, jotta voit käyttää G6-järjestelmää ilman sormenpääkalibrointeja. Kunkin anturin koodi on painettu tarralapun kääntöpuolelle. Älä käytä eri anturin koodia tai keksi sitä itse. Jos et anna oikeaa koodia, anturi ei toimi yhtä hyvin ja lukemat voivat olla epätarkkoja. Jos hävitit anturin koodin, voit kalibroida G6-järjestelmän sormenpäämittauksilla.

### **Kalibroitia koskevat turvallisuusilmoitukset**

Kalibroitia ei tarvita, jos annat anturin koodin. Jos et anna anturin koodia, seuraavat varoitukset ja varotoimet ovat voimassa.

#### **⚠️VAROITUS**

##### **⚠️ Älä odota – kalibroi!**

Jos et ole käyttänyt kalibroitikoodia, sinun täytyy kalibroida G6-järjestelmä manuaalisesti päivittäin käyttämällä verengluukoosimittarin ja sormenpäämittausten avulla saatuja arvoja. Sinun on kalibroitava välittömästi, kun G6-järjestelmä ilmoittaa niin. Jos et ole kalibroinut, kun G6-järjestelmä niin ilmoittaa, järjestelmä ei ehkä ole tarkka, joten tee hoitopäätökset glukoosimittarin perusteella, kunnes kalibroit G6-järjestelmän.

##### **⚠️ Käytä sormenpäämittauksia**

Kalibroi verensokerimittarin ja sormenpäämittausten avulla. Muista paikoista otettu verinäyte ei ehkä ole yhtä tarkka tai ajantasainen.

#### **⚠️HUOMIO**

##### **⚠️ Ole tarkka, ole nopea.**

Anna mittarisi näyttämä tarkka verengluukoosi-arvo viiden minuutin sisällä mittarin käyttämisestä. Älä anna G6-lukemaa kalibroitina.

## Järjestelmää/laitteistoa/ohjelmistoa koskevat turvallisuusilmoitukset

### **VAROITUS**

#### ⚠ Anturin johto katkeaa

Älä jätä huomiotta rispaantunutta tai irronnutta anturin johtoa. Anturin johto saattaa jäädä ihosi alle. Jos näin käy, ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan.

Mikäli anturin johto katkeaa ihon alle etkä näe sitä, älä yritä poistaa sitä. Ota yhteys terveydenhuollon ammattilaiseen. Hakeudu lääkäriin hoitoon myös, jos sinulla on infektion tai tulehduksen oireita – punoitusta, turvotusta tai kipua – anturin asetuskohtassa.

#### ⚠ Asetuspaikka: vatsa, olkavarren takapuoli vai pakarat?

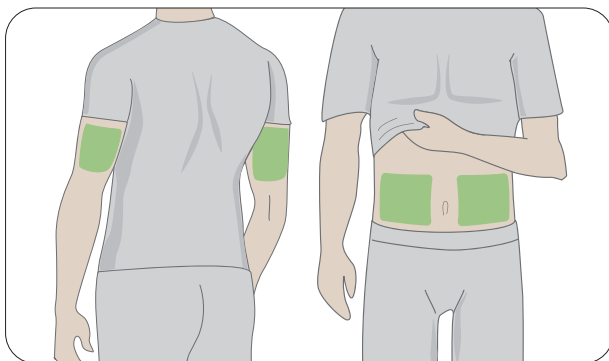
Kaikki potilaat voivat käyttää asetuspaikkana vatsaa tai olkavarren takapuolta.

2–17-vuotiaat voivat käyttää myös pakaroiden yläosaa. Etsi vatsasta, olkavarren takapuolelta tai pakaroiden yläosasta sopivan pehmeä paikka. Anturia ei ole testattu muissa paikoissa eikä hyväksytty käytettäväksi niissä. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa parhaasta asetuspaikasta.

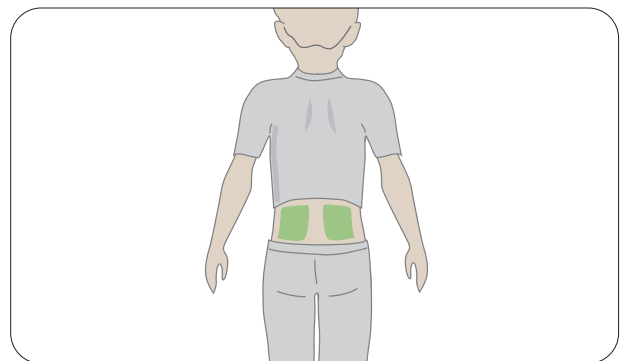
2–17-vuotiaat: aseta vatsaan, olkavarren takapuolelle tai pakan yläosaan

Vähintään 18-vuotiaat: aseta vatsaan tai olkavarren takapuolelle

### Vähintään 2-vuotiaat



### Vain 2–17-vuotiaat



#### ⚠ Säilytyspaikka

Voit säilyttää antureita huoneenlämmössä tai jääkaapissa – kunhan lämpötila on 2–30 °C. Älä säilytä antureita pakastimessa.

**⚠️ HUOMIO**

⚠️ Älä aloita käyttöä viimeisen käyttöpäivän jälkeen

Älä aloita anturin käyttöä anturin viimeisen käyttöpäivän jälkeen, koska muutoin saadut tulokset voivat olla virheellisiä. Viimeinen käyttöpäivä on ilmoitettu anturin pakkauselosteessa tiimalasisymbolin vieressä muodossa VVV-KK-PP (Vuosi-Kuukausi-Päivä).

⚠️ Tarkista pakkaus

Älä käytä anturia, jos sen steriili pakkaus on vahingoittunut tai avattu, koska se saattaa aiheuttaa infektion.

⚠️ Puhdista ja kuivaa iho

Puhdista ja kuivaa kädet ja asetuspaikka ennen anturin asettamista. Pese kädet saippualla ja vedellä, ei geelimäisillä puhdistusaineilla, ja kuivaa kädet ennen anturipakkauksen avaamista. Jos kätesi ovat likaiset, kun asetat anturin, voit saada bakteereja asetuspaikkaan, mikä voi aiheuttaa infektion. Puhdista asetuskohta desinfiointipyyhkeellä infektioiden ehkäisemiseksi. Älä aseta anturia, ennen kuin ihosi on kuiva. Jos asetuspaikka ei ole puhdas ja täysin kuiva, on olemassa infektion vaara tai riski, ettei lähettimen pidike tartu ihoon hyvin. Varmista, ettei ihollasi ole hyönteiskarkotetta, aurinkovoidetta, hajuvettä tai voidetta.

⚠️ Asetuspaikka: tarkistettavia asioita

Pidä turvasuojus paikoillaan, kunnes asetat G6-asettimen ihoasi vasten. Jos poistat turvasuojuksen ensin, voit satuttaa itsesi painamalla anturin asettamispainiketta vahingossa ennen aikaisesta. Vaihda anturin asetuspaikkaa aina ottaessasi käyttöön uuden anturin. Saman paikan käyttäminen liian usein ei ehkä anna ihon parantua, mikä voi aiheuttaa arpeutumista tai ihoärsytystä. Anturin asettaminen on tärkeää. Valitse anturin asetuspaikka:

- vähintään 8 cm:n etäisyydellä insuliinipumpun infuusiosarjasta tai injektiokohdasta
- ei vyötärölle, arpien, tatuointien, ärtyneen ihon tai luiden päälle
- kohtaan, jota ei yleensä kolhita tai paineta tai jonka päällä ei maata nukkuessa.

## Lähetintä koskevat turvallisuusilmoitukset

### **VAROITUS**

#### Tarkasta

Älä käytä vaurioitunutta tai halkeillutta lähetintä. Vaurioitunut lähetin voi aiheuttaa vammoja sähköiskuilla ja saada G6-järjestelmän toimimaan virheellisesti.

#### Käytä ohjeiden mukaan

Lähetin on pieni ja voi aiheuttaa tukehtumisvaaran. Älä laita sitä suuhusi tai anna lasten pidellä sitä ilman aikuisten valvontaa.

### **HUOMIO**

#### Käytä uudelleen – älä heitä pois

Kun päätät käyttöjakson, älä heitä lähetintä pois. Lähetintä voi käyttää uudelleen, kunnes G6-järjestelmä ilmoittaa, että lähettimen paristo alkaa olla lopussa.

## Järjestelmää koskevat turvallisuusilmoitukset

### HUOMIO

#### Hoitopäätökset

Tee hoitopäätökset G6-järjestelmän lukemien ja trendinuoleten perusteella.

#### Käytä oikeaa lähetintä, vastaanotinta ja anturia

G6-järjestelmän osat eivät ole yhteensopivia vanhempien Dexcom-tuotteiden kanssa. Älä sekoita eri tuoteversioiden lähettimiä, vastaanottimia ja antureita.

#### Turvatarkastukset ja G6-järjestelmä

Kun käytät G6-järjestelmää, pyydä manuaalista ja visuaalista tarkastusta koko kehon skannerin läpikulkemisen sijaan. Älä myöskään aseta mitään G6-järjestelmän osaa röntgenlaitteen läpi menevään laukkuun. Voit käyttää G6-järjestelmää kulkiessasi metallinpaljastimen läpi. Jos teet niin, käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen, kunnes poistut turvatarkastusalueelta. Koska emme ole testanneet jokaista röntgen- tai skannerimallia, emme tiedä, vahingoittavatko ne G6-järjestelmää. Et ole varma, mistä laitteesta on kyse? Pidä turvallisuus etusijalla – pyydä manuaalista tarkastusta.

## Vastaanotinta ja älylaitetta koskevat turvallisuusilmoitukset



Jos olet huolissasi siitä, että sinulta saattaa jäädä hälytyksiä huomaamatta älylaitteessasi älylaitteen asetusten vuoksi tai jos älylaitteesi on vikaantunut tai kadonnut: huomioi, että Dexcom tarjoaa mahdollisuuden käyttää erillistä näyttölaitetta (“vastaanotin”) oman näyttölaitteesi (kuten esim. älypuhelimesi) lisäksi. Jos haluat lisätietoa, ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan.

Tarkempia tietoja Dexcom-vastaanottimesta ja sen turvallisesta käytöstä (esim. kalibrointi tai hälytys-/varoitukset) on asianomaisissa Dexcom-tuotteiden ohjeissa osoitteessa [www.dexcom.com/downloadsandguides](http://www.dexcom.com/downloadsandguides).

### HUOMIO

#### Pidä lähetin näyttölaitteen lähellä

Pidä lähetin ja näyttölaite kuuden metrin säteellä toisistaan niin, ettei niiden välillä ole esteitä (kuten seiniä tai metallia). Muuten ne eivät ehkä pysty viestimään keskenään. Mikäli lähettimen ja näyttölaitteen välillä on vettä – jos esimerkiksi käyt suihkussa tai uimassa – pidä ne lähempänä toisiaan. Käyttökantama on lyhyempi, koska Bluetooth® ei toimi yhtä hyvin veden läpi.

#### Vastaanota hälytykset/varoitukset käyttämäsi näyttölaitteeseen

Jotta saat hälytyksen/varoitukset, määritä ne näkyviin käyttämässäsi näyttölaitteessa. Vastaanotin ei saa hälytyksiä/varoituksia, jotka määrität sovelluksessa. Myöskään sovellus ei saa hälytyksiä/varoituksia, jotka määrität vastaanottimessa.

#### Onko virta kytketty?

Jos vastaanottimen tai älylaitteen virta on katkaistu, se ei näytä G6-järjestelmän lukemia tai hälytyksiä/varoituksia. Varmista, että näyttölaitteen virta on kytketty.

## Älylaitetta koskevat turvallisuusilmoitukset

### **VAROITUS**

#### Tarkista asetukset

Hälytykset ja tärkeät varoitukset kuuluvat ja näyttävät tietoa, vaikka äänenvoimakkuus olisi hiljainen tai kokonaan vaiennettu. Jos älylaitteesi on äänettömällä ja Aina äänet -asetus on käytössä (oletusasetus), vain seuraavat ilmoitukset kuuluvat:

#### **Glukoosihälytykset/-varoitukset:**

- Kiireellinen matala
- Kiireellinen kohta matala
- Matala glukoosiarvo
- Korkea glukoosiarvo
- Nousunopeus
- Laskunopeus
- Ei lukemia-varoitus

#### **Järjestelmävaroitukset:**

- Kalibrointi vaaditaan (kahden tunnin anturin käynnistysjakson jälkeen, tulee näkyviin vain, kun anturikoodia ei käytetä)
- Kalibrointivirhe (tulee näkyviin vain, kun annat kalibroinnin; kalibrointia ei vaadita)
- Anturi vanhentunut
- Vaihda anturi
- Lähetin (ei toimi)
- Ei tallennustilaa-virhe
- Sovellus pysähtynyt

**Poikkeukset:**

- Apple: Jos älylaitteen Äänetön / Älä häiritse -asetus on käytössä, signaalin menetysvaroitusta ei anneta.
- Android: Jos älylaitteen rajoittavin Älä häiritse -asetus on käytössä, hälytys- tai varoitusääniä ei anneta. Kun älylaitteella on puhelu, hälytystä/varoituksia ei ehkä kuulu.
- Toistot: Jotkin ilmoitukset ovat vaiennettuja ensimmäisen näyttö- ja värinäilmoituksen aikana ja antavat äänimerkin toisella ilmoituksella. Jos et poista varoitusta, se toistuu puolella äänenvoimakkuudella viiden minuutin kuluttua ja täydellä voimakkuudella 10 minuutin kuluttua.
- Bluetooth®: Kun käytössä on Bluetooth®-kuulokkeet, -kaiuttimet jne., hälytykset/ varoitukset voivat kuulua ensisijaisesta älylaitteesta tai lisälaitteesta. Jokainen lisälaitte on erilainen. Testaa omasi, jotta tiedät, mistä kuulet hälytykset/varoitukset.

**Ilmoitukset:**

- Varmista, että älylaitteesi asetukset sallivat mylife™ App -sovelluksen ilmoitusten näkymisen lukitusnäytössä. Näin näet ilmoitukset puhelimen lukitusta avaamatta.
- Apple: G6-järjestelmän valmistelun aikana mylife™ App -sovelluksen ilmoitukset on otettava käyttöön tai muuten et saa hälytyksiä/varoituksia.

**Akku:**

- Sovelluksen täytyy aina olla käynnissä taustalla, ja se voi kuluttaa älylaitteen akkua. Pidä akku aina ladattuna.

**Yhteensopivuus:**

- Ennen älylaitteen tai sen käyttöjärjestelmän päivittämistä tarkista yhteensopivuustiedot osoitteesta [www.mylife-diabetescare.com/compatibility](http://www.mylife-diabetescare.com/compatibility). Sovelluksen tai laitteen käyttöjärjestelmän automaattiset päivitykset voivat muuttaa asetuksia tai sulkea sovelluksen. Päivitä aina manuaalisesti ja tarkista sen jälkeen, että laitteen asetukset ovat oikeat.

**Aika:**

- Anna älylaitteen päivämäärän ja ajan päivittyä automaattisesti, kun matkustat eri aikavyöhykkeelle tai kun on aika vaihtaa kesä- tai talviaikaan. Älä muuta älylaitteen aikaa manuaalisesti, koska se voi aiheuttaa trendinäytön ajan näkymisen väärin, ja sovellus voi lopettaa tietojen näyttämisen.

**⚠ HUOMIO****⚠ Tarkista lisälaitteet**


Käytätkö älylaitteesi kanssa kuulokkeita? Entä Bluetooth®-kaiuttimia tai älykelloa? Kun käytät lisävarusteita, muista, että saatat saada hälytykset/varoitukset vain yhteen laitteeseen tai lisävarusteeseen, et kaikkiin. Kun olet liittänyt lisälaitteita, varmista, että älylaitteen asetukset sallivat hälytysten tai varoitusten saamisen.

## Vastaanotinta koskevat turvallisuusilmoitukset

### **VAROITUS**

 Älä käytä vahingoittunutta laitetta

Älä käytä vaurioitunutta tai halkeillutta vastaanotinta. Vaurioitunut vastaanotin voi aiheuttaa vammoja sähköiskuilla ja saada G6-järjestelmän toimimaan virheellisesti.

 Käytä kaapeleita ohjeiden mukaisesti

Käytä USB-kaapelia vain ohjeiden mukaan ja säilytä sitä turvallisesti. USB-kaapelin väärinkäyttö voi aiheuttaa kuristumisvaaran.

### **HUOMIO**

 Testaa kaiuttimen ja värinän toimivuus

Sinun on kuultava tai tunnettava hälytykset/varoitukset, jotta voit reagoida niihin, joten testaa vastaanottimen kaiutin- ja värinätoiminto säännöllisesti. Varmista lataamalla vastaanotin, että kaiutin- ja värinätoiminto toimii. Kaiutintesti-näyttö tulee näkyviin muutamaksi sekunniksi. Testaa kaiutin ja värinä näytön ohjeiden mukaisesti. Jos kuulet ja tunnet ne, hienoa! Mutta jos laite ei anna äänimerkkejä tai värise – ehkä se kastui tai putosi – ota yhteyttä paikalliseen Dexcomin edustajaan.

 Pidä puhtaana ja kuivana

Älä upota vastaanotinta veteen äläkä päästä likaa tai vettä sen USB-liitäntään. Vastaanotin voi vahingoittua siitä.

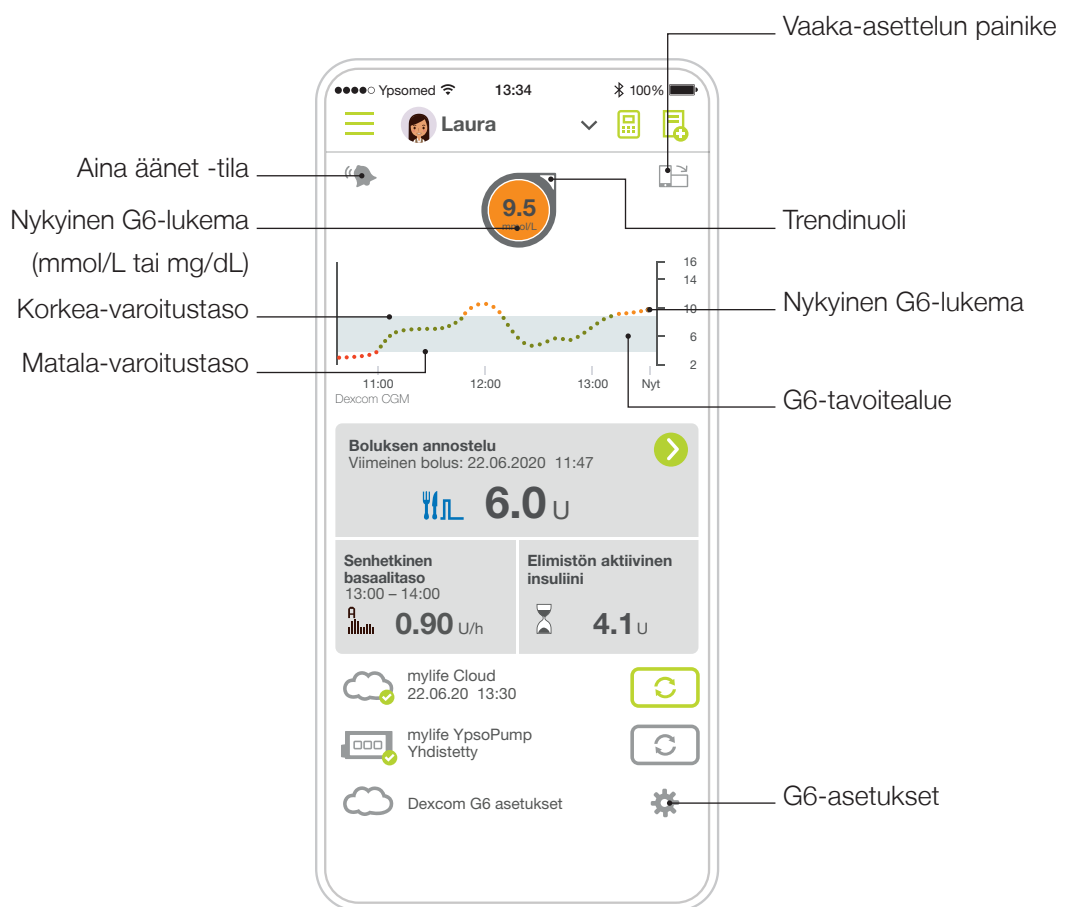
## 4.2 Viimeiset arvot (aloitusnäyttö)



Seuraavassa kappaleessa keskitytään täysin G6-toimintoihin, jotka näkyvät mylife™ App -sovelluksen Viimeiset arvot -näytössä (aloitusnäytössä).

Jos haluat lisätietoa muista Viimeiset arvot -näytössä näkyvistä tiedoista (esim. viimeinen bolus, perusinsuliini tai aktiivinen insuliini sekä pilvipalvelun ja laiteyhteyksien tila), katso kohta 3.2 Viimeiset arvot.

Viimeiset arvot -näytössä nähdään G6-anturin glukoosilukemat (G6-lukemat) ja trenditiedot sekä muita G6-toimintoja.

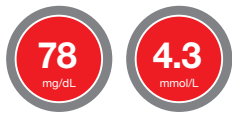


“G6-tavoitealue” (katso edellä oleva kuva) määritellään Korkea- ja Matala-glukoosihälytystasoilla. Sillä esitetään glukoosilukemiesi taso. Älä sekoita G6-tavoitealuetta verensokerin/glukoosin arviointiin käytettävään tavoitealueeseen (katso kohta 2.4).

## G6-lukema, trendinuoli ja käyrä

### Missä nyt olet

Viimeiset arvot -näytössä numerot ja väri kertovat, missä nyt olet. Numero on G6-lukemasi. Se päivittyy viiden minuutin välein. Numeron taustaväri osoittaa, onko G6-lukema matala, korkea vai G6-tavoitealueella. G6-tavoitealue on glukoosikaavion harmaa alue.



Punainen = matala



Oranssi = korkea








Vihreä = G6-tavoitealueella

Numeron taustaväri on punainen myös silloin, kun glukoosi laskee niin nopeasti, että se on 20 minuutin kuluessa enintään 55 mg/dL (3,1 mmol/L) (katso Kiireellinen kohta matala-varoitus).

### Mihin olet menossa

Jotta tiedät, mihin olet menossa, katso trendinuolia.

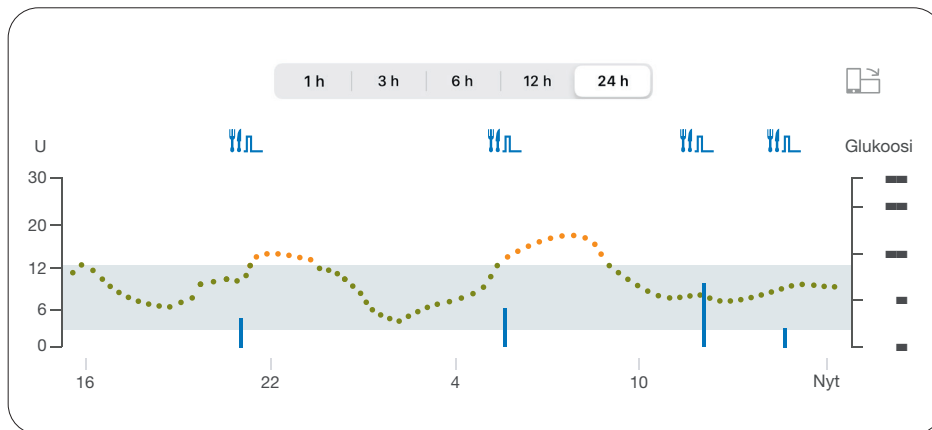
#### Trendinuolet

Trendinuolet	Mihin suuntaan glukoositaso on menossa
	<b>Vakaa</b> <b>Muuttuu enintään:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 mg/dL (0,06 mmol/L) minuutissa</li> <li>30 mg/dL (1,8 mmol/L) 30 minuutissa</li> </ul>
	<b>Hitaasti nouseva tai laskeva</b> <b>Muuttuu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>välillä 1–2 mg/dL (0,06–0,1 mmol/L) minuutissa</li> <li>enintään 60 mg/dL (3,4 mmol/L) 30 minuutissa</li> </ul>
	<b>Nouseva tai laskeva</b> <b>Muuttuu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>välillä 2–3 mg/dL (0,1–0,2 mmol/L) minuutissa</li> <li>enintään 90 mg/dL (5 mmol/L) 30 minuutissa</li> </ul>
	<b>Nopeasti nouseva tai laskeva</b> <b>Muuttuu yli:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>3 mg/dL (0,2 mmol/L) minuutissa</li> <li>90 mg/dL (5 mmol/L) 30 minuutissa</li> </ul>
	<b>Ei nuolta</b> Ei voi määrittää trendiä

### Missä olet ollut

Tämänhetkinen G6-lukemasi on oikeanpuoleinen täplä. Vasemmanpuoleiset täplät ovat aiempia G6-lukemia.

Käyrän taustavärit osoittavat, missä G6-lukemat ovat: punainen = matala, oranssi = korkea, vihreä = G6-tavoitealueella.





Käyrä tasoittaa aiemmat G6-lukemat niin, että näet selvästi, mihin suuntaan glukoositasosi on menossa. Tämän vuoksi trendinuolessasi näkyvissä G6-lukemissa ja käyrässä näkyvissä aiemmissa G6-lukemissa voi olla eroavaisuuksia.

Vaaka-asettelussa nähdään lisäksi tietoa annostellusta bolusinsuliinista.

## Viimeiset arvot -näytön viat



Joskus G6-lukemia tai numeroa ei tule näkyviin, vain ilmoitus.

Mitä näet	Mitä se tarkoittaa
	G6-lukemasi on alle 40 mg/dL (2,2 mmol/L).
	G6-lukemasi on yli 400 mg/dL (22,2 mmol/L).
<div data-bbox="220 938 413 1039"><p>Signaalin menetysvaroitusta Et saa varoituksia, hälytyksiä tai anturin glukoosilukemia.</p><p>OK</p></div>	Virheilmoitus tarkoittaa, että G6-järjestelmäsi ei toimi, etkä saa hälytyksiä/varoituksia tai G6-lukemia. (Katso kohdat 4.3 ja 10.2.)


## Viimeiset arvot -näytön navigointi- ja tilakuvakkeet

Voit käyttää muita G6-järjestelmän ominaisuuksia navigointikuvakkeista.

### Navigointi- ja tilakuvakkeet

Kuvake	Kuvaus
 Aina äänet	Aina äänet -kuvake: Voit määrittää, että hälytyksesi/varoituksesi kuuluvat jopa silloin, kun puhelimesi on Mykistys / Älä häiritse -tilassa. Muuta valinta Asetukset-kohdasta. Katso lisätietoa kohdasta 4.6 Sovelluksen edistyneet ominaisuudet.
 Laitehallinta	Asetukset: Voit muokata hälytyksiä, etsiä apua, muuttaa asetuksia, mukauttaa ääniä ja paljon muuta.

## Katso Aiemmat G6-lukemat

mylife™ App -sovelluksessa voit katsella 1, 3, 6, 12 ja 24 tunnin tapahtumia (ja bolusta-pahtumia) vaaka-asettelussa, kun napautat Viimeiset arvot -näytön oikeassa yläkulmassa olevaa -kuvaketta ja napautat näytön yläreunassa olevia välilehtiä.

### 4.3 Hälytys ja varoitukset

Hälytys ja varoitukset auttavat sinua pysymään G6-tavoitealueella. Ne kuuluvat ja/tai aiheuttavat värinän, kun:

- olet Korkea-varoituseräyksen yläpuolella tai Matala-varoituseräyksen alapuolella
- glukoositasosi on 55 mg/dL (3,1 mmol/L) tai alle
- glukoositasosi tulee olemaan 55 mg/dL (3,1 mmol/L) 20 minuutin kuluessa

Hälytyksen/varoitusten värinä tuntuu samalta kuin muista älylaitteesi sovelluksista saamasi ilmoitukset. Ainoa tapa tietää, onko se G6-järjestelmästä, on katsoa älylaitetta.

Pidä varoitukset käytössä: ne ovat tärkeä osa hoitopäätösten tekemistä G6-järjestelmän perusteella. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa parhaista matalan ja korkean glukoositason varoituseräyksistä.

## Matalan glukoositason hälytys ja varoitukset

### Mitä näet

**Kiireellinen matalan glukoosin hälytys**  
Anturisi glukoosilukemat ovat kiireellisen matalat.

OK

**Kiireellinen kohta matala-varoitus**  
Estä matalat glukoosilukemat toimimalla nyt.

OK

**Matalan glukoosin varoitus**  
Anturisi glukoosilukemat ovat matalat.

OK

### Mitä se tarkoittaa

#### Kiireellinen matala-hälytys

Ilmoittaa, kun anturisi mittaama glukoositasosi on 55 mg/dL (3,1 mmol/L) tai alle. Et voi muuttaa Kiireellinen matala-hälytystä tai kytkeä sitä pois.

#### Kiireellinen kohta matala-varoitus

Ilmoittaa, että glukoosiarvosi putoaa nopeasti. Glukoosiarvosi on 55 mg/dL (3,1 mmol/L) tai alle 20 minuutin kuluttua huolimatta siitä, missä nyt olet.

Voit muuttaa Kiireellinen kohta matala-varoitusta:

- Oletusarvoisesti käytössä; voidaan poistaa käytöstä
- Valitse ääni

#### Matalan glukoosiarvon varoitus (Matala-varoitus)

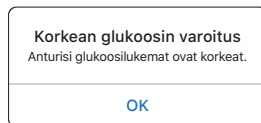
Ilmoittaa, kun G6-lukemasi on G6-tavoitealueen alapuolella, mutta arvo ei putoa niin nopeasti, että se aiheuttaisi Kiireellinen kohta matala-varoituksen.

Voit muuttaa Matala-varoitusta:

- Oletusarvoisesti käytössä; voidaan poistaa käytöstä
- Valitse varoitustaso ja ääni

## Korkea-varoitus

### Mitä näet



### Mitä se tarkoittaa

#### Korkean glukoosiarvon varoitus (Korkea-varoitus)

Ilmoittaa, kun G6-anturisi mittaama lukema on G6-tavoitealueen yläpuolella.

Voit muuttaa Korkea-varoitusta:

- Oletusarvoisesti käytössä; voidaan poistaa käytöstä
- Valitse varoitustaso ja ääni

## Varoitusten muuttaminen

Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, ennen kuin muutat varoitusasetuksia. He voivat auttaa löytämään parhaat asetukset diabeteksen hoitamiseen niin, ettet saa liikaa varoituksia.

Valitse: Asetukset → Laithallinta ja napauta liitettyä G6-laitetta. Muuta varoitusasetuksia napauttamalla asetusvalikossa "Varoitukset".

**Varoitusäänten mukauttaminen**

Voit valita varoitusäänet, jotka toimivat sinulle parhaiten. Napauta sovelluksessa Ääni-kohtaa, jos haluat valita kyseiselle varoitukselle eri äänen.

**Varoitusten käyttäminen tavoitteiden saavuttamiseen**

Mukauta varoitukset tukemaan tavoitteiden saavuttamista terveydenhuollon ammattilaisen avulla. Oletko esimerkiksi huolissasi insuliinin kertymisestä eli annosten ottamisesta liian lyhyin väliajoin?

Voit käyttää G6-järjestelmää seuraamisen ja odottamisen välineenä – ja välttämään insuliinin kertymistä – kytkemällä Korkea-varoituksen Toista-ominaisuuden käyttöön terveydenhuollon ammattilaisen suosituksesta. Siten kun saat Korkea-varoituksen ja vahvistat sen, saat uusintavaroituksen Toista-kohdassa valitsemasi ajan jälkeen, kunnes G6-lukemat palaavat G6-tavoitealueelle. Se muistuttaa sinua tarkistamaan G6-lukemista myöhemmin, että glukoosiarvosi laskee.

Oletetaan, että asettamasi asetus on Korkea-varoitus Toista-asetuksella 2 tuntia. Kun olet saanut Korkea-varoituksen ja jos et kahden tunnin kuluttua ole palannut G6-tavoitealueelle, Korkea-varoitus toistuu merkinä siitä, että arvo on vieläkin korkea ja sinun täytyy ehkä ottaa lisää insuliinia. Toisaalta jos kaksi tuntia kuluu ja olet palannut G6-tavoitealueelle, Korkea-varoitus ei toistu.

#### 4.4 Hoitopäätökset

Dexcomin avulla voit tehdä hoitopäätöksiä käyttämättä verensokerimittaria (mittaria).

Olitpa uusi tai kokenut Dexcom-käyttäjä, käytä mittaria edelleen hoitopäätösten tekemiseen, kunnes tiedät, miten Dexcom-laite toimii sinun kohdallasi. Älä kiirehdi! Varmuuden saavuttaminen hoitopäätösten tekemisessä järjestelmän perusteella voi kestää päiviä, viikkoja tai kuukausia.

Joskus sinun on pakko käyttää mittariasi G6-järjestelmän sijaan. Ja muina aikoina saattaa olla parasta olla hoitamatta ja vain katsoa ja odottaa.



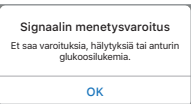
Käy terveydenhuollon ammattilaisen kanssa läpi, miten parhaiten saat hoitopäätöksiä tehtyä.

#### Milloin on käytettävä mittaria G6-järjestelmän sijaan

Käytä verensokerimittaria hoitopäätösten perusteena seuraavissa tilanteissa:

- G6 ei näytä numeroa eikä nuolta.

Esimerkiksi, jos Viimeiset arvot -näytössä näkyy jokin seuraavista:

Mitä näet	Huomaa
	Ei numeroa
	Ei nuolta
	Ei numeroa eikä nuolta

Toisin sanoen: ei numeroa, ei nuolta, ei G6-hoitopäätöstä.

■ G6-lukemasi eivät vastaa oireitasi.

Tunnet esimerkiksi olosi huonoksi, mutta G6-lukemat ovat G6-tavoitealueella. Pese kätesi huolellisesti ja käytä mittariasi. Jos mittarin arvo vastaa oireitasi, hoida itseäsi mittarin antaman arvon perusteella. Jos sen jälkeen haluat linjata G6-järjestelmän ja mittarisi, kalibroi. Sinun ei ole pakko kalibroida, mutta voit tehdä niin. Toisin sanoen, jos et ole varma, varmista mittarilla.

### Milloin katsella ja odottaa

On aikoja, jolloin sinun ei pitäisi hoitaa ollenkaan, vaan katsella ja odottaa.

**Insuliinin kertyminen:** Vältä insuliinin kertyminen ja varmista, että annosten välille jää riittävästi aikaa. Odota ainakin kaksi tuntia annosten välillä, jotta et vahingossa pakota glukoosiarvoa liian matalaksi. Joskus on parempi katsella ja odottaa.

### Trendinuolet käyttäminen

Trendinuolet auttavat päättämään insuliiniannoksen suuruuden.



Nuoli ylöspäin: ota vähän enemmän insuliinia



Nuoli alaspäin: ota vähän vähemmän insuliinia

### VAROITUS









⚠ Kun G6-glukoosilukemat siirretään boluslaskimeen, korjausboluksen laskemiseen käytetään ainoastaan senhetkistä glukoosiarvoa. Ehdotuksen laskemisessa ei huomioida trendinuoletta. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa siitä, miten parhaiten käytät trendinuoletta korjausboluksen laskemiseen.

## Hoitopäätösten tekemisen harjoittelu

Harjoittele hoitopäätösten tekemistä seuraavien esimerkkien avulla.

Keskustele niistä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ja tarkista,

- milloin sinun täytyy käyttää mittariasi
- miten voit käyttää G6-järjestelmää
- milloin sinun pitäisi katsoa ja odottaa hoitamisen sijaan.

Tilanne	Mitä näet	Ratkaisu
<b>Varhain aamulla:</b> Matala-varoitus herättää sinut.	 	<b>Ajattele:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Numero ja nuoli: sinulla on molemmat.</li> <li>■ Numero: glukoosiarvosi on matala – 80 mg/dL (4,4 mmol/L).</li> <li>■ Hitaasti laskeutuva nuoli: glukoosi laskeutuu enintään 60 mg/dL (3,4 mmol/L) 30 minuutissa.</li> </ul> <b>Mitä sinun pitäisi tehdä:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Käytä G6-järjestelmää normaalisti.</li> </ul>
<b>Aamiaisaika:</b> 90 minuuttia myöhemmin istahdat aamiaiselle.	 	<b>Ajattele:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Numero ja nuoli: sinulla on molemmat.</li> <li>■ Nuoli ylöspäin: glukoosi nousee enintään 90 mg/dL (5 mmol/L) 30 minuutissa.</li> </ul> <b>Mitä sinun pitäisi tehdä:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Käytä G6-järjestelmää hoitoon. Ota normaali annos ja ylöspäin osoittavan nuolen vuoksi hieman lisää.</li> </ul>
<b>Aamiaisen jälkeen:</b> 30 minuuttia aamiaisen kattavan annostuksen jälkeen saat Korkea-varoituksen.	 	<b>Ajattele:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Insuliini: otit insuliinia alle puoli tuntia sitten. Sen vaikutuksen alkaminen vie aikaa.</li> </ul> <b>Mitä sinun pitäisi tehdä:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Ei mitään. Katsele ja odota, jotta insuliinia ei kerry elimistöön liikaa. Älä ota lisää insuliinia ainakaan 1,5 tuntiin.</li> </ul>
<b>Tuntia myöhemmin:</b> Katsoit ja odotit.	 	<b>Ajattele:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Insuliini: aamiaisella ottamasi insuliini on palauttanut sinut G6-tavoitealueelle.</li> </ul> <b>Mitä sinun pitäisi tehdä:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Ei mitään. Hoitoa ei tarvita.</li> </ul>

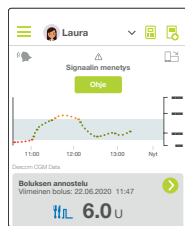
## Tilanne

## Mitä näet

## Ratkaisu

### Aamupäivällä:

Aiot syödä aamupäivän välipalan.



### Ajattele:

- Ei numeroa eikä nuolta: sinulla ei ole kumpaakaan. Huomaa väli G6-järjestelmän lukemissa.
- Virheilmoitus: et saa G6-järjestelmän lukemia.

### Mitä sinun pitäisi tehdä:

- Käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen.

### Lounasaikaan:

Kolme tuntia myöhemmin aiot ottaa lounaan kattavan annoksen.

108 mg/dL

6.1 mmol/L

### Ajattele:

- Numero ja nuoli: sinulla on molemmat.
- Nuoli laskee: glukoosi laskee enintään 90 mg/dL (5 mmol/L) 30 minuutissa.

### Mitä sinun pitäisi tehdä:

- Käytä G6-järjestelmää hoitoon. Koska näkyvissä on nuoli alaspäin, ota vähän vähemmän insuliinia.

### Keskellä iltapäivää:

Kolme tuntia lounaan jälkeen.

202 mg/dL

12.4 mmol/L

### Ajattele:

- Numero, mutta ei nuolta: sinulla ei ole nuolta.

### Mitä sinun pitäisi tehdä:

- Käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen.

### Varhain illalla:

Juuri ennen illallista olosi on hieman tärisevä ja hikoileva.

123 mg/dL

6.8 mmol/L

### Ajattele:

- Oireet ja G6-lukema: G6-lukemasi eivät vastaa oireitasi.

### Mitä sinun pitäisi tehdä:

- Pese kädet huolellisesti ja ota sorminäyte. Mikäli mittarin antama arvo vastaa oireitasi, käytä sitä hoitopäätöksiin. Harkitse sen jälkeen G6-järjestelmän kalibroimista, jotta se näyttää saman kuin mittari. Sinun ei ole pakko kalibroida, mutta voit tehdä niin.



Jos haluat hoitoon liittyvää lisätietoa, keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ja/tai katso saatavilla olevat Dexcom-videot eri aiheista osoitteessa

[www.dexcom.com/downloadsandguides](http://www.dexcom.com/downloadsandguides).

#### 4.5 Anturin käyttöjakson päättäminen

Anturin käyttöjakso kestää 10 päivää.

Asetukset osoittavat, milloin käynnissä oleva käyttöjakso päättyy. mylife™ App varoittaa, kun käyttöaikaa on jäljellä 6 tuntia, sen jälkeen 2 tunnin kohdalla ja lopulta 30 minuutin kohdalla. Voit päättää käyttöjakson koska tahansa tänä aikana tai odottaa viimeistä varoitusta, joka ilmoittaa käyttöjakson päättyneen.

Haluatko päättää käyttöjakson aiemmin? Katso kohta 10.2.

Muista, että kun anturisi käyttöjakso on päättynyt, et saa G6-järjestelmästä lukemia. Voit jatkaa G6-lukemien saamista poistamalla vanhan anturin, asettamalla uuden ja käynnistämällä uuden anturin seuraavien ohjeiden mukaan.

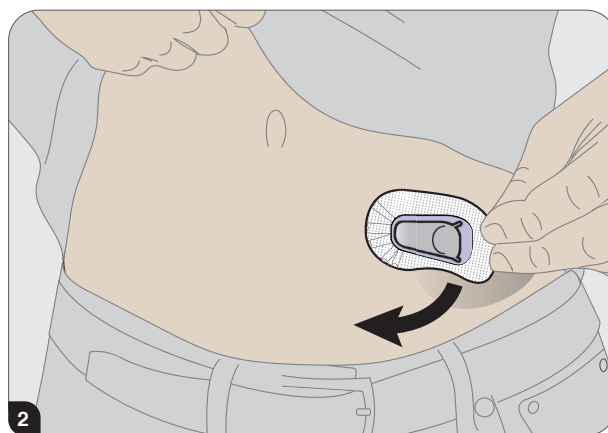
#### Anturin poistaminen

Noudata näitä ohjeita

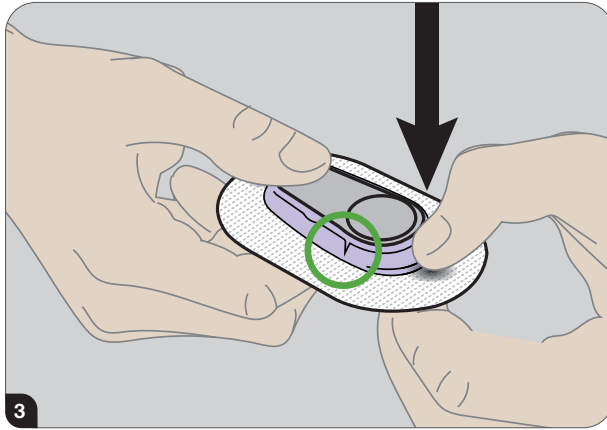
- anturin poistamiseen kehostasi
- lähettimen poistamiseen pidikkeestä



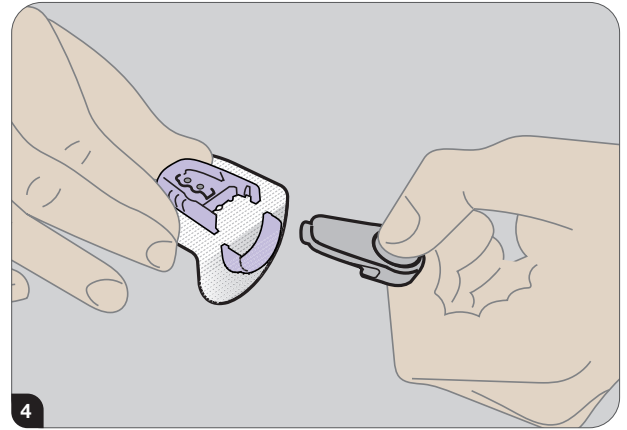
1 G6 ilmoittaa, kun on aika vaihtaa anturi.



2 Tartu tarralapun reunaan. Irrota koko lappu laastarin tapaan vetämällä mihin tahansa suuntaan.



Murra violetti lähettimen pidike lovien kohdalta.



Liu'uta lähetin ulos. Säilytä lähetin käytettäväksi seuraavan anturin kanssa. Hävitä tarralappu veren kanssa kosketuksiin joutuvia osia koskevien paikallisten ohjeiden mukaan.

### Lähettimen käyttäminen uudelleen

Lähetin kestää 3 kuukautta. Voit käyttää sitä usean anturin käyttöjakson ajan. G6-järjestelmä ilmoittaa, kun lähetin on vaihdettava, aikaisintaan 3 viikkoa aiemmin. Jos lähetin on ainoasi, ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan ja tilaa toinen. Kun lähettimessä on alle yksi anturin käyttöjakso akun käyttöikää jäljellä, et voi aloittaa uutta anturin käyttöjaksoa. (Katso kohta 10.2.)

## 4.6 Sovelluksen edistyneet ominaisuudet

### Varoitusten/hälytysten ääniasetukset

Kun määrität älylaitteesi, Aina äänet-kuvake tulee näkyviin. Voit muuttaa Aina äänet -toiminnon asetuksia valitsemalla Asetukset → Varoitukset.

### Aina äänet -ominaisuuden käyttäminen

Kun olet töissä tai koulussa, saatat haluta pitää puhelinääntäsi hiljemmalla. Aina äänet yhdistettynä puhelimen mykistykseen tai Älä häiritse -tilaan mahdollistaa hälytyksen/varoitusten sekä puhelimen muiden äänten hallitsemisen. Viimeiset arvot -näytössä olevat kuvakkeet esittävät, mitä kuulet.

Puhelimen mykistyksen / Älä häiritse -asetukset määrittävät, ilmoittaako laite esimerkiksi tekstiviesteistä ja puheluista. Kun Aina äänet -asetus on käytössä, kuulet aina oletusarvoiset ja aikataulutetut varoitukset huolimatta siitä, mikä puhelimen mykistyksen / Älä häiritse -asetus on. Yöllä voit siis kytkeä sekä Aina äänet että mykistyksen / Älä häiritse -toiminnon käyttöön, jotta puhelin ei ilmoita muista kuin G6-järjestelmän hälytyksistä/varoituksista.

Kun Aina äänet -asetus on käytössä, tämä kuvake näkyy aloitusnäytössä:



Oletusvaroitukset (jotka määritit, kun otit sovelluksen käyttöön puhelimesiasi tai Varoitukset-valikossa)

Kun Aina äänet -asetus on pois käytöstä, sillä on väliä, onko puhelimesi mykistetty / Älä häiritse -tilassa.

Mikäli mykistys / Älä häiritse -tila on myös pois käytöstä, kuulet oletusarvoiset ja ajastetut varoitukset ja näet tämän kuvakkeen Viimeiset arvot -näytössä. Kuulet myös muut kuin G6-järjestelmän ilmoitukset puhelimesta, kuten puhelut ja tekstiviestit.



Oletusvaroitukset

Jos mykistys / Älä häiritse -tila on käytössä, kuulet vain nämä kolme hälytystä/varoitusta: Kiireellinen matalan glukoosiarvon hälytys, Lähetinhälytys ja Anturin toimintahäiriöhälytys. Et kuule mitään muita ilmoituksia puhelimesta. Tämä voi olla oikea asetusyhdistelmä koulu- tai työpäivän aikana. Nämä aloitusnäytössä olevat kuvakkeet osoittavat tämän tilan:



Oletusvaroitukset (jotka määritit, kun otit sovelluksen käyttöön puhelimesiasi tai Varoitukset-valikossa)



Vain Android: puhelimesta ei kuulu hälytyksiä/varoituksia, kun puhelin on rajoitetuimmassa Älä häiritse -tilassa.





Dexcom G6 jatkuvan glukoosinseurannan järjestelmän vianmääritys, Dexcom Clarity -ohjelmisto, G6-järjestelmästä huolehtiminen, pakkauksessa olevat symbolit, Dexcom-takuu, tekniset tiedot, käyttöohjeet ammattilaiskäyttöön ja sanasto: katso lisätietoa käytettävissä olevista Dexcom G6 -tuotteiden ohjeista osoitteessa [www.dexcom.com/downloadsandguides](http://www.dexcom.com/downloadsandguides) (katso "G6-järjestelmän käyttäminen"-ohjeiden liitteet).




## 5 Boluslaskin

### 5.1 Boluslaskimen esittely

#### **VAROITUS**

-  Boluslaskin auttaa määrittämään boluksen ateriaa tai verensokerin/glukoosin korjausta varten siten, että se huolehtii laskennasta puolestasi. Boluslaskin ei kuitenkaan pysty arvioimaan henkilökohtaista tilannettasi eikä huomioimaan esim. stressin, aktiviteettien tai sairauden vaikutuksia. Tällaiset tilanteet voivat kuitenkin vaikuttaa oikeaan insuliinianokseen, ja ne on huomioitava. Boluslaskin ei myöskään pysty kompensoimaan väärin määritettyjä hiilihydraattimääriä, syöttövirheitä tai väärin syötettyjä hoitokertoimia boluslaskimen asetuksissa. Jos olet epävarma boluslaskimen käytöstä, ota yhteyttä lääkäriisi tai diabeteshoitajaasi.
-  Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää: Älä käytä jatkuvan glukoosinseurannan arvoja bolusten laskemiseen, ennen kuin olet keskustellut terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. Vain terveydenhuollon ammattilainen voi määrittellä jatkuvan glukoosinseurannan asetukset sekä sen, miten voit parhaiten hallita diabeteksen hoitoa anturin trenditietojen avulla. Väärät asetukset voivat johtaa liian suureen tai liian pieneen insuliinianokseen. Seurauksena voi olla matala verensokeri (hypoglykemia) tai korkea verensokeri (hyperglykemia).



#### **HUOMIO**

-  Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää: Kun jatkuvan glukoosinseurannan lukemia käytetään boluslaskentaan, tulisi Korkea- ja Matala-glukoosihälytykset ottaa käyttöön, jotta vältetään vakavan hypoglykemian (matala glukoosi) tai hyperglykemian (korkea glukoosi) jaksot.



Insuliinipumpun käyttäjien on muodostettava Bluetooth®-yhteys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä, jotta boluslaskinta voidaan käyttää (katso kohta 9.1 Bluetooth®-yhteys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun kanssa). Insuliinipumpun ja -kynän käyttäjien on syötettävä boluslaskimeen vaadittavat asetukset ennen boluslaskimen käyttöä (katso kohta 2.5 Boluslaskimen asetukset).

### Boluslaskimen aktivointi

Boluslaskin aktivoidaan napsauttamalla boluslaskimen symbolia  Viimeiset arvot -näytössä ylärivin oikeassa yläreunassa. Boluslaskimen voi aktivoida myös sivuvalikossa .



Kuva 2: Boluslaskimen avaaminen

## 5.2 Insuliinipumpun käyttäjät: boluslaskimen käyttö

### **VAROITUS**

- ⚠ Boluslaskin pystyy laskemaan ehdotetun boluksen annoksen ainoastaan syöttämiesi tietojen perusteella. Jos tiedoissa on virheitä tai puutteita, ehdotettu insuliinimäärä ei mahdollisesti ole oikea! Muista myös, että tarvittavaan insuliinimäärään vaikuttavia tekijöitä, kuten stressiä, aktiviteettia, sairautta tai muita olosuhteita ei voida huomioida laskennassa.
- ⚠ Jos ajankohtaisia tietoja ei tuoda mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpusta, boluslaskin ei pysty huomioimaan aktiivista insuliinia. Seurauksena saattaa olla vääriä bolusehdotuksia. Velvollisuutenasi on varmistaa, että aktiivinen insuliini huomioidaan asianmukaisesti ennen insuliinin annostelua mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa. Suosittelemme aina tuomaan tiedot mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpusta.
- ⚠ Jos verensokeri-/glukoosiarvo tai aktiivisen insuliinin tieto puuttuu, bolusehdotuksen yhteydessä näkyy varoitus. Varmista tällöin, että syötetyt arvot riittävät bolusehdotuksen laskemiseen.
- ⚠ Insuliinipumput, jotka eivät ole yhteensopivia boluksen etäannostelun “mylife™ Dose” -toiminnon kanssa: Laskettuasi ehdotetun boluksen bolus on ohjelmoitava ja annettava mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpulla. mylife™ App -sovellus ei pysty käynnistämään annostelua mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa.
- ⚠ Jos mittaamasi verensokeri/glukoosi on alle kohdassa “Laskennassa käytettävä minimiverensokeri” asettamasi arvon alapuolella, näytössä näkyy ponnahdusikkuna “Syötetty VS-arvo on liian matala boluksen laskentaan”, ja mylife™ App ei laske ehdotettua bolusta. Tärkeää: Jos syöttämäsi verensokeri/glukoosi on liian matala boluksen laskemiseksi, seurauksena voi olla matalan verensokerin (hypoglykemian) riski.
- ⚠ Tarkasta aina tietojen ajankohtaisuus. Boluslaskinta tulisi käyttää 15 minuutin kuluessa verensokeri-/glukoosimittauksen jälkeen ja mieluiten juuri ennen ateriointia.

Boluksen laskemiseen vaaditaan, että verensokeri-/glukoosiarvo ja/tai hiilihydraatit on syötetty. Kun toinen näistä arvoista tai molemmat arvot on syötetty, "Laske"-painike muuttuu ei-aktiivisesta (harmaa) aktiiviseksi (vihreä).

Tietojen syöttö -kohdassa (katso kohta 7.1) syötetyt hiilihydraattiarvot, jotka on määritetty enintään 15 minuuttia aiemmin, siirretään automaattisesti boluslaskimen hiilihydraattien syöttökenttään.

### **Käyttäjät, jotka eivät käytä liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää**

Tietojen syöttö -kohdassa (katso kohta 7.1) syötetyt tai liitetystä verensokerimittarista tuodut verensokeriarvot, jotka on määritetty enintään 15 minuuttia aiemmin, siirretään automaattisesti boluslaskimen verensokerin/glukoosin syöttökenttiin.

### **Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää**

Glukoosiarvot siirretään glukoosin syöttökenttään ainoastaan edellyttäen, että trendinuoli ja anturin lukema ovat käytettävissä. mylife™ App -sovellus ilmoittaa ponnahdusikkunassa senhetkisen trendin ja lukeman, ja antaa sinun valita, haluatko hyväksyä senhetkisen lukeman vai syötätkö arvon manuaalisesti itse.

### **VAROITUS**


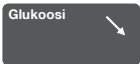

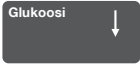



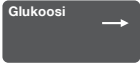

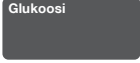

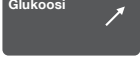

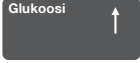


⚠ Kun G6-glukoosilukemat siirretään boluslaskimeen, korjausboluksen laskemiseen käytetään ainoastaan senhetkistä glukoosiarvoa. Ehdotuksen laskemisessa ei huomioida trendinuolta. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa siitä, miten parhaiten käytät trendinuolia korjausboluksen laskemiseen.

### **HUOMIO**

- ⚠ Liitettyä G6-järjestelmää käytettäessä boluslaskin käyttää ainoastaan G6-glukoosiarvoja tai manuaalisesti syötettyjä verensokeriarvoja. Mitään aiemmin Tietojen syöttö -kenttään merkittyjä verensokeriarvoja tai liitetystä verensokerimittarista tuotuja arvoja ei siirretä boluslaskimeen. Käyttäjän on syötettävä senhetkiset verensokeriarvot manuaalisesti.
- ⚠ Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää: Huomioi, että boluslaskimen glukoosin syöttökentässä näkyvä arvo saattaa automaattisesti päivittyä uudemmalla G6-järjestelmällä saadun jatkuvan glukoosinseurannan lukemalla, myös siinä tapauksessa, että käytät boluslaskinta.

Jos käytät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää, boluslaskimen glukoosin syöttökentässä nähdään senhetkinen glukoositrendi vastaavine nuolineen. Seuraavassa taulukossa on yleiskuva:

**Taulukko 4: G6-trendinäyttö boluslaskimessa**

<b>Glukoositrendi Dexcom G6 -järjestelmästä</b>	<b>Glukoositrenditiedot "Viimeiset arvot"-näytössä</b>	<b>Glukoositrenditiedot boluslaskimessa (glukoosin syöttökenttä)</b>
Hitaasti laskeva		
Laskeva		
Nopeasti laskeva		
Vakaa		
Ei nuolta		
Hitaasti nouseva		
Nouseva		
Nopeasti nouseva		

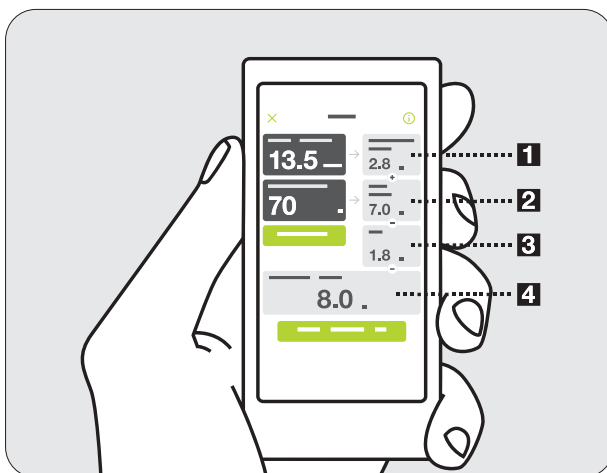
Napsauttamalla aktiivista painiketta "Laske" vahvistat, että syötettyjä arvoja käytetään laskentaan.

Jotta aktiivinen insuliini voidaan huomioida oikein laskennassa, mylife™ App -sovelluksesta muodostetaan yhteys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppuun.

Napsautettuasi "Laske"-painiketta näet näytössä seuraavat tiedot (kuva 3). Tulosten esitystapa riippuu aktiivisen insuliinin käyttöasetuksista.

### **Esitystapa insuliinipumpun käyttäjille, joiden boluslaskimessa aktiivinen insuliini vähennetään korjaus- ja ateriaboluksesta (menetelmä 1):**

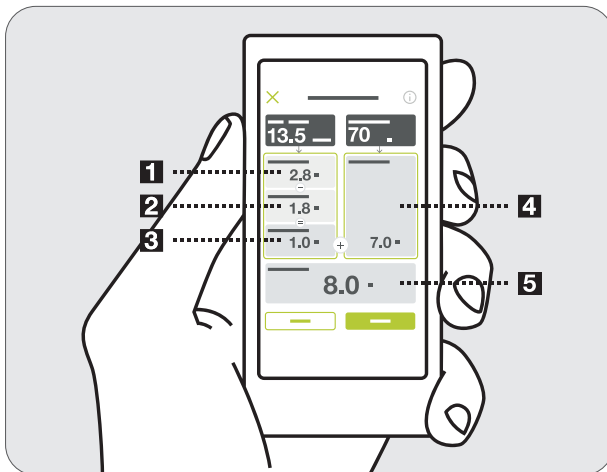
- 1.** Korjausbolus: Verensokerin/glukoosin korjaukseen tarvittavien insuliiniyksiköiden määrä.
- 2.** Ateriabolus: Hiilihydraattien kompensointiin tarvittavien insuliiniyksiköiden määrä.
- 3.** Aktiivinen insuliini: Tällä hetkellä vielä vaikuttava insuliinimäärä perustuen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tietoihin ja päiväkirjaan käsin merkittyihin annettuihin boluksiin.
- 4.** Ehdotettu bolus: Tuloksena saatu ehdotettu bolus näytetään perustuen kolmeen osatulokseen (korjausbolus + ateriabolus – aktiivinen insuliini).



Kuva 3: Boluslaskimen tulokset insuliinipumpun käyttäjille (menetelmä 1: aktiivinen insuliini vähennetään korjaus- ja ateriaboluksesta)

**Esitystapa insuliinipumpun käyttäjille, joiden boluslaskimessa aktiivinen insuliini vähennetään ainoastaan korjausboluksesta (menetelmä 2):**

- 1.** Korjausinsuliini: Insuliiniyksiköiden määrä, joka tarvitaan verensokerin/glukoosin säätämiseksi tavoitearvoon, vielä ilman aktiivisen insuliinin huomiointia. Aktiivinen insuliini vähennetään vaiheessa 2.
- 2.** Säädetty aktiivinen insuliini: Aktiivisen insuliinin insuliiniyksiköiden määrä, joka vähennetään korjausinsuliinista. Jos aktiivista insuliinia on enemmän kuin korjausinsuliinista voidaan vähentää, tässä esitetään vähennettävä arvo. Jos syötetty verensokeri/glukoosi on tavoitearvon alapuolella, tässä kentässä näkyy 0,0 U, koska tässä tapauksessa aktiivista insuliinia ei vähennetä.
- 3.** Korjausbolus: Insuliiniyksiköiden määrä, joka tarvitaan verensokerin/glukoosin säätämiseksi tavoitearvoon, aktiivisen insuliinin huomioimisen jälkeen.
- 4.** Ateriabolus: Hiilihydraattien kompensointiin tarvittavien insuliiniyksiköiden määrä.
- 5.** Ehdotettu bolus: Lopullinen ehdotettu bolus esitetään kahteen osatulokseen (korjausbolus + ateriabolus) perustuen.



Kuva 4: Boluslaskimen tulokset insuliinipumpun käyttäjille (menetelmä 2: aktiivinen insuliini vähennetään ainoastaan korjausboluksesta)

**Boluksen laskenta ja arvojen pyöristäminen:**

Ehdotettu bolus, korjausbolus ja ateriabolus pyöristetään alaspäin seuraavaan 0,1 U:hun (esim. 2,29 U pyöristetään arvoon 2,2 U). Boluslaskin käyttää laskentaan pyöristettyjä arvoja. Laskettu aktiivinen insuliini pyöristetään ylöspäin seuraavaan 0,1 U:hun (esim. 3,204 U pyöristetään arvoon 3,3 U).

Jos boluksen laskennan tulos on nollan alapuolella, ehdotettu bolusannos on 0,0 U.

Lisätietoa boluksen laskennasta (esim. senhetkinen herkkyysasetus tai VS-tavoitearvo) nähdään napsauttamalla tietosymbolia ⓘ boluslaskimen näytön ylärivillä.

Napsauttamalla “Tallenna” tai “Jatka” syöttämäsi verensokeri/glukoosi ja/tai hiilihydraatit kirjataan päiväkirjaan. Myös ehdotetun boluksen laskennan tulokset tallennetaan taustalla. Ne yhdistetään näihin tietoihin ja tallennetaan yhdessä boluksen annostelutietojen kanssa seuraavan mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun tietojen tuonnin yhteydessä.

Ehdotetun boluksen tulokset näkyvät päiväkirjassa vain, jos bolus annostellaan mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpulla 30 minuutin kuluessa bolusehdotuksesta. Jos bolus annostellaan näiden 30 minuutin kuluttua, ehdotetun boluksen tulokset hylätään. Annettu bolus näkyy ilman ehdotetun boluksen tuloksia, koska näiden tulosten katsotaan olevan vanhentuneita tietoja boluksen annon ajankohtana.

Laskenta voidaan nollata painamalla “Nollaa”-painiketta. Nollauspainike näkyy näytössä ainoastaan ehdotetun boluksen laskennan jälkeen. Voit sulkea boluslaskimen aina halutessasi painamalla ylärivillä olevaa “Poistu”-symbolia ✕.

Katso lisätietoa aiemmista bolusannoksista mylife™ App -sovelluksen kohdasta 7.3 Insuliinitilastot ja kohdasta 7.4 PDF-raportti.

### 5.3 Insuliinikynän käyttäjät: boluslaskimen käyttö

#### **VAROITUS**

- ⚠ Boluslaskin pystyy laskemaan ehdotetun boluksen annoksen ainoastaan syöttämiesi tietojen perusteella. Jos tiedoissa on virheitä tai puutteita, ehdotettu insuliinimäärä ei mahdollisesti ole oikea! Muista myös, että tarvittavaan insuliinimäärään vaikuttavia tekijöitä, kuten stressiä, aktiiviteettia, sairautta tai muita olosuhteita ei voida huomioida laskennassa.
- ⚠ Jotta aktiivisen insuliinin voi huomioida laskennassa, laskennassa on viimeistä päiväkirjaan tehtyä bolusmerkintää koskeva kysely. Jos näkyvä bolus ei ole tosiasiallinen viimeinen boluksesi, sinua pyydetään syöttämään se ensin tiedonsyöttötoiminnolla. Jos et huomioi viimeistä bolustasi, laskin ei pysty huomioimaan aktiivista insuliiniasi. Vahvista, että haluat suorittaa laskennan ilman aktiivista insuliinia, ainoastaan ollessasi todella varma siitä, ettei aktiivisen insuliinin keston aikana ole annettu bolusta.
- ⚠ Jos verensokeri-/glukoosiarvoja tai tietoja viimeisistä bolusannoksista puuttuu, bolusehdotuksen yhteydessä näytetään varoitus. Varmista tällöin, että syötetyt arvot riittävät bolusehdotuksen laskemiseen.
- ⚠ Tallennettuasi ehdotetun boluksen insuliinikynällä tai -ruiskulla on annettava tarkalleen sama määrä, jotta päiväkirjamerkintä on yhdenmukainen tosiasiasa annetun insuliinimäärän kanssa.
- ⚠ Jos mittaamasi verensokeri/glukoosi on alle kohdassa “Laskennassa käytettävä minimiverensokeri” asettamasi arvon alapuolella, näytössä näkyy ponnahdusikkuna “Syötetty VS-arvo on liian matala boluksen laskentaan”, ja mylife™ App ei laske ehdotettua bolusta. Tärkeää: Jos syöttämäsi verensokeri/glukoosi on liian matala boluksen laskemiseksi, seurauksena voi olla matalan verensokerin (hypoglykemia) riski.
- ⚠ Tarkasta aina tietojen ajankohtaisuus. Boluslaskinta tulisi käyttää 15 minuutin kuluessa verensokeri-/glukoosimittauksen jälkeen ja mieluiten juuri ennen ateriointia.

Boluksen laskemiseen vaaditaan, että verensokeri-/glukoosiarvo ja/tai hiilihydraatit on syötetty. Kun toinen näistä arvoista tai molemmat arvot on syötetty, "Laske"-painike muuttuu ei-aktiivisesta (harmaa) aktiiviseksi (vihreä).

Tietojen syöttö-kohdassa (katso kohta 7.1) syötetyt hiilihydraattiarvot, jotka on määritetty enintään 15 minuuttia aiemmin, siirretään automaattisesti boluslaskimen hiilihydraattien syöttökenttään.

### **Käyttäjät, jotka eivät käytä liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää**

Tietojen syöttö -kohdassa (katso kohta 7.1) syötetyt tai liitetystä verensokerimittarista tuodut verensokeriarvot, jotka on määritetty enintään 15 minuuttia aiemmin, siirretään automaattisesti boluslaskimen verensokerin/glukoosin syöttökenttiin.

### **Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää**

Glukoosiarvot siirretään glukoosin syöttökenttään ainoastaan edellyttäen, että trendinuoli ja anturin lukema ovat käytettävissä. mylife™ App -sovellus ilmoittaa ponnahdusikkunassa senhetkisen trendin ja lukeman, ja antaa sinun valita, haluatko hyväksyä senhetkisen lukeman vai syötätkö arvon manuaalisesti itse.

### **VAROITUS**


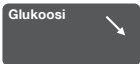

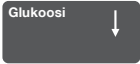



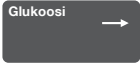

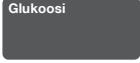

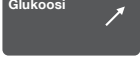

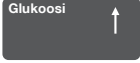


⚠ Kun G6-glukoosilukemat siirretään boluslaskimeen, korjausboluksen laskemiseen käytetään ainoastaan senhetkistä glukoosiarvoa. Ehdotuksen laskemisessa ei huomioida trendinuolta. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa siitä, miten parhaiten käytät trendinuolia korjausboluksen laskemiseen.

### **HUOMIO**

- ⚠ Liitettyä G6-järjestelmää käytettäessä boluslaskin käyttää ainoastaan G6-glukoosiarvoja tai manuaalisesti syötettyjä verensokeriarvoja. Mitään aiemmin Tietojen syöttö -kenttään merkittyjä glukoosiarvoja tai liitetystä verensokerimittarista tuotuja arvoja ei siirretä boluslaskimeen. Käyttäjän on syötettävä senhetkiset verensokeriarvot manuaalisesti.
- ⚠ Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää: Huomioi, että boluslaskimen glukoosin syöttökentässä näkyvä arvo saattaa automaattisesti päivittyä uudemmalla G6-järjestelmällä saadun jatkuvan glukoosinseurannan lukemalla, myös siinä tapauksessa, että käytät boluslaskinta.

Jos käytät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää, boluslaskimen glukoosin syöttökentässä nähdään senhetkinen glukoositrendi vastaavine nuolineen. Seuraavassa taulukossa on yleiskuva:

**Taulukko 5: G6-trendinäyttö boluslaskimessa**

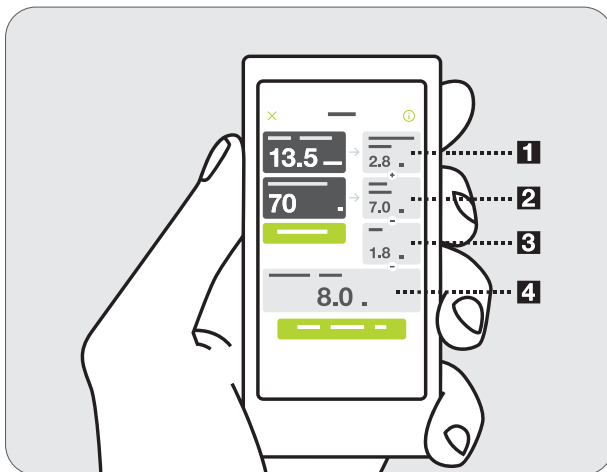
<b>Glukoositrendi Dexcom G6 -järjestelmästä</b>	<b>Glukoositrenditiedot "Viimeiset arvot"-näytössä</b>	<b>Glukoositrenditiedot boluslaskimessa (glukoosin syöttökenttä)</b>
Hitaasti laskeva		
Laskeva		
Nopeasti laskeva		
Vakaa		
Ei nuolta		
Hitaasti nouseva		
Nouseva		
Nopeasti nouseva		

Napsauttamalla aktiivista painiketta “Laske” vahvistat, että syötettyjä arvoja käytetään laskentaan.

Napsautettuasi “Laske”-painiketta näet näytössä seuraavat tiedot (kuva 5). Tulosten esitystapa riippuu aktiivisen insuliinin käyttöasetuksista.

**Esitystapa insuliinikynän käyttäjille, joiden boluslaskimessa aktiivinen insuliini vähennetään korjaus- ja ateriaboluksesta (menetelmä 1):**

1. Korjausbolus: Verensokerin/glukoosin korjaukseen tarvittavien insuliiniyksiköiden määrä.
2. Ateriabolus: Hiilihydraattien kompensointiin tarvittavien insuliiniyksiköiden määrä.
3. Aktiivinen insuliini: Tällä hetkellä vielä vaikuttava insuliinimäärä päiväkirjaan merkittyihin boluksiin perustuen (kaikki lyhytvaikutteista insuliinia sisältävät bolukset asetetun aktiivisen insuliinin keston aikana huomioidaan).
4. Ehdotettu bolus: Tuloksena saatu ehdotettu bolus näytetään perustuen kolmeen osatulokseen (korjausbolus + ateriabolus – aktiivinen insuliini).

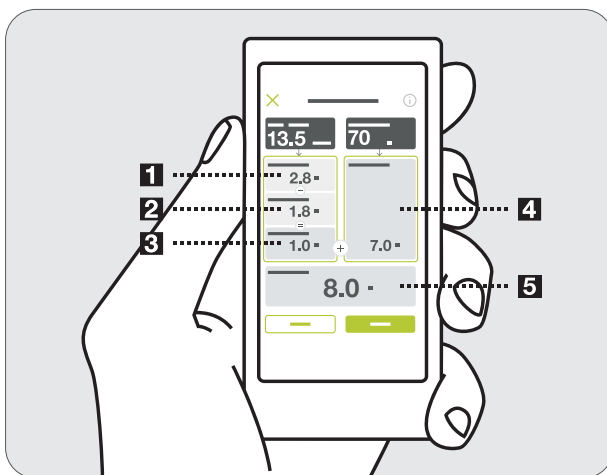


Kuva 5: Boluslaskimen tulokset insuliinikynän käyttäjille (menetelmä 1: aktiivinen insuliini vähennetään korjaus- ja ateriaboluksesta)

Napsautettuasi “Laske”-painiketta näet näytössä seuraavat tiedot (kuva 6). Tulosten esitystapa riippuu aktiivisen insuliinin käyttöasetuksista.

**Esitystapa insuliinikynän käyttäjille, joiden boluslaskimessa aktiivinen insuliini vähennetään ainoastaan korjausboluksesta (menetelmä 2):**

- 1.** Korjausinsuliini: Insuliiniyksiköiden määrä, joka tarvitaan verensokerin/glukoosin säätämiseksi tavoitearvoon, vielä ilman aktiivisen insuliinin huomiointia. Aktiivinen insuliini vähennetään vaiheessa 2.
- 2.** Säädetty aktiivinen insuliini: Aktiivisen insuliinin insuliiniyksiköiden määrä, joka vähennetään korjausinsuliinista. Jos aktiivista insuliinia on enemmän kuin korjausinsuliinista voidaan vähentää, tässä esitetään vähennettävä arvo. Jos syötetty verensokeri/glukoosi on tavoitearvon alapuolella, tässä kentässä näkyy 0,0 U, koska tässä tapauksessa aktiivista insuliinia ei vähennetä.
- 3.** Korjausbolus: Insuliiniyksiköiden määrä, joka tarvitaan verensokerin/glukoosin säätämiseksi tavoitearvoon, aktiivisen insuliinin huomioimisen jälkeen.
- 4.** Ateriabolus: Hiilihydraattien kompensointiin tarvittavien insuliiniyksiköiden määrä.
- 5.** Ehdotettu bolus: Lopullinen ehdotettu bolus esitetään kahteen osatulokseen (korjausbolus + ateriabolus) perustuen.



Kuva 6: Boluslaskimen tulokset insuliinikynän käyttäjille (menetelmä 2: aktiivinen insuliini vähennetään ainoastaan korjausboluksesta)

### **Boluksen laskenta ja arvojen pyöristäminen:**

Säädä ehdotettu annos vastaamaan tarkasti tarvitsemaasi annosta napauttamalla alaspäin (⊖) tai ylöspäin (⊕). Tämä on tärkeää aktiivisen insuliinin laskemista ja päiväkirjatietojen tallentamista varten.

Ehdotettu bolus, korjausbolus ja ateriabolus pyöristetään alaspäin seuraavaan 0,1 U:hun (esim. 2,29 U pyöristetään arvoon 2,2 U). Boluslaskin käyttää laskentaan pyöristettyjä arvoja. Laskettu aktiivinen insuliini pyöristetään ylöspäin seuraavaan 0,1 U:hun (esim. 3,204 U pyöristetään arvoon 3,3 U).

Jos boluksen laskennan tulos on nollan alapuolella, ehdotettu bolusannos on 0,0 U.

Lisätietoa boluksen laskennasta (esim. senhetkinen herkkyysasetus tai VS-tavoitearvo) nähdään napsauttamalla tietosymbolia ⓘ boluslaskimen näytön ylärivillä.

Kun tallennat tiedot (verensokeri/glukoosi ja/tai hiilihydraatit), ne kirjataan päiväkirjaan. Myös ehdotetun boluksen laskennan tulokset tallennetaan taustalla. Lisäksi voidaan valita ainoastaan verensokeri/glukoosin ja/tai hiilihydraattien tallentaminen, mikäli kyseisenä ajankohtana ei halutakaan antaa bolusta.

Laskenta voidaan nollata painamalla "Nollaa"-painiketta. Nollauspainike näkyy näytössä ainoastaan ehdotetun boluksen laskennan jälkeen. Voit sulkea boluslaskimen aina halutessasi painamalla ylärivillä olevaa "Poistu"-symbolia ✕.


Katso lisätietoa aiemmista bolusannoksista mylife™ App -sovelluksen kohdasta 7.3 Insuliinitilastot ja kohdasta 7.4 PDF-raportti.




## 6 Boluksen etäannostelu

mylife™ App -sovellus tukee boluksen etäohjelmointia mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpulla annostelua varten.

### **VAROITUS**

 Boluksen annostelu riippuu täysin syöttämistäsi tiedoista. Jos nämä tiedot ovat vääriä tai puutteellisia, annosteltu insuliinimäärä ei mahdollisesti ole oikea senhetkiselle ja/tai tulevalle verensokeritasollesi. Tämä saattaa altistaa sinut korkealle verensokerille (hyperglykemia) tai matalalle verensokerille (hypoglykemia).

### **HUOMIO**

-  Jos insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä ei ole Bluetooth®-yhteyttä ajankohtana, jolloin sovelluksen pitäisi annostella bolus, ohjelmoi kyseinen bolus suoraan insuliinipumpussa.
-  Jos insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä ei ole Bluetooth®-yhteyttä boluksen annostelun ollessa käynnissä:
  - Varmista boluksen annostelun tila suoraan insuliinipumpusta.
  - Keskeytä käynnissä oleva bolus tarvittaessa suoraan insuliinipumpusta.



Huomioi, että tarvitset yhteensopivan mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun, jotta voit käyttää etäbolustoimintoa “mylife™ Dose”. Mikäli sinulla on kysymyksiä, ota yhteyttä paikalliseen mylife™ Diabetescare -edustajaan.

Tietoa eri bolustyypeistä ja insuliinin annostelemisesta mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpulla on mylife™ YpsoPump® -käyttöohjeessa.

## 6.1 Käyttö

### Käyttö boluslaskimen kautta

Laskettuasi ehdotetun boluksen sovelluksessa näkyy “Jatka” boluslaskimen valikon alaosassa. Painettuasi “Jatka” näyttöön avautuu boluksen annostelun näyttö, jossa voit ohjelmoida insuliinin annostelun mylife™ YpsoPump®-insuliinipumpulla.

### Käyttö aloitusnäytön ja sovellusvalikon kautta




Voit avata “Boluksen annostelu” -näytön myös suoraan napsauttamalla vihreää ▶ -kuvaketta “Boluksen annostelu” näytön “Viimeinen bolus” -painikkeessa. Vaihtoehtoisesti voit avata sovellusvalikon ja napsauttaa “Boluksen annostelu”. Avaamalla suoraan boluksen annostelunäytön voit ohjelmoida mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpulla annettavan boluksen käyttämättä ensin boluslaskinta.

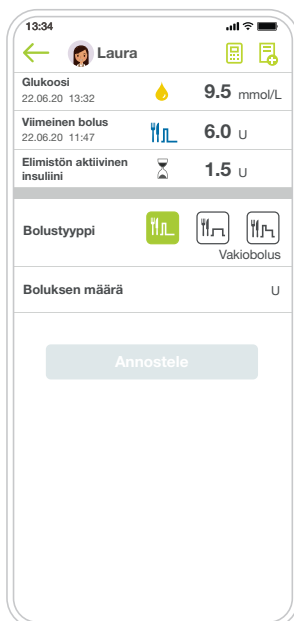
## 6.2 Boluksen ohjelmointi

Boluksen annostelunäytön yläosassa on yleiskuva olennaisista hoitotiedoista boluksen laskennan ja boluksen ohjelmoinnin ajankohtana (katso alla oleva sovellusnäyttö):

- Verensokeri/glukoosi
- Viimeinen bolus
- Elimistön aktiivinen insuliini

Näiden tietojen alapuolella voit valita haluamasi bolustyyppin kolmesta käytettävissä olevasta vaihtoehdosta (katso alla oleva sovellusnäyttö):

- Vakiobolus 
- Jatkettu bolus 
- Yhdistelmäbolus 



Jos ehdotettu bolus siirrettiin boluslaskimesta, se tulee automaattisesti näkyviin bolusmäärän syöttökenttään (jos ei vanhempi kuin 15 minuuttia). Jos kuitenkin avaat boluksen annostelunäytön suoraan, sinun on syötettävä haluamasi bolusmäärä manuaalisesti. Voit muuttaa boluksen (kokonais-)määrää milloin tahansa ennen sen annostelua.

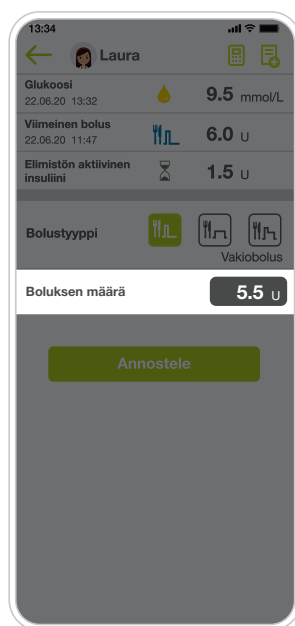
## Vakioboluksen ohjelmointi

Ohjelmoi bolus vaiheittaisten ohjeiden avulla. Seuraavat arvot ovat esimerkkejä, ja ne on tarkoitettu ainoastaan havainnollistamaan toimintaa.



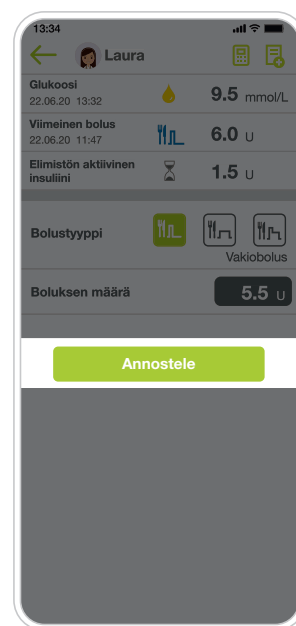
### 1. vaihe

- Napsauta "Vakiobolus"-kuvaetta bolustyyppin valikossa.



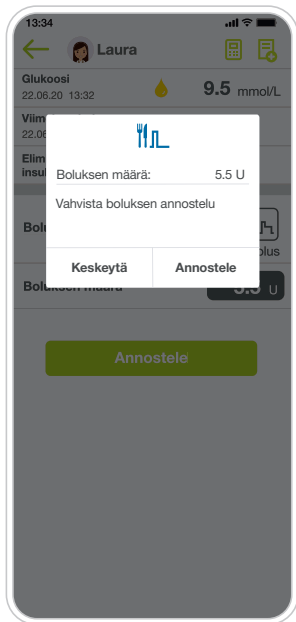
### 2. vaihe

- Syötä haluamasi bolusmäärä 0,1 U:n ja 30,0 U:n välisellä alueella.
- Jos arvo on täytetty automaattisesti boluslaskimesta, tarkista täytetty bolusmäärä.



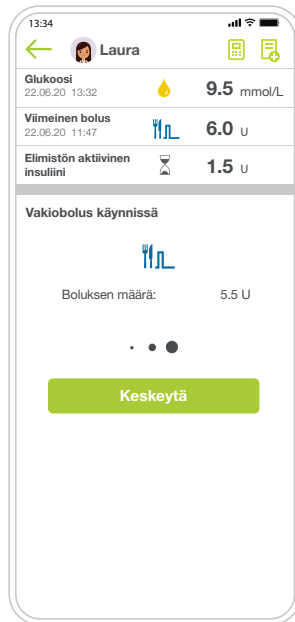
### 3. vaihe

- Napsauta "Annostelet". Näytössä näkyy annostelun vahvistava ponnahdusikkuna.



#### 4. vaihe

- Vahvista boluksen vapautus mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa napsauttamalla painonahdusikkunassa “Annostelee”.



#### 5. vaihe

- Vahvistamisen jälkeen käynnissä oleva bolus näkyy sovelluksessa.

Annostelun jälkeen sovellus palaa “Viimeiset arvot” -näyttöön.

Lisätietoja käynnissä olevan boluksen keskeyttämisestä on jäljempänä tämän asiakirjan vastaavassa luvussa.

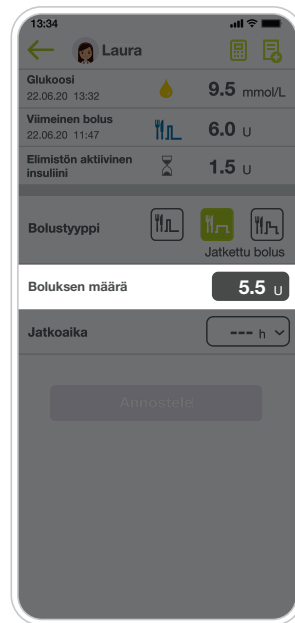
## Jatketun boluksen ohjelmointi

Ohjelmoi bolus vaiheittaisten ohjeiden avulla. Seuraavat arvot ovat esimerkkejä, ja ne on tarkoitettu ainoastaan havainnollistamaan toimintaa.



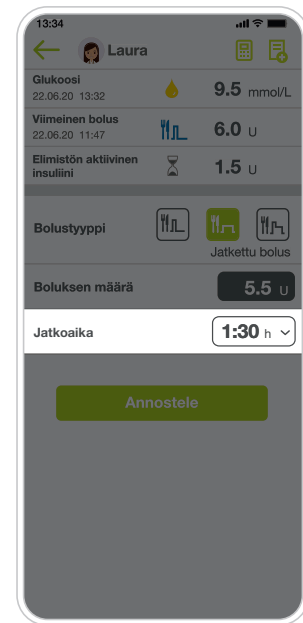
### 1. vaihe

- Napsauta "Jatkettu bolus" -kuvaketta bolustyyppin valikossa.



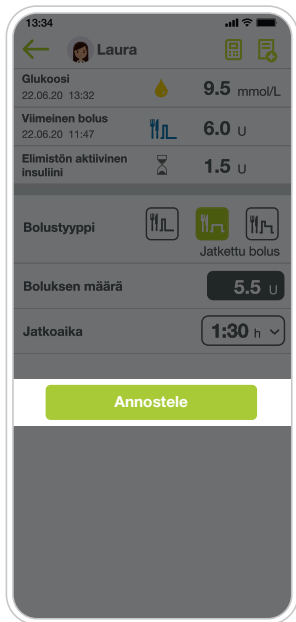
### 2. vaihe

- Syötä haluamasi bolusmäärä 0,1 U:n ja 30,0 U:n välisellä alueella.
- Jos arvo on täytetty automaattisesti boluslaskimesta, tarkista täytetty bolusmäärä.



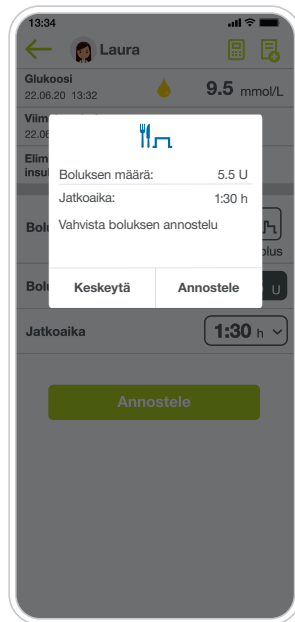
### 3. vaihe

- Valitse pidennetty aika, jonka kuluessa valittu bolus annostellaan. Pidennetty aika voi olla 15 minuutista 12 tuntiin, ja sen voi asettaa 15 minuutin tarkkuudella.



#### 4. vaihe

- Napsauta "Annostelee". Näytössä näkyy annostelun vahvistava ponnahdusikkuna.



#### 5. vaihe

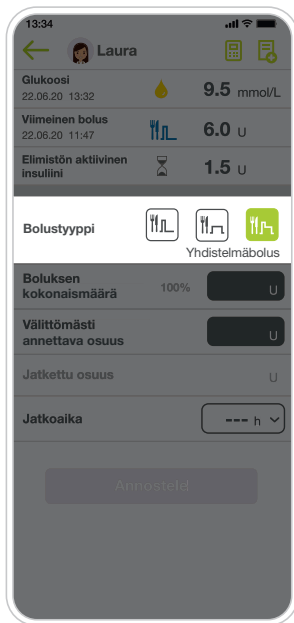
- Vahvista boluksen vapautus mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa napsauttamalla ponnahdusikkunassa "Annostelee".

Sovellus palaa viipymättä "Viimeiset arvot" -näyttöön, jossa näet käynnissä olevan jatkettun boluksen.

Lisätietoja käynnissä olevan boluksen keskeyttämisestä on jäljempänä tämän asiakirjan vastaavassa luvussa.

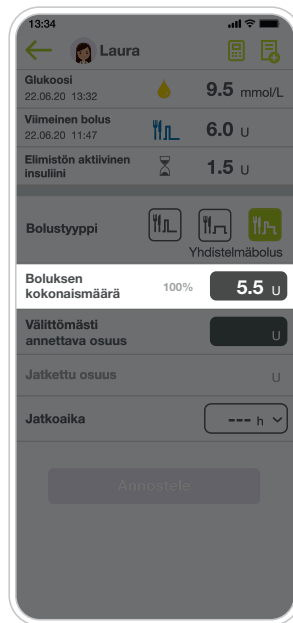
## Yhdistelmäboluksen ohjelmointi

Ohjelmoi bolus vaiheittaisten ohjeiden avulla. Seuraavat arvot ovat esimerkkejä, ja ne on tarkoitettu ainoastaan havainnollistamaan toimintaa.



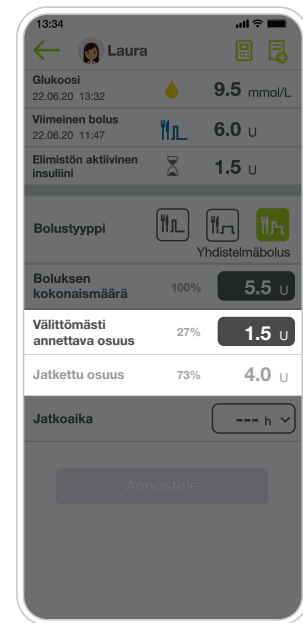
### 1. vaihe

- Napsauta "Yhdistelmäbolus"-kuvaketta bolustyyppin valikossa.



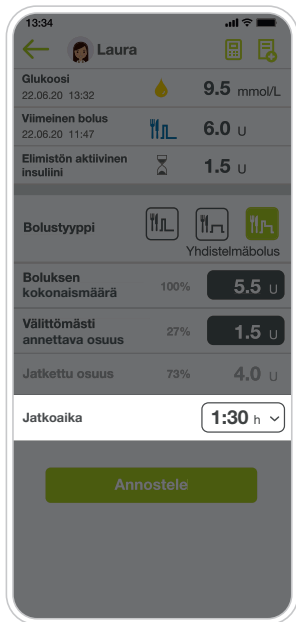
### 2. vaihe

- Syötä haluamasi boluksen kokonaismäärä 0,2 U:n ja 30,0 U:n välisellä alueella.
- Jos arvo on täytetty automaattisesti boluslaskimesta, tarkista täytetty bolusmäärä.



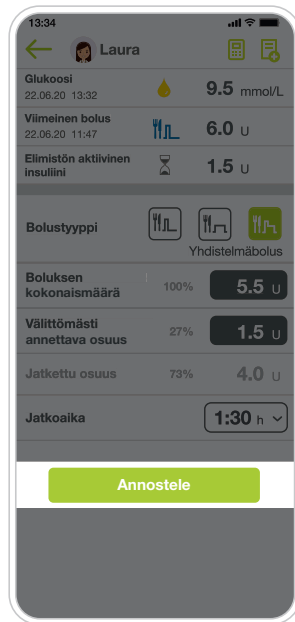
### 3. vaihe

- Syötä bolusmäärä, jonka haluat annostella suoraan (heti annosteltava osuus).
- Jatketun osuuden bolusmäärä lasketaan automaattisesti, ja se näkyy heti annosteltavan osuuden alapuolella.



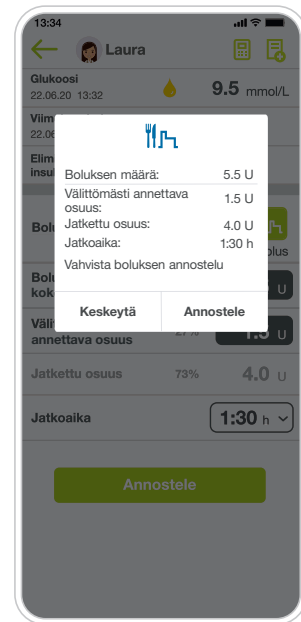
#### 4. vaihe

- Valitse pidennetty aika, jonka kuluessa bolusmäärän jäljellä oleva osuus annostellaan (pidennetty osuus). Pidennetty aika voi olla 15 minuutista 12 tuntiin, ja sen voi asettaa 15 minuutin tarkkuudella.



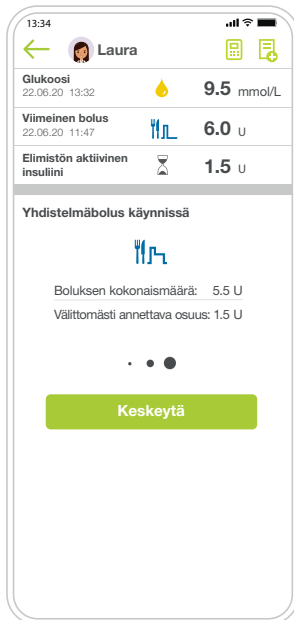
#### 5. vaihe

- Napsauta "Annostelee". Näytössä näkyy annostelun vahvistava ponnahdusikkuna.



#### 6. vaihe

- Vahvista boluksen vapautus mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa napsauttamalla ponnahdusikkunassa "Annostelee".



## 7. vaihe

- Vahvistamisen jälkeen käynnissä oleva heti annosteltavan osuuden edistyminen näkyy sovelluksessa.

Annostelun päätyttyä sovellus palaa "Viimeiset arvot" -näyttöön, jossa näet jatkettun osuuden käynnissä olevana boluksena.

Lisätietoja boluksen keskeyttämisestä on jäljempänä tämän asiakirjan vastaavassa luvussa.

### Käynnissä olevan boluksen keskeyttäminen

Voit halutessasi keskeyttää käynnissä olevan boluksen. Boluksen keskeyttäminen on mahdollista kaikilla bolustyypeillä. Tämän osalta on huomioitava alla määritetyt rajoitukset.


Vakiobolus ja yhdistelmäboluksen heti annosteltava osuus on **vähintään 0,5 U tai 2,0 U\***:

1. Napsauta "Peruuta" boluksen annostelunäytössä.
2. Keskeytys tapahtuu välittömästi ja ilman uudelleenvahvistusta.

Vakiobolus ja yhdistelmäboluksen heti annosteltava osuus **alle 0,5 U tai 2,0 U\***:

Boluksen keskeytystä sovelluksen ponnahdusikkunassa on osittain rajoitettu teknisistä syistä. Vakiobolusta ei voi peruuttaa sovelluksessa. Yhdistelmäbolus, jonka heti annosteltava osuus on alle 0,5 U tai 2,0 U\*, voidaan keskeyttää sovelluksessa vain sen jälkeen, kun heti annosteltavan osuuden annostelu on valmis.

Jatkettu bolus ja yhdistelmäboluksen pidennetty osuus:


1. Avaa boluksen annostelunäyttö uudelleen joko napsauttamalla  -kuvaketta "Viimeiset arvot" -näytön boluspainikkeessa tai napsauttamalla "Boluksen annostelu" sovellusvalikossa.
2. Varmista, että olet valinnut oikean bolustyyppin.
3. Näytössä näkyy käynnissä oleva annostelu. Napsauta "Peruuta" näytön alaosassa.
4. Vahvista keskeytys uudelleen napauttamalla ponnahdusikkunassa "Kyllä".

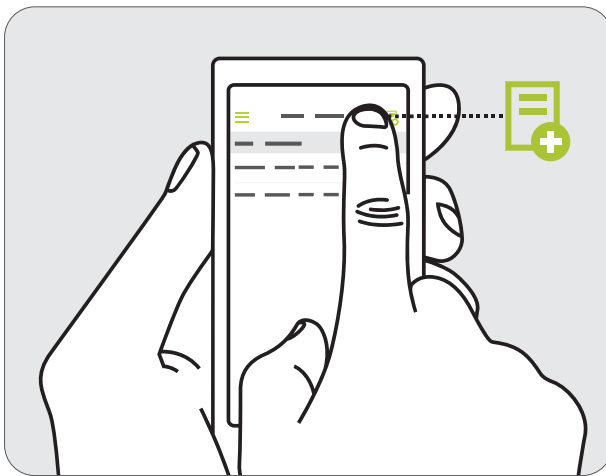
\* Raja-arvo (0,5 U tai 2,0 U) riippuu insuliinipumpun ohjelmistoversiosta.



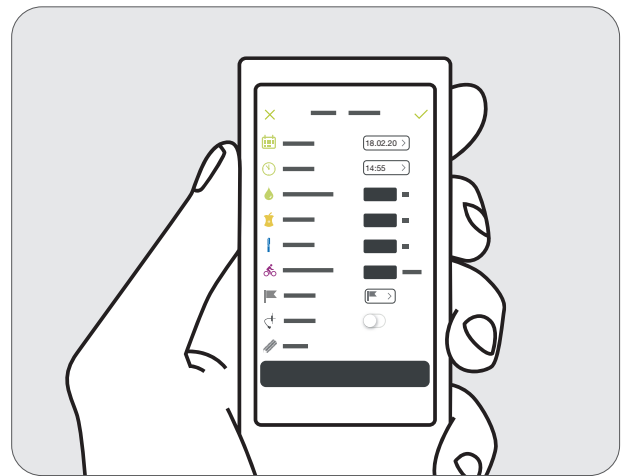
## 7 Tietojen syöttö ja tarkastelu

### 7.1 Tietojen syöttö

Voit syöttää manuaalisesti hoitotapahtumia koskevia tietoja päiväkirjaan. Napsauttamalla Tietojen syöttö -symbolia  mylife™ App -sovelluksen ylärivillä avaat tietojen syöttöikkunan. Voit avata tietojen syöttöikkunan myös sivuvalikosta.













Kuva 7: Tietojen syötön aloittaminen



Kuva 8: Tietojen syöttöikkuna

Seuraavassa on kuvaus erilaisista tietojen syöttövaihtoehdoista. Tarkasta ensin merkinnälle näkyvä päivämäärä ja kellonaika. Jos merkintää ei haluta tallentaa senhetkisen päivämäärän ja kellonajan kanssa, voit muuttaa niitä napsauttamalla. Taulukossa 4 on yhteenveto manuaalisen tiedonsyötön vaihtoehdoista.

**Taulukko 6: Tiedonsyötön vaihtoehdot****Kuvakkeet Kuvaus**

	Päivämäärä: Tässä voit muuttaa tapahtuman päivämäärän.
	Aika: Tässä voit syöttää tapahtuman kellonajan.
	Verensokeri: Syötä tähän haluamasi verensokeriarvo.
	Hiilihydraatit: Syötä tähän haluamasi hiilihydraattien määrä grammoina (g).
	Liikunta: Syötä urheiluun käyttämäsi aika minuutteina. Huomioi, että liikuntamerkintöjä ei huomioida boluslaskimessa.
	Bolus insuliinikynän tai -pumpun käyttäjille lisäinsuliinikynässä tai -pumpussa. Tämä insuliiniannos huomioidaan aktiivisen insuliinin laskennassa perustuen edellä kuvattuihin kenttiin syötettyyn päivämäärään ja kellonaikaan.
	Perusinsuliini (vain insuliinikynän käyttäjät): Tässä voit syöttää annetun perusinsuliinin.
	Huomautus: Voit syöttää jokaiseen merkintään lisämuistiinpanoja vapaan tekstin muodossa.
	Merkit: Voit syöttää jokaiseen verensokerimerkintään enintään 3 merkkiä lisätietoina (esim. ennen ateriaa/aterian jälkeen, liikunta, sairaus).
	Infuusiosetin vaihtaminen (vain insuliinipumppujen käyttäjät): Jos haluat taltioida infuusiosetin vaihdot, voit tehdä sen tässä kohdassa.














Merkinnät tallennetaan päiväkirjaan napsauttamalla tallennussymbolia ✓. Jotta voit valita merkinnän, on vähintään yhden arvon oltava syötettynä. Voit kuitenkin tallentaa myös useita arvoja samanaikaisesti.

## 7.2 Päiväkirja










Päiväkirjassa nähdään kaikki rekisteröidyt tapahtumat aikajärjestyksessä. Päiväkirja sisältää tapahtumat, jotka insuliinipumpun ja -kynän käyttäjät syöttävät manuaalisesti tietojen syöttökenttiin, sekä tiedot, jotka mylife™ App -sovellus tuo mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpusta ja liitetystä verensokerimittarista.

### Taulukko 7: Päiväkirjan yleiskuva

#### Kuvakkeet Kuvaus

	Verensokeri (tavoitealueen sisällä)
	Verensokeri (tavoitealueen yläpuolella)
	Verensokeri (tavoitealueen alapuolella)
	Dexcom G6 -anturin kalibrointi (vain liitetyn G6-järjestelmän käyttäjät)
	Hiilihydraatit
	Liikunta
	Insuliinikynän bolus insuliinipumppuhoidon käyttäjille lisäinsuliinikynässä tai -pumpussa.
	Perusinsuliini (vain insuliinikynän käyttäjät): Tässä voit syöttää annetun perusinsuliinin.
	Merkinnän poistaminen (mahdollinen vain manuaalisesti syötettyjen merkintöjen osalta).
	Tietyn päiväkirjamerkinnän lisätietoja voi katsoa napsauttamalla
	Vakiobolus
	Jatkettu bolus
	Yhdistelmäbolus

**Taulukko 7: Päiväkirjan yleiskuva (jatkoa)****Kuvakkeet Kuvaus**

	Infuusiosetin vaihto
	Letkun täyttäminen
	Kanyylin täyttäminen
	Käyttötila mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa
	Pysähdystila mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa
	Insuliinin kokonaismäärä vuorokaudessa (perusinsuliini ja bolus)
	Päivämäärän vaihto mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa
	Kellonajan vaihto mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa
	Hälytys mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa

Päiväkirjaan merkittyjen ehdotettuihin boluksiin perustuvien bolusmerkintöjen osalta päiväkirjassa nähdään alla olevat tiedot, jotta kyseistä laskentaa on helppo tarkastella. Näet nämä tiedot napsauttamalla bolusmerkinnän vieressä olevaa tietokuvaketta ⓘ.

- Syötetyt arvot (verensokeriarvo ja/tai hiilihydraatit ja aktiivinen insuliini)
- Ehdotetun boluksen tulokset
- Boluslaskimen perustana olevat asetukset

Voit poistaa manuaalisen merkinnän päiväkirjasta. Tee se pyyhkäisemällä kyseistä merkintää vasempaan. Napauta punaista roskakorisybolia ja vahvasta poisto napauttamalla "Poista". Hoitolaitteesta tuotuja merkintöjä ei voida poistaa.

## 7.3 Tilastot

### Verensokeri-/glukoositolasto

Tässä nähdään mitatut verensokeri-/glukoosiarvot prosenttijakaumana rengaskaavion muodossa (tavoitealueen sisällä, tavoitealueen yläpuolella tai tavoitealueen alapuolella mylife™ App -sovelluksessa valittujen hoitoasetusten mukaisesti).



Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää:

- Jatkuvan glukoosinseurannan arvot arvioidaan mylife™ App -sovelluksen hoitoasetuksissa asetetun tavoitealueen mukaisesti. Tavoitealue saattaa poiketa G6-tavoitealueesta.
- mylife™ App -sovelluksessa jatkuvan glukoosinseurannan tilastot ovat saatavilla enintään 3 kuukauden ajalta.

### Insuliinitilasto

Tässä nähdään annetun insuliinin määrä eri värikoodien avulla (sininen = bolus, purppura = perusinsuliini) prosenttijakaumana rengaskaavion muodossa ja absoluuttisina yksiköinä valitussa ajanjaksossa.

### Vakio päivä

Vakio päivä näyttää verensokeriarvojen kulun 24 tunnin ajalta kaavion muodossa. Kaikki valitun ajanjakson verensokeriarvot näkyvät 24 tunnin pituisella aika-akselilla. Valkoinen alue on verensokerin tavoitealueesi.

Kaikki tavoitealueella olevat arvot näkyvät vihreinä. Kaikki arvot, jotka ovat tavoitealuetta korkeampia, näkyvät oranssina. Arvot, jotka ovat tavoitealuetta matalampia, näkyvät punaisina. Pisteiviivan yläpuolella olevat arvot ovat hyperglykemia-alueella. Pisteiviivan alapuolella olevat arvot ovat hypoglykemia-alueella.

Kaikki tilastot voidaan esittää seuraavilla ajanjaksoilla:

- Tänään
- Eilen
- Viimeiset 7 vrk
- Viime kuukausi
- Viimeiset 3 kk
- Viimeiset 6 kk
- Valittu ajanjakso



Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää: vakiopäivätilastoja ei ole saatavana.

## 7.4 Raportit

### PDF-raportti

mylife™ App -sovelluksen avulla voidaan luoda vakiomuotoisia PDF-raportteja.

Raportit voivat sisältää seuraavia tietoja:

- Verensokeri-/glukoositolasto
- Insuliinitilasto
- Boluslaskimen asetukset. Lisäksi insuliinipumpun käyttäjillä:  
mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun boluksen ja perusinsuliinitason asetukset
- Päiväkohtainen yleiskuva päiväkirjaan merkityistä tapahtumista

### CSV-raportti

mylife™ App -sovellus mahdollistaa lisäksi vakioraportin viennin .csv-muodossa.

Raportti sisältää päiväkirjaan merkityt tiedot aikajärjestyksessä valitsemaltasi ajalta.



Käyttäjät, jotka käyttävät liitettyä Dexcom G6 -järjestelmää:

- Jatkuvan glukoosinseurannan arvot arvioidaan mylife™ App -sovelluksen hoitoasetuksissa asetetun tavoitealueen mukaisesti. Tavoitealue saattaa poiketa G6-tavoitealueesta.
- mylife™ App -sovelluksessa jatkuvan glukoosinseurannan tilastot ovat saatavilla enintään 3 kuukauden ajalta.

Valitse ensin haluamasi raportin ajanjakso. Voit valita seuraavista ajanjaksoista:

- Tänapäivän
- Eilen
- Viimeiset 7 vrk
- Viime kuukausi
- Viimeiset 3 kk
- Viimeiset 6 kk
- Valittu ajanjakso

Luo raportti painamalla Vie-painiketta. Raportin luomisen jälkeen voit tallentaa ja jakaa raportin älypuhelimiesi käyttöjärjestelmän tavanomaisia toimintoja käyttäen.

## 7.5 Pienoisohjelma/älykello

### Pienoisohjelma/nopea vilkaisu

Voit tarkistaa alla luetellut hoitotiedot. Etkö näe tietoja? Avaa sovellus.

**Apple (Tänään-näkymä/pienoisohjelma):** Tarkista tietosi Tänään-näkymässä, vaikka älylaitteesi on lukittuna. Pyyhkäise aloitusnäytön tai lukitusnäytön vasemmasta kulmasta oikealle. Voit lisätä mylife App -pienoisohjelman vierittämällä alas asti ja napauttamalla Muokkaa. Katso älylaitteen käyttöohjeesta lisätietoja.

**Android (Nopea vilkaisu):** Tarkista älypuhelimien aloitusnäytössä näkyvät tiedot tai pyyhkäise ylhäältä alas.

Näkyvät hoitotiedot:

- Viimeinen verensokeri (verensokerimittarin käyttäjät)
- Nykyinen CGM-arvo (CGM:n käyttäjät)
- Nykyinen CGM-trendi (CGM:n käyttäjät)
- Viimeinen bolus
- Käynnissä oleva bolus (vain jatkettu bolus ja yhdistelmäboluksen pidennetty osuus)
- Nykyinen elimistön aktiivinen insuliini

### Älykello

mylife App tukee Apple Watchia ensimmäisenä liitettävänä älykellona.

### Ehdotettu käyttö verensokerimittarin kanssa

Älykellosi avulla voit tarkistaa viimeksi sovelluksen lokiin tallentamasi verensokeriarvon.

### Ehdotettu käyttö CGM-järjestelmän kanssa

Älykellon käyttäminen G6-järjestelmän kanssa voi muuttaa tapaa, jolla saat hälytyksiä/varoituksia.

- Älykello viestii vain älylaitteesi kanssa, ei lähettimen kanssa.
- Et saa hälytyksiä/varoituksia tai G6-lukemia kelloosi, ellei sitä ole yhdistetty älylaitteeseesi.

Varmista, että ymmärrät, miten saat ilmoitukset, kun kello on yhdistetty.

- Sinun täytyy käyttää kelloa, jotta näet varoitukset ja tunnet niiden värinän.
- Varmista älylaitteen asetuksista, että ilmoitukset lähtevät sekä älylaitteeseen että älykelloosi.
- Älä poista ilmoituksia käytöstä tai estä niitä sovelluksesta.

Kellon herättäminen päivittää glukoosinseurantajärjestelmän tiedot älylaitteesta. Voi kulua pieni viive, ennen kuin kellon sovellus näyttää senhetkiset tiedot. Tarkista osoitteesta [mylife-diabetescare.com/compatibility](https://mylife-diabetescare.com/compatibility), että kellosi toimii G6-järjestelmän kanssa.

### Apple Watchin määrittäminen (iPhone)

Asenna sovellus iPhoneen Watch-sovelluksen avulla. Katso älykellon käyttöohjeesta lisätietoja sovellusten asentamisesta. Käyttämällä Apple Watch -kellon digitaalista kruunua voit valita aiempien tietojen 1 tunnin, 3 tunnin ja 6 tunnin näkymät.





## 8 Profiilit ja käyttäjätilit

### 8.1 Ensimmäisen käyttäjäprofiilin luominen mylife™ App -sovelluksessa

mylife™ App -sovellusta voidaan käyttää mylife™ Cloud -käyttäjätilin kanssa tai ilman sitä. mylife™ Cloud -palvelua käytetään tietojen tallennusta ja siirtoa varten; se ei tue ehdotetun boluksen laskentaa. Jos käytät mylife™ Cloud -käyttäjätiliäsi, mylife™ App -sovelluksen sisältämät tiedot synkronoidaan mylife™ Cloud -käyttäjätilisi kanssa. Jos et yhdistä mylife™ App -sovellusta mylife™ Cloud -käyttäjätilin kanssa, tietosi tallennetaan paikallisesti älypuhelimellesi etkä pysty käyttämään tietoja muualta käsin.

#### ■ Jatka ilman käyttäjätiliä

Noudata mylife™ App -asetusapuohjelman ohjeita ilman mylife™ Cloud -käyttäjätilin luomista. Jos muutat mielesi myöhemmin, voit kirjautua sisään mylife™ Cloud -tilille valitsemalla Asetukset ⚙️ → Henkilötiedot.

#### ■ Luo käyttäjätili

Luo uusi mylife™ Cloud -käyttäjätili ja käynnistä mylife™ App -sovellus uuden mylife™ Cloud -käyttäjätilin kanssa.

#### ■ Kirjaudu sisään olemassa olevalle tilille

Ota mylife™ App -sovellus käyttöön mylife™ Cloud -käyttäjätilisi kanssa.

### 8.2 Lisäprofiilin luominen

#### ⚠️ VAROITUS

⚠️ Varmista, että haluttu profiili on käytössä jokaisella käyttökerralla. Väärän käyttäjäprofiilin tahaton käyttö voi johtaa vääristyneisiin hoitotietoihin ja virheellisiin bolusehdotuksiin.

Lue lisäprofiili valitsemalla: Asetukset ⚙️ → Henkilötiedot → Luo uusi profiili  
Profiilien enimmäismäärä on 10.

### 8.3 Profiilin poistaminen

Poista profiili valitsemalla: Asetukset ✨ → Henkilötiedot → Poista profiili.

Huomioi, että profiilin poistaminen johtaa kaikkien paikallisesti älypuhelimien mylife™ App -sovellukseen tallennettujen tietojen ja hoitotietojen poistamiseen. Jos sinulla on mylife™ Cloud -palvelun käyttäjätili, jonka kanssa kyseiset tiedot synkronoidaan, voit ladata ja synkronoida tiedot myöhemmin uudelleen mylife™ App -sovelluksen uudelleenasetuksen jälkeen. Jos myös haluat poistaa käyttäjätilin ja hoitotiedot mylife™ Cloud -palvelusta, palvelun käyttäjätili on poistettava vielä erikseen.

### 7.4 Sisäänkirjautuminen mylife™ Cloud-palveluun

Kirjaudu sisään mylife™ Cloud -käyttäjättilille seuraavasti: Asetukset ✨ → Henkilötiedot → Kirjaudu sisään.

**Sähköpostiosoite:**

mylife™ Cloud -käyttäjättiliin yhdistetty sähköpostiosoite.

**Salasana:**

mylife™ Cloud -käyttäjättilin salasana

**Pidä minut sisäänkirjautuneena:**

Valitse tämä, jos haluat pysyä sisäänkirjautuneena.



## 9 Laitehallinta

Huomaa: Yhteyden muodostaminen soveltuvan laitteen kanssa Bluetooth®-yhteyden avulla on tehtävä aina yksityisessä, ei-julkisessa ympäristössä. Näin menetellen minimoidaan mahdollinen riski sille, että ulkopuoliset pystyisivät seuraamaan salattua Bluetooth®-yhteyttä.

### 9.1 Bluetooth®-yhteyden muodostaminen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun kanssa

Katso mylife™ YpsoPump® -käyttöoppaasta tietoa Bluetooth®-toiminnon käyttöönottamisesta sekä Bluetooth®-yhteyden muodostamisen aktivoimisesta mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa.

Yhteyden muodostamiseen mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun ja mylife™ App -sovelluksen välillä on seuraavat vaihtoehdot:

- Voit muodostaa yhteyden mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppuun asetusapuohjelmassa hoitoasetusten tallentamisen jälkeen. Varmista, että älypuhelimien Bluetooth®-toiminto on otettu käyttöön ja että Bluetooth®-yhteys ja Bluetooth®-yhteydenmuodostus ovat aktiivisia mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa.
- Voit muodostaa yhteyden mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppuun myöhemmässä vaiheessa mylife™ App -sovelluksen asetusten laitehallintaosiossa. Myös tämän osalta on Bluetooth® kytkettävä päälle älypuhelimessa, ja Bluetooth®-yhteyden ja Bluetooth®-yhteydenmuodostuksen on oltava aktiivisia mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpussa.

Tämän toimenpiteen aikana mylife™ App -sovellus kehottaa valitsemaan mylife™ YpsoPump® -insuliinipumpun sen sarjanumeron perusteella. Sarjanumero on merkitty insuliinipumpun pohjaan "SN"-kohtaan. Kun olet valinnut insuliinipumpun, sen näytössä näkyy 6-lukuinen numeroyhdistelmä (Bluetooth®-yhteydenmuodostuskoodi). Syötä numeroyhdistelmä mylife™ App -sovellukseen ja vahvista se. Syötettyäsi koodin insuliinipumppu värisee kerran osoituksena siitä, että insuliinipumpun ja sovelluksen välille on muodostettu yhteys. mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppu näkyy sitten mylife™ App -sovelluksen laitehallintaosiossa.

mylife™ YpsoPump® -insuliinipumppu ja mylife™ App -sovellus on nyt yhdistetty toisiinsa.



Käyttäjät, jotka käyttävät mylife™ Dose -toiminnon kanssa yhteensopivaa insuliinipumppua: Huomioi, että voidaksesi käyttää boluksen etäannostelutoimintoa sinun on suoritettava vastaava sovelluksen sisältämä opastus ja vastattava oikein opastuksen lopussa esitettyihin kysymyksiin.

## 9.2 Bluetooth®-yhteyden muodostaminen yhteensopivien mylife™-verensokerimittarien kanssa

Katso mylife™ Unio™ Neva-, mylife™ Unio™ Cara- tai mylife Aveo™ -verensokerimittarin käyttöoppaasta tietoa Bluetooth®-toiminnon käyttöönottamisesta sekä Bluetooth®-yhteyden muodostamisesta näiden laitteiden kanssa.

### **Yhteyden muodostamiseen mylife™-verensokerimittarin ja mylife™ App -sovelluksen välillä on seuraavat vaihtoehdot:**

- Verensokerimittari voidaan asettaa mylife™ App -sovelluksen asetusapuohjelmassa. Varmista, että älypuhelimien Bluetooth®-toiminto on aktivoitu ja että verensokerimittarin Bluetooth®-yhteydenmuodostus on otettu käyttöön.
- Voit muodostaa yhteyden verensokerimittarin kanssa myös myöhemmin mylife™ App -sovelluksen asetusten laitehallintaosiossa. Myös tällöin älypuhelimien Bluetooth®-toiminnon on oltava aktivoituna ja verensokerimittarin Bluetooth®-yhteydenmuodostuksen kytkettynä päälle.

Tämän toimenpiteen aikana sinua kehoitetaan valitsemaan verensokerimittarin sarjanumero. Se on merkitty verensokerimittarin paristolokeroon tai laite-etikettiin. Valittuasi verensokerimittarin näytössä näkyy 6-lukuinen numeroyhdistelmä. Numeroyhdistelmä on syötettävä mylife™ App -sovellukseen ja vahvistettava.

Verensokerimittari ja mylife™ App -sovellus on nyt yhdistetty toisiinsa.

Seuraavassa vaiheessa älypuhelimien päivämäärä ja kellonaika siirretään automaattisesti verensokerimittariin. Samalla myös verensokerin tavoitealue synkronisoidaan mylife™ App -sovelluksen ja verensokerimittarin välillä. Verensokerin tavoitealue voidaan synkronisoida verensokerimittarista mylife™ App -sovellukseen ja päinvastoin. Noudata mylife™ App -sovelluksen ohjeita.

**Tuotteiden saatavuus:** mylife™ Unio™ Neva-, mylife™ Unio™ Cara- ja mylife Aveo™ -tuotteiden saatavuus on maakohtaista. Kysy lisätietoa paikallisesta mylife™ Diabetescare -asiakaspalvelusta.

### 9.3 Dexcom G6 -järjestelmän asettaminen



Seuraava luku sisältää tietoa mylife™ App -sovelluksen ja Dexcom G6 -järjestelmän asettamisesta ja yhdistämisestä.

Katso Dexcom G6 jatkuvan glukoosin seurannan järjestelmän “Aloita tästä” -oppaasta lisätietoa anturin asettimesta, lähettimestä ja Dexcom-näyttölaitteesta (“vastaanotin”) sekä anturin asettamisesta ja lähettimen kiinnittämisestä.

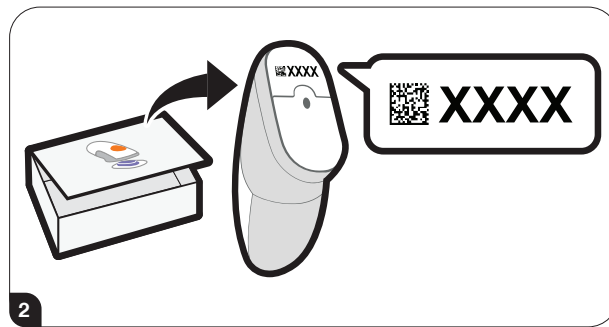
Katso [www.dexcom.com/downloadsandguides](http://www.dexcom.com/downloadsandguides).

Aloita mylife™ App -sovelluksen ja Dexcom G6 -järjestelmän asetus valitsemalla Asetukset → Laittehallinta ja napauttamalla “Lisää Dexcom G6”.

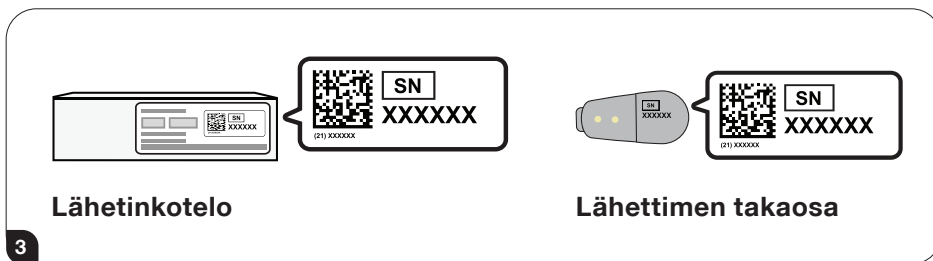
Noudata sitten näytössä näkyviä ohjeita. Asetusapuohjelma ohjaa sinua yksityiskohtaisesti asetusten valinnassa.

**Pyydettyessä:**

- Lähetä jatkuvan glukoosinseurannan tiedot pilveen. Tämän ansiosta voit tehdä seuraavaa:
  - Dexcom Clarity: keskustella tiedoista lääkäreiden kanssa, havaita toistuvia ilmiöitä (ei välttämättä saatavilla kaikilla alueilla).
- Anna anturin koodi (anturiasettimesta, jonka aiot asettaa).
  - Eikö sinulla ole anturin koodia? Katso kohta 10.2 Vianmääritys



- Anna sarjanumero, joka sijaitsee:
  - lähetinkotelossa tai
  - lähettimen takaosassa



Kun syötät sarjanumeron, G6 alkaa etsiä lähetintä.

**VAROITUS**

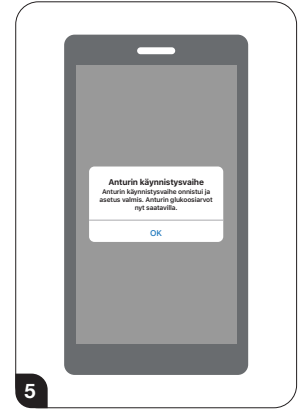
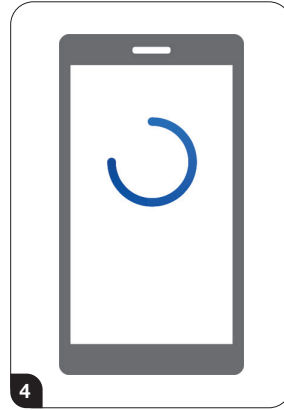
⚠ Haun aikana ei anneta G6-lukemia tai hälytyksiä/varoituksia.

Näetkö sinisen anturin käynnistysajan? Se tarkoittaa, että anturi tottuu kehoosi.

### VAROITUS

#### Käynnistysajan aikana:

- ⚠ Ei G6-lukemia tai hälytyksiä/varoituksia
- ⚠ Pidä älylaite aina enintään 6 metrin etäisyydellä lähettimestä



Odota 2 tuntia. Kun anturi on käynnistynyt, avaa Viimeiset arvot -näyttö napauttamalla OK-painiketta. Nyt näet G6-lukemat ja hälytykset/varoitukset.



## 10 Vianmääritys

### 10.1 mylife™ App yleisesti

Jos sinulla on mylife™ App -sovelluksen käyttöä koskevia kysymyksiä, jos mylife™ App -sovelluksen käytössä ilmenee virheitä tai jos sovellus ei toimi odotusten mukaisesti, ota yhteyttä paikalliseen Ypsomed-jälleenmyyjään. Jälleenmyyjältä voi myös tilata tämän käyttöoppaan painettuna versiona. Voit myös ladata käyttöoppaan verkkosivuiltamme. Painettu käyttöopas toimitetaan 7 arkipäivän kuluessa tilauspyynnön saapumisesta. Yhteystiedot löytyvät mylife™ App -sovelluksen valikosta "Tietoja" ja tämän käyttöoppaan kohdasta 13.

Jos havaitset mylife™ App -sovellukseen liittyviä teknisiä ongelmia, lähetä tukipalveluun anonymisoitu päiväkirjaraportti kaikista mylife™ App -sovelluksen tiedoista Tietoja-valikon kautta. Lähetä raportti avaamalla Tietoja-valikko ja painamalla sivun alaosassa olevaa "Lähetä tukitiedot" -kohtaa. Järjestelmä luo ja näyttää tukipalvelun seurantanumeron. Merkitse tukipalvelun seurantanumero muistiin ja ota yhteyttä paikalliseen Ypsomed-jälleenmyyjään. Kerro tukipalvelulle ongelmasta ja mainitse myös seurantanumero.

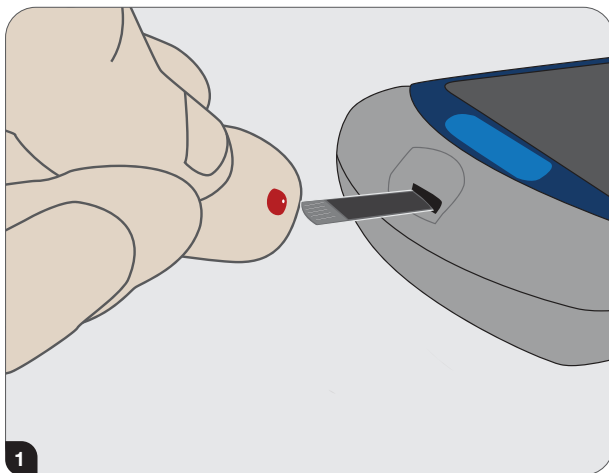
## 10.2 mylife™ App ja Dexcom G6 jatkuva glukoosinseuranta

### Sovellus sulkeutuu

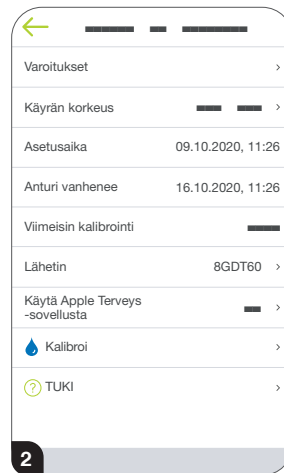
Jos sovelluksesi sulkeutuu itsestään, saattaa olla, että älylaitteen muisti tai tila on täynnä. Välttääksesi tämän, muista sulkea säännöllisesti sovellukset, joita et ole käyttämässä, ja poista tiedostot, joita et enää tarvitse.

### Kalibroi G6-järjestelmä

Kalibroi G6-järjestelmä näiden ohjeiden mukaan:



Kun olet pessyt kädet huolellisesti saippualla ja vedellä, kuivaa ne. Tarkista sitten glukoosiarvosmittarilla.



Valitse Asetukset → Laitehallinta ja napauta G6-laitetta. Napauta G6-valikossa Kalibroi. Syötä, tallenna ja vahvista mittarin arvo näytössä näkyvien ohjeiden mukaisesti.

### **⚠️ HUOMIO**

- ⚠️ Käytä vain mittarisi antamaa arvoa kalibrointiin: älä koskaan käytä G6-järjestelmän antamia lukemia.
- ⚠️ Älä kalibroi, kun glukoosiarvosu muuttuu nopeasti – yli 3 mg/dL (0,2 mmol/L) minuutissa.
- ⚠️ Kalibroi vain, kun mittari antaa arvon väliltä 40 mg/dL–400 mg/dL (2,2 mmol/L–22,2 mmol/L). Jos mittarilla mitattu arvo on tämän alueen ulkopuolella, keskustele jatkotoimenpiteistä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.
- ⚠️ Verensokeriarvoja, jotka on kirjattu manuaalisesti tietojen syöttöön tai siirretty automaattisesti liitetystä mylife™-verensokerimittarista, ei käytetä G6-kalibrointiin. Syötä mittarilla mittarin antama lukema aina manuaalisesti G6-kalibrointivalikossa.

## Hälytys/varoitukset eivät kuulu

Jos sovelluksen hälytys/varoitukset eivät kuulu, varmista, että sovellus, Bluetooth®, äänenvoimakkuus ja ilmoitukset on otettu käyttöön. Jos käynnistät älylaitteesi uudelleen, avaa mylife™ App- sovellus uudelleen. Jos älylaitteesi mykistys / Älä häiritse -tila on käytössä, mutta haluat silti saada kriittiset hälytykset/varoitukset, varmista, että Aina äännet-asetus on käytössä.

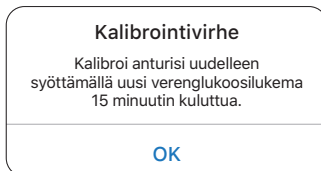
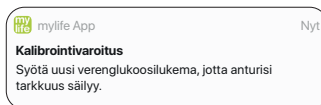
Katso ehdotetut asetukset kohdasta 4.1 Älylaitetta koskevat turvallisuusilmoitukset. Testaa kaiutin älylaitteen tuoteohjeiden mukaisesti.

## Yleiset varoitukset

### Ongelma

#### Kalibrointia ja uusintakalibrointia koskevat kehoitteet

Sinun on kalibroitava G6-järjestelmä.

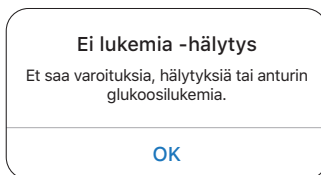


### Ratkaisu

G6 kehottaa kalibroimaan uudelleen, kun syötät odotetun alueen ulkopuolella olevan kalibrointi-arvon.

#### Ei lukemia -hälytys

Anturi ei pysty väliaikaisesti mittaamaan glukoosia.



Älä kalibroi.

1. Tarkista lähetin: onko se napsautettu lähetinpidikkeeseen?
2. Odota enintään 3 tuntia, että G6-järjestelmä korjaa itsensä.
3. Jos ongelma ei korjaannu kolmessa tunnissa, ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan.

Ei hälytystä/varoituksia tai G6-lukemia, kunnes ongelma on korjautunut. Käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen.

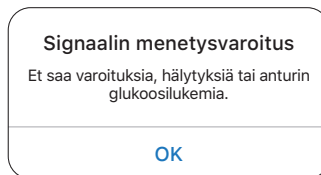
Poista varoitus valitsemalla OK.

## Yleiset varoitukset

### Ongelma

#### Signaalin menetys

Näyttölaite ja lähetin eivät viesti keskenään.



### Ratkaisu

Älä kalibroi.

1. Tarkista, että näyttölaite ja lähetin ovat 6 metrin kantaman päässä toisistaan ja ettei niiden välillä ole esteitä. Jos olet vedessä, siirrä laitteet alle 6 metrin päähän toisistaan.
2. Odota enintään 30 minuuttia.
3. Jos ongelma ei korjaannu, ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan.

Ei hälytystä/varoituksia tai G6-lukemia, kunnes ongelma on korjautunut. Käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen.

Kytke Bluetooth® pois käytöstä, sitten käyttöön.

#### Lähetinvaroitus

Lähetin ei toimi. Anturin käyttöjakso lakkaa automaattisesti.



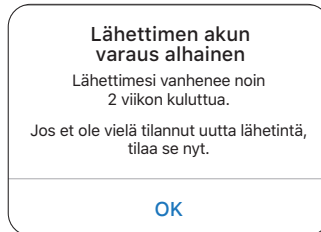
Ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan.

Ei hälytystä/varoituksia tai G6-lukemia, kunnes lähetin on vaihdettu. Käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen.

## Ongelma

### Lähettimen paristo vähissä -varoitusta ja Viimeisen istunnon hälytys

Lähettimen paristo vanhenee.



## Ratkaisu

Tilaa uusi lähetin.

Kun lähettimen pariston virta alkaa loppua, G6 ilmoittaa seuraavista:

- 3 viikkoa jäljellä
- 2 viikkoa jäljellä (katso vasemmalla olevat näytöt)
- 1 käyttöjakso enää jäljellä
- Virta on liian vähissä toista käyttöjaksoa varten
- Virta on äärimmäisen vähissä ja lähetin on vaihdettava välittömästi

### Lähetintä ei löytynyt -varoitusta

G6-järjestelmä ei muodostanut laiteparia.



1. Varmista, että lähetin on asetettu kunnolla lähettimen pidikkeeseen.
2. Tarkista, että antamasi lähettimen sarjanumero (SN) on oikein.
3. Mikäli ongelma ei korjaannu, anturi on ehkä asetettu väärin. Aseta uusi anturi. Ota yhteys paikalliseen Dexcomin edustajaan, jos tarvitset toisen anturin.

Ei hälytystä/varoituksia tai G6-lukemia, kunnes ongelma on korjautunut.

Käytä verensokerimittariasi hoitopäätösten tekemiseen.

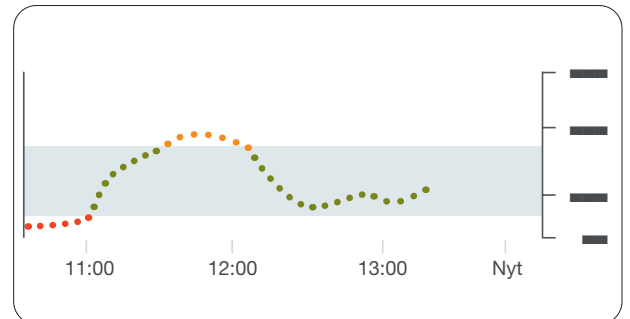
### Anturin käyttöjakson päättäminen ennenaikaisesti

Haluat ehkä päättää anturin käyttöjakson ennenaikaisesti. Kun olet päättänyt anturin käyttöjakson, et voi enää käynnistää sitä uudelleen.

Valitse Asetukset → Laittehallinta ja napauta G6-laitetta. – Valitse Pysäytä anturi. Irrota lähetin ja anturi.

### Aukkoja käyrässä

Kun et saa G6-järjestelmän lukemia, käyrässä voi näkyä aukko trenditäplien oikealla puolella. Esimerkissä näkyy aukko siinä, missä tämänhetkisen täplän pitäisi olla: Kun G6-lukemia saadaan jälleen, enintään kolme tuntia väliin jääneitä G6-lukemia voi täyttyä käyrään.

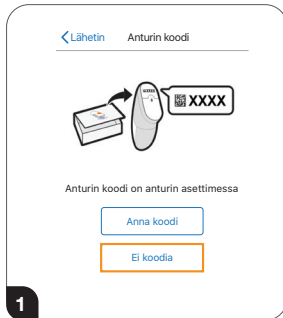


### Käyttöjakson aloittaminen ilman anturikoodia

Haluatko aloittaa anturin käyttöjakson, mutta sinulla ei ole anturin koodia? Anturin koodi on asettimen tarralapun taustapaperissa. Käytä vain sen asettimen anturin koodia, jonka aiot asettaa. Älä käytä muuta koodia. Oikea anturin koodi saa G6-järjestelmän toimimaan ilman, että järjestelmä kehottaa sinua päivittäin kalibroimaan.

Mutta vaikka sinulla ei olisi anturin koodia, voit silti käyttää anturia. Anturin käyttöjakson aikana järjestelmä kehottaa päivittäin kalibroimaan. (Katso Kalibroitikehote kohdassa 10.2, Yleiset varoitukset.)

Noudata ilman anturikoodia tehtävän valmistelun kehoitteita.



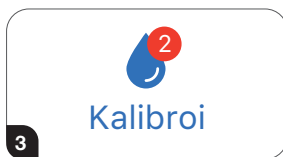
Kun valmistelet sovellusta tai asetat uuden anturin ilman anturin koodia, valitse Anturin koodi -näytössä Ei koodia. Jos et anna anturin koodia, sinun täytyy kalibroida G6-järjestelmä päivittäin tämän anturin käyttöjakson ajan. Anna vain sen asettimen anturin koodi, jonka aiot asettaa. Seuraavilla näytöillä (eivät sisälly näihin ohjeisiin) noudata ohjeita tehdäksesi seuraavat:

- Anna lähettimen sarjanumero (jos käytät uutta lähetintä).
- Aseta anturi.
- Kiinnitä lähetin.



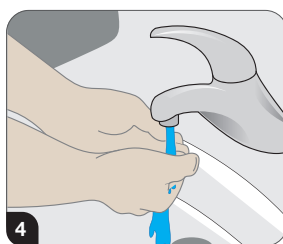
Valitse **Käynnistä anturi**.

Odota kaksi tuntia, että anturin käynnistys päättyy.



Anturin käynnistysjakson jälkeen G6-järjestelmä kehottaa kalibroimaan kaksi kertaa kahdella eri sormenpäämittauksella.

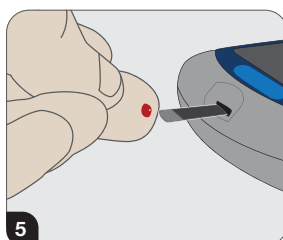
Aloita napauttamalla **Kalibro**.



Pese kädet saippualla ja vedellä, ei geelimäisellä puhdistusaineella.

Kuivaa kätesi.

Käsien peseminen ja kuivaaminen ennen mittauksen tekemistä auttaa varmistamaan tarkkuuden.

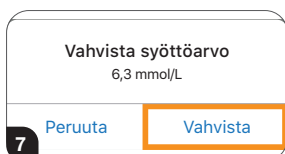


Mittaa verensokerisi mittarilla sormenpäästäsi.

Käytä vain sormenpäästäsi, ei koskaan muuta kohtaa.



Anna tarkka verensokeriarvo mittaristasi viiden minuutin sisällä sormenpäämittauksesta tai nopeammin, jos glukoosiarvosi muuttuu nopeasti.



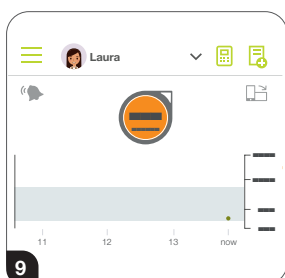
Tallenna valitsemalla **Vahvista**.



Seuraavan kalibroinnin aika.

Valitse **Kalibroi**.

Toista vaiheet 4–8 ja anna toisen sormenpäämittauksen arvo.



Viisi minuuttia toisen kalibrointi-arvon antamisen jälkeen voit katsoa ensimmäisen G6-lukemasi!

Kukin täplä on G6-lukema, jonka anturi ottaa viiden minuutin välein.

12 tuntia myöhemmin järjestelmä muistuttaa kalibroimisesta uudelleen. 12 tunnin kuluttua saat uuden muistutuksen. Anturin koko käyttöjakson ajan G6-järjestelmä kehottaa kalibroimaan kerran vuorokaudessa.

Muista kalibroida, kun järjestelmä niin kehottaa. Ja varmista, että puhdistat kätesi huolellisesti ennen sormenpäämittauksen tekemistä. Jos et tee niin, G6-järjestelmän lukemat eivät ehkä ole linjassa mittarisi antamien lukemien kanssa. Toisin sanoen: älä odota – kalibroi!



## 11 Tietoja terveydenhuollon ammattilaisille

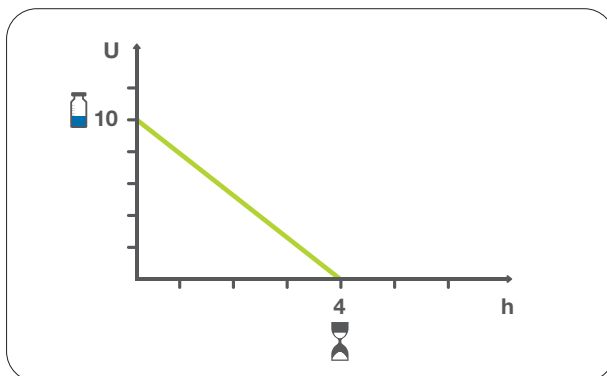
### 11.1 Aktiivisen insuliinin laskeminen

Tämä arvo merkitsee bolusinsuliinin määrää, joka on edelleen aktiivinen kehossa edellisistä boluksista. Se riippuu:

- insuliinin toiminnan kestosta (IA)
- edellisten bolusten määrästä
- edellisistä boluksista tosiasiasa kuluneesta ajasta

#### A) Aktiivisen insuliinin laskenta vakioboluksen perusteella:

Aktiivisen insuliinin laskemiseen käytetään lineaarista mallia. Esimerkiksi 25 % kuluttua ajasta boluksen annostelun jälkeen oletetaan, että 75 % bolusinsuliinista on edelleen aktiivista, ja 50 % kuluttua ajasta boluksen annostelun jälkeen oletetaan, että 50 % bolusinsuliinista on edelleen aktiivista.



Kuva 9: Aktiivisen insuliinin lineaarinen laskentamalli mylife™ App -sovelluksessa (esimerkkiarvoilla)

#### Laskenta

$$IOB = \frac{\text{Bolus}^* \times (\text{kesto}^{**} - \text{boluksen jälkeen kulunut aika})}{\text{Kesto}^{**}}$$

\* Edellisen boluksen annos

\*\* Insuliinitoiminnan kesto (IA)

#### B) Aktiivisen insuliinin laskeminen jatkettun boluksen tai yhdistelmäboluksen perusteella (vain insuliinipumpun käyttäjät):

Aktiivinen kokonaisinsuliini (IOB) lasketaan lisäämällä aktiiviseen insuliiniin jäljellä olevan annos, joka on laskettu jo annostellun insuliinin perusteella. Esimerkki: Kun jatkettu bolus 4 tunnin ajalta on 10 U, aktiivisen insuliinin näyttö on 10 U boluksen annostelun alkaessa. Aktiivinen insuliini on nolla, kun viimeisen insuliinipulssin aktiivisuuden kesto on päättynyt. Jos insuliinin aktiiviseksi ajaksi oletetaan 4 tuntia ja kestoksi 4 tuntia, aktiivinen insuliini on 8 tuntia jatkettun boluksen annostelun alkaessa.

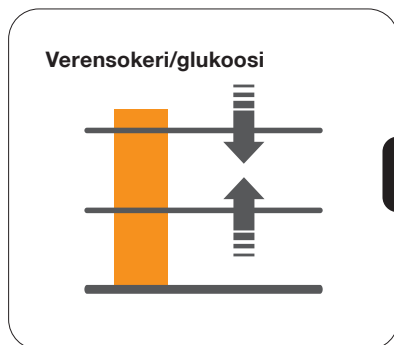
## 11.2 Boluslaskinta koskevia tietoja menetelmässä 1

mylife™ App -sovelluksessa boluksen laskentamenetelmä 1 perustuu seuraavaan boluslaskimen asetukseen: Aktiivinen insuliini vähennetään korjaus- ja ateriaboluksesta.

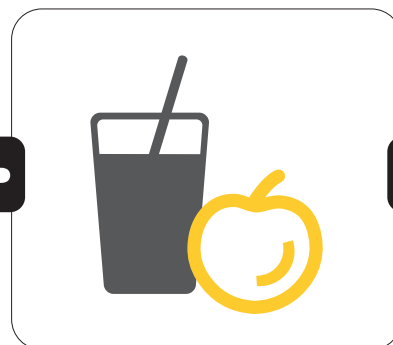
Yhdistämällä nämä kolme osa-aluetta aritmeettisesti saadaan ehdotettu kokonaisbolus (katso kuva 10).

Korjausbolus + ateriabolus – aktiivinen insuliini (IOB) = ehdotettu bolus

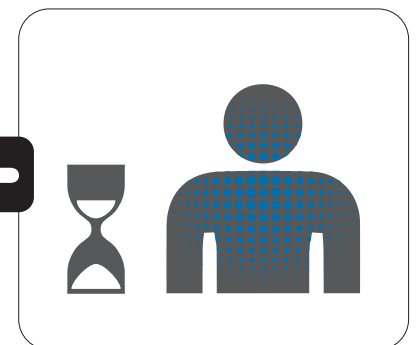
### Korjausbolus



### Ateriabolus



### Aktiivinen insuliini



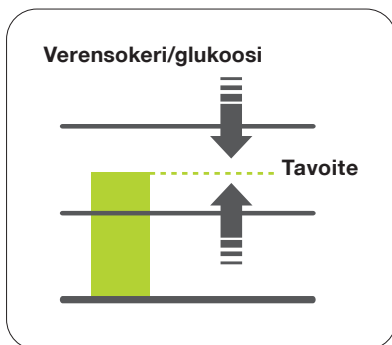
Kuva 10: Boluksen laskentakaava menetelmällä 1

## Korjausbolus

- Tarkoitettu mitatun verensokeri-/glukoosiarvon korjaamiseen.
- Laskenta perustuu yksilöllisesti määritettyyn verensokerin/glukoosin tavoitearvoon sekä korjataan sen mukaan.
- Verensokeri-/glukoosiarvoja voidaan korjata joko annostelemalla insuliinia tai vähentämällä ateriabolusta.
  - Insuliinin annostelua käytetään, kun verensokeri/glukoosi on verensokerin/glukoosin tavoitearvon yläpuolella.
  - Ateriaboluksen vähentämistä käytetään, kun verensokeri/glukoosi on verensokerin/glukoosin tavoitearvon alapuolella.

## Laskenta

$$\text{Korjausbolus} = \frac{\text{Mitattu verensokeri/glukoosi} - \text{verensokerin/glukoosin tavoitearvo}}{\text{Herkkyyys}}$$

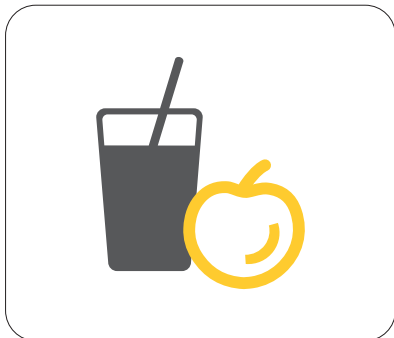


Kuva 11: Korjaus verensokerin/glukoosin tavoitealueelle

Herkkyyys ilmaisee, kuinka paljon verensokeri-/glukoosiarvo muuttuu yhden insuliiniyksikön annostelun myötä. Katso kohdasta 2.5 ohjeet herkkyyden asettamiseen mylife™ App -sovelluksessa.

### Ateriabolus

- Kompensoi ruoan
- Kattaa syödyn ruoan sisältämät hiilihydraatit



Kuva 12: Korjaus hiilihydraattien mukaan

### Laskenta

$$\text{Ateriabolus} = \frac{\text{Ruoan sisältämät hiilihydraatit}}{\text{Insuliini/hiilihydraatti-suhde}}$$

Insuliini/hiilihydraatti-suhde on kerroin, joka ilmaisee, kuinka monta grammaa hiilihydraatteja yksi insuliiniyksikkö kattaa. Katso kohdasta 2.5 ohjeet insuliini/hiilihydraatti-suhteen asettamiseen mylife™ App -sovelluksessa.

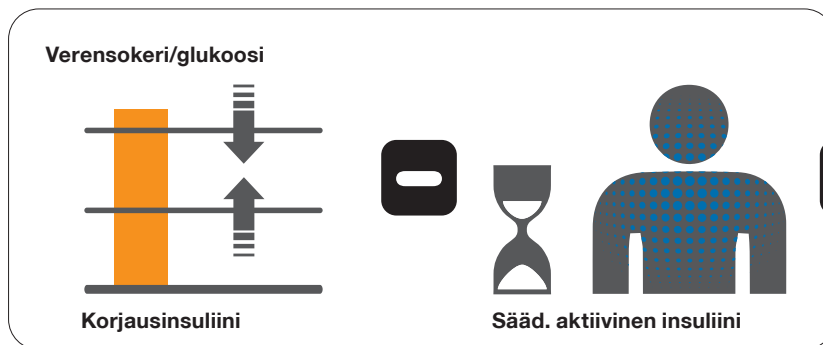
### 11.3 Boluslaskinta koskevia tietoja menetelmässä 2

mylife™ App -sovelluksessa boluksen laskentamenetelmä 2 perustuu seuraavaan boluslaskimen asetukseen: Aktiivinen insuliini vähennetään ainoastaan korjausboluksesta.

Yhdistämällä nämä kolme osa-aluetta aritmeettisesti saadaan ehdotettu kokonaisbolus (katso kuva 13).

(korjausinsuliini – säädetty aktiivinen insuliini) + ateriabolus = ehdotettu bolus

#### Korjausbolus



#### Ateriabolus



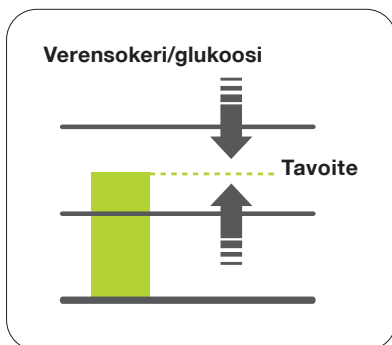
Kuva 13: Boluksen laskentakaava menetelmällä 2

### Korjausinsuliini

- Tarkoitettu mitatun verensokeri-/glukoosiarvon korjaamiseen.
- Laskenta perustuu yksilöllisesti määritettyyn verensokerin/glukoosin tavoitearvoon sekä korjataan sen mukaan.
- Huomautus: Korjausinsuliinin laskentamenetelmä 2 vastaa korjausboluksen laskentamenetelmää 1.

### Laskenta

$$\text{Korjausinsuliini} = \frac{\text{Mitattu verensokeri/glukoosi} - \text{verensokerin/glukoosin tavoitearvo}}{\text{Herkkyyys}}$$



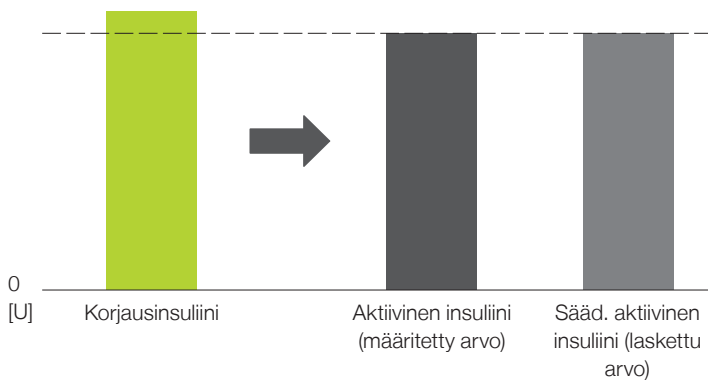
Kuva 14: Korjaus verensokerin/glukoosin tavoitealueelle

Herkkyyys ilmaisee, kuinka paljon verensokeri-/glukoosiarvo muuttuu yhden insuliiniyksikön annostelun myötä. Katso kohdasta 2.5 ohjeet herkkyyden asettamiseen mylife™ App -sovelluksessa.

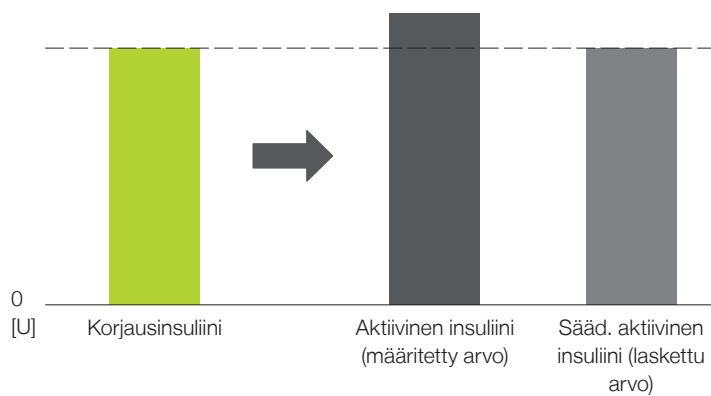
### Säädetty aktiivinen insuliini

- Aktiivisen insuliinin insuliiniyksiköiden määrä, joka vähennetään korjausinsuliinista.
- Tämän parametrin arvo riippuu korjausinsuliinin suuruudesta suhteessa potilaan aktiiviseen insuliiniin (katso alla olevat säännöt).
- Jos verensokeri-/glukoosiarvoja ei ole syötetty, boluslaskin jättää aktiivisen insuliinin huomioimatta. Ehdotettu ateriabolus kattaa syötetyt hiilihydraatit kokonaan.
- Tämän parametrin käyttö ehdotetun boluksen laskennassa määräytyy kolmen säännön perusteella:

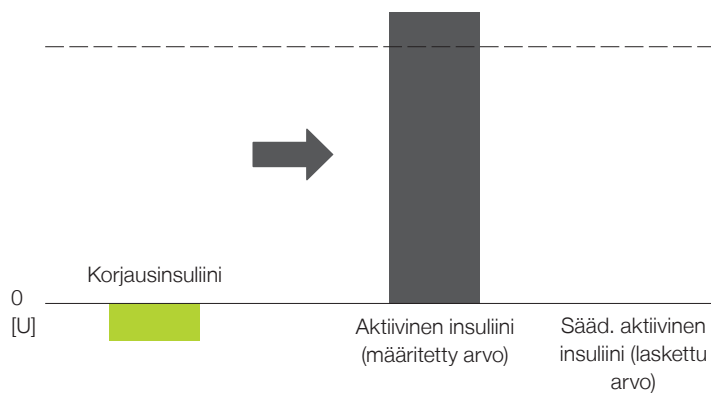
**Jos korjausinsuliini  $\geq$  aktiivinen insuliini, silloin sääd. aktiivinen insuliini = aktiivinen insuliini**



**Jos korjausinsuliini < aktiivinen insuliini ja positiivinen, silloin sääd. aktiivinen insuliini = korjausinsuliini**



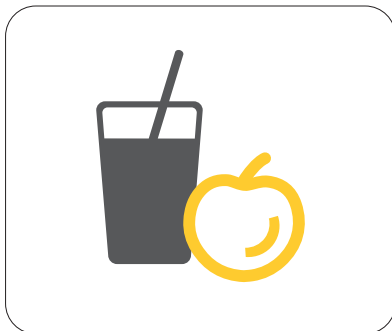
**Jos korjausinsuliini < 0, silloin sääd. aktiivinen insuliini = 0,0 U**



Huomaa: Viimeisessä kohdassa korjausinsuliini pienentää mahdollisesti laskettavaa ateriabolusta.

### Ateriabolus

- Kompensoi ruoan
- Kattaa syödyn ruoan sisältämät hiilihydraatit



Kuva 15: Korjaus hiilihydraattien mukaan

### Laskenta

$$\text{Ateriabolus} = \frac{\text{Ruoan sisältämät hiilihydraatit}}{\text{Insuliini/hiilihydraatti-suhde}}$$

Insuliini/hiilihydraatti-suhde on kerroin, joka ilmaisee, kuinka monta grammaa hiilihydraatteja yksi insuliiniyksikkö kattaa. Katso kohdasta 2.5 ohjeet insuliini/hiilihydraatti-suhteen asettamiseen mylife™ App -sovelluksessa.



## 12 Tietoja mylife™ App -sovelluksesta

mylife™ App -sovelluksen Tietoja-kohdassa on sovellusta koskevia tietoja ja sovelluksen jälleenmyyjän ja lainmukaisen valmistajan yhteystiedot. Lisäksi kohdassa on tietoa asennetun mylife™ App -sovelluksen versiosta sekä yleiset käyttöehtomme ja tietosuojailmoituksemme.

Tietoja-kohdan voi avata mylife™ App -sovelluksen valikosta ☰.



## 13 Yhteystiedot

<b>Australia</b>	Ypsomed Australia PTY Limited // Suite 36.01 // 201 Elizabeth Street // Sydney NSW 2000 // info@mylife-diabetescare.com.au // www.mylife-diabetescare.com.au // Customer Care Free Call: 1800 447 042
<b>België</b>	Ypsomed BV // Researchdreef 12 // 1070 Brussel // info@ypsomed.be // www.mylife-diabetescare.be // Klantenservice: 0800 -294 15
<b>Belgique</b>	Ypsomed SRL // Allée de la Recherche 12 // 1070 Bruxelles // info@ypsomed.be // www.mylife-diabetescare.be // Service clientèle: 0800 -294 15
<b>България</b>	Аргос-98 ООД - официален дистрибутор за България // гр. София // 1619 ул.“Тис”1 // office@argos98.bg // 24/7 връзка с клиенти: +359 885645559 // +359 882364404
<b>Bosna i Hercegovina</b>	Laboratorija DMC d.o.o. Beograd // Beogradska 186 // 11224 Vrčin // Srbija // customercare@laboratorijadmc.rs // www.laboratorijadmc.rs // Customer Care: +381 64 6688436
<b>Czechia</b>	Ypsomed s.r.o. // Vinohradská 1597/174 // 130 00 Praha 3 // info@ypsomed.cz // www.mylife-diabetescare.cz // Bezplatná zákaznická linka: 800 140 440
<b>Danmark</b>	Ypsomed ApS // Hammerensgade 1, 2 sal // 1267 København K // info@ypsomed.dk // www.mylife-diabetescare.dk // +45 48 24 00 45
<b>Deutschland</b>	Ypsomed GmbH // Höchster Straße 70 // 65835 Liederbach // info@ypsomed.de // www.mylife-diabetescare.de // kostenlose Service-Hotline: 0800 9776633
<b>España</b>	Ypsomed Diabetes, SLU // Avda. Madrid, 95, 5º 1ª // 08.028 Barcelona // info@ypsomed.es // www.mylife-diabetescare.es // Tlf +(34) 937077003 // Atención al Cliente: 900373955

<b>France</b>	Ypsomed S.A.S // 44 rue Lafayette // 75009 Paris // info@ypsomed.fr // <a href="http://gamme.mylife-diabetescare.fr">http://gamme.mylife-diabetescare.fr</a> // Service clientèle: 0800 883056
<b>Hrvatska</b>	Salvus d.o.o. // Toplička cesta 100 // 49240 Donja Stubica // info@salvushealth.com // <a href="http://www.salvushealth.com">www.salvushealth.com</a> // Korisnička podrška: 0800 1947
<b>India</b>	Ypsomed India Private Ltd. // 10/61/1-F, Kirti Nagar Industrial Area // New Delhi-110015 // info@ypsomed.co.in // <a href="http://www.mylife-diabetescare.co.in">www.mylife-diabetescare.co.in</a> // Customer Care: 099999 75157
<b>Ireland (Republic of)</b>	Ypsomed Ltd. // 1 Park Court // Riccall Road // Escrick // North Yorkshire // YO19 6ED // United Kingdom // info@ypsomed.co.uk // <a href="http://www.mylife-diabetescare.co.uk">www.mylife-diabetescare.co.uk</a> // Customer Care: 1800 911 522 (Calls to this number are free of charge from mobile phones and landlines, plus your phone company's access charge.)
<b>Italia</b>	Ypsomed Italia S.r.l. // Via Santa Croce, 7 // 21100 Varese (VA) // info@ypsomed.it // <a href="http://www.mylife-diabetescare.it">www.mylife-diabetescare.it</a> // +39 0332 189 0607
<b>Luxembourg</b>	Ypsomed GmbH // Höchster Straße 70 // 65835 Liederbach // Deutschland // info@ypsomed.de // <a href="http://www.mylife-diabetescare.de">www.mylife-diabetescare.de</a> // kostenlose Service-Hotline: 0800 9776633

<b>Nederland</b>	Ypsomed BV // Einsteinbaan 14 // 3439 NJ Nieuwegein // info@ypsomed.nl // www.mylife-diabetescare.nl // Klantenservice: 0800-9776633
<b>New Zealand</b>	Pharmaco (N.Z.) Ltd // 4 Fisher Crescent, Mt Wellington // Auckland 1060 // support@pharmacodiabetes.co.nz // www.PharmacoDiabetes.co.nz // Customer Care: 0800 GLUCOSE (0800 45 82 67)
<b>Norge</b>	Ypsomed AS // Papirbredden // Grønland 58 // 3045 Drammen // info@ypsomed.no // www.mylife-diabetescare.no // +47 22 20 93 00 // Brukerstøtte: 800 74 750
<b>Österreich</b>	Ypsomed GmbH // Am Euro Platz 2 // 1120 Wien // service@ypsomed.at // www.mylife-diabetescare.at // kostenlose Service-Hotline: 00800 55 00 00 00
<b>Polska</b>	Ypsomed Polska Sp. z o.o. // ul. Dziekońskiego 1 // 00-728 Warszawa // info@ypsomed.pl // www.mylife-diabetescare.pl // Bezpłatna infolinia: 800101621
<b>Schweiz</b>	Ypsomed AG // Markt Schweiz // Ziegel mattstrasse 1 // 4500 Solothurn // info@ypsomed.ch // www.mylife-diabetescare.ch // kostenlose Service-Hotline: 0800 44 11 44
<b>Suisse</b>	Ypsomed AG // Marché suisse // Ziegel mattstrasse 1 // 4500 Soleure // info@ypsomed.ch // www.mylife-diabetescare.ch // Numéro gratuit: 0800 44 11 44
<b>Svizzera</b>	Ypsomed AG // Mercato svizzero // Ziegel mattstrasse 1 // 4500 Soletta // info@ypsomed.ch // www.mylife-diabetescare.ch // Numero verde: 0800 44 11 44



**Srbija**

Laboratorija DMC d.o.o. Beograd // Beogradska 186 // 11224 Vrčin //  
customercare@laboratorijadmc.rs // www.laboratorijadmc.rs //  
Customer Care: +381 64 6688436

**Suomi**

Ypsomed Oy // Eteläinen Salmitie 1 // 02430 Masala //  
info@ypsomed.fi // www.mylife-diabetescare.fi //  
Asiakaspalvelu: +358 (0)800 98889

**Sverige**

Ypsomed AB // Elektrogatan 10, 7 tr // 171 54 Solna //  
info@ypsomed.se // www.mylife-diabetescare.se //  
Kundservice: 08 601 25 50

**United  
Kingdom**

Ypsomed Ltd. // 1 Park Court // Riccall Road // Escrick //  
North Yorkshire // YO19 6ED // info@ypsomed.co.uk //  
www.mylife-diabetescare.co.uk // Customer Care: 0344 856 7820  
(Calls to this number are free of charge from mobile phones  
and landlines, plus your phone company's access charge.)



Infuusiomenetelmät



Verensokerimittarit



Hoidon hallinta



Kynäneulat