

# Brugsanvisning mySugr glukoseindsigter

## 1 Om denne brugsanvisning

Denne vejledning fortæller dig, hvad dette produkt skal bruges til, hvordan det anvendes sikkert, og hvad du skal gøre, hvis noget går galt. Advarsler, forholdsregler og bemærkninger er fremhævet. Læs vejledningen omhyggeligt, og kontakt kundeservice, hvis du stadig ikke kan finde det, du leder efter.

Du kan downloade denne vejledning her: <https://support.mysugr.com/>

Du skal rapportere enhver alvorlig hændelse, der opstår som følge af brugen af dette medicinske udstyr, til mySugr og din nationale myndighed.

## 2 Indikationer for brug

### 2.1 Tilsigtet anvendelse

mySugr glukoseindsigter er beregnet til at blive brugt til kontinuerlig visning og udlæsning af glukoseværdier i realtid fra en tilsluttet sensor til kontinuerlig glukosemåling (CGM, Continuous Glucose Monitoring) og til at hjælpe brugere med at visualisere og analysere diabetesdata. Det er en funktion i enhedssoftwaren i mySugr Dagbog og fungerer som en hjælp til den daglige diabeteskontrol hos personer med diabetes.

### 2.2 Hvem er mySugr glukoseindsigter beregnet til?

#### FORHOLDSREGEL

##### Risiko for forskellige skader

Hvis du ikke er en tiltænkt bruger, kan den korrekte og sikre betjening af mySugr glukoseindsigter ikke garanteres.

mySugr glukoseindsigter er udviklet til følgende brugere:

- Voksne på 18 år eller ældre med diagnosen diabetes.
- Under vejledning af en læge eller andet sundhedspersonale.
- Som fysisk og mentalt er i stand til selv at administrere deres diabetesbehandling.
- Som mestrer brugen af en kompatibel mobil enhed.
- Som kan læse oplysningerne, der vises på den compatible mobile enhed.

### 2.3 Indikationer

mySugr glukoseindsigter er indiceret til personer med diagnosen diabetes.

### 2.4 Hvad skal du bruge?

For at kunne bruge mySugr glukoseindsigter skal du have:

- En mobil enhed med et iOS- eller Android-operativsystem, der kan køre appen. Du finder de seneste oplysninger ompatible enheder i kapitlet Hvilke enheder fungerer mySugr Dagbog med? i brugsanvisningen til mySugr Dagbog.
- En Accu-Chek SmartGuide enhed. Se brugsanvisningen, der fulgte med enheden, for at få oplysninger om og vejledning i, hvordan sensoren påføres.
- Hvis du bruger en iPhone, kan du bruge mySugr glukoseindsigter sammen med et Apple Watch (se kapitlet [Brug af et Apple Watch](#)). Urets operativsystem skal være watchOS 9 eller nyere. Andre smartwatches er ikke compatible med mySugr glukoseindsigter.

Du må ikke opdatere operativsystemet på din mobile enhed til et nyere system, før du har sikret dig, at mySugr appen er kompatibel med det nye operativsystem. Kontakt kundeservice, hvis du har brug for hjælp.

### 2.5 Miljø for brug

Da mySugr glukoseindsigter er en mobilapp, kan den bruges i ethvert miljø, hvor brugeren på normal og sikker vis kan bruge en mobil enhed.

Bemærk, at du skal være opmærksom på de omgivende forhold for Accu-Chek SmartGuide enheden og din mobile enhed. Du finder flere oplysninger i brugsanvisningen, der fulgte med Accu-Chek SmartGuide enheden, og brugsanvisningen til din mobile enhed eller din mobile enheds operativsystem.

## 3 Kontraindikationer og begrænsninger

### 3.1 Kontraindikationer

Der er ingen kendte kontraindikationer.

### 3.2 Begrænsninger

#### ADVARSEL

##### Risiko for alvorlig skade

mySugr glukoseindsigter yder ikke medicinsk beslutningsstøtte. mySugr glukoseindsigter anvendes som støtte i behandlingen af diabetes, men den kan ikke erstatte et besøg hos din læge eller sundhedspersonale. Du har stadig behov for professionel og regelmæssig kontrol af dine langtidsglukoseværdier (HbA1c), og du skal fortsat uafhængigt administrere dine glukoseniveauer.

Ændringer i din diabetesbehandling som helhed må kun foretages af sundhedspersonalet. Hvis du har spørgsmål om din behandling, skal du kontakte dit sundhedspersonale.

- mySugr glukoseindsigter kommunikerer med sensoren via *Bluetooth*<sup>®</sup> Low Energy-teknologi. Enheder, der understøtter *Bluetooth*<sup>®</sup> Low Energy-versioner ældre end version 5.0, er muligvis ikke kompatible.
- Brugeren modtager kun alarmer, hvis sensoren er forbundet, og notifikationer er aktiveret af brugeren.
- mySugr glukoseindsigter er udviklet til personer, der kan læse oplysningerne, som vises på en kompatibel mobil enhed.
- mySugr glukoseindsigter gør dig hovedsageligt opmærksom på alarmer ved hjælp af lyd. Der kan dog også anvendes andre notifikationsmetoder, som f.eks. vibrationer eller visuelle notifikationer. Hvis du har nedsat hørelse, f.eks. på grund af høretab, skal du bruge en notifikationsmetode, der passer til dig.
- På grund af begrænsninger i din mobile enheds notifikationer og alarmer kan vi ikke altid garantere dig, at du får en alarmnotifikation. Stol **ikke** udelukkende på alarmer. Ellers kan du overse alvorlig lavt og/eller højt glukoseniveau. Åbn mySugr glukoseindsigter regelmæssigt for at kontrollere dine glukoseniveauer i henhold til dit sundhedspersonales anvisninger, eller hvis du føler, at dit glukoseniveau kan være lavt eller højt. Du må aldrig ignorere symptomer på lavt eller højt glukoseniveau.
- Hvis sensoren er i Trend-tilstand, kan CGM-værdierne fra sensoren blive mindre nøjagtige. Det betyder, at der kan blive sendt alarmer, selv om dit glukoseniveau faktisk er inden for dit målområde. Det kan også ske, at der ikke sendes en alarm, selv om dit glukoseniveau faktisk er for højt eller for lavt. Du finder flere oplysninger om dette i kapitlet [Trend-tilstand og Behandlingstilstand](#).
- Hvis du mister forbindelsen til din sensor, må du ikke anvende gamle CGM-data til at træffe beslutninger om din behandling, som f.eks. insulin dosering. Se kapitlet [Sensornotifikationer](#) for oplysninger om, hvordan du aktiverer en alarm om afbrudt forbindelse.

## 4 Generelle sikkerhedsoplysninger

#### ADVARSEL

##### Risiko for forkerte beslutninger vedrørende behandling

Forsøg ikke at estimere eller komme med antagelser om eventuelle manglende CGM-data. Estimering eller antagelse af eventuelle manglende CGM-data kan medføre forkerte beslutninger om behandling, som f.eks. insulin dosering.

I tilfælde af manglende CGM-data skal du sørge for, at mySugr glukoseindsigter er indstillet korrekt, og at din sensor og mobil enhed er forbundne. Der er flere oplysninger om korrekt opsætning af mySugr glukoseindsigter og din sensor i kapitlet [Kom i gang](#). Hvis du ikke er sikker på, om mySugr glukoseindsigter eller sensoren fungerer korrekt, skal du bruge en anden metode til måling af din glukoseværdi og kontakte kundeservice.

## ADVARSEL

### Risiko for forkerte CGM-værdier

mySugr glukoseindsigter er udviklet til brug med 1 sensor og 1 mobil enhed ad gangen. Hvis du bruger flere sensorer eller flere mobile enheder, kan der blive vist forkerte CGM-værdier.

Der må kun påføres 1 sensor og kun forbindes 1 mobil enhed til sensoren.

## FORHOLDSREGEL

### Risiko for forkerte beslutninger vedrørende behandling

Prognosen kan give dig indsigter i, hvad du eventuelt kan gøre i din diabetesbehandling fremover. Men prognoser, der ligger mere end 45 minutter ude i fremtiden, er kun ment som information og må ikke ligge til grund for øjeblikkelige handlinger.

## FORHOLDSREGEL

### Risiko for forkerte beslutninger vedrørende behandling

Sørg for altid at have andre metoder klar til måling af din glukoseværdi. Hvis du mister din mobile enhed, eller hvis der opstår en fejlfunktion i systemet, skal du skifte til en anden metode til måling af din glukoseværdi.

## FORHOLDSREGEL

### Risiko for alvorlig skade

De glukoseværdier, der vises i mySugr glukoseindsigter, er muligvis ikke altid nøjagtige. Du må aldrig ignorere symptomer på lavt eller højt glukoseniveau. Hvis den viste CGM-værdi ikke svarer til, hvordan du føler dig:

1. Skift til en anden metode til måling af din glukoseværdi.
2. Hvis dine symptomer stadig er forskellige fra din glukoseværdi, skal du kontakte dit sundhedspersonale.

Du finder flere oplysninger i kapitlet [Problemløsning og support](#).

## ADVARSEL

### Risiko for forkerte beslutninger om behandling

Det udvidede mørke tema på Android 16 og nyere gennemtvinger et mørkt tema på alle apps. mySugr appen understøtter ikke denne funktion. Sørg for, at det udvidede mørke tema er deaktiveret, når du bruger mySugr appen. Ellers ændres farverne i dine glukoseområder, og noget af teksten bliver svær at læse, og det kan føre til forkerte beslutninger om din behandling.

For oplysninger om betingelser for omgivende forhold for din mobile enhed skal du se brugsanvisningen til din mobile enhed eller operativsystemet i din mobile enhed.

mySugr glukoseindsigter er kun beregnet til brug af en enkelt person. Undlad at dele data eller prognoser, der er tilpasset til dig, med andre, selvom deres behandlingsbetingelser minder om dine.

mySugr glukoseindsigter kræver lyd for at kunne gøre opmærksom på vigtige oplysninger. Kontrollér din mobile enheds indstillinger før brug, da du ellers risikerer at gå glip af oplysningerne.

## 5 Vigtige funktioner

### BEMÆRK

Funktionerne i mySugr glukoseindsigter er kun tilgængelige, når mySugr appen kører, og du er logget på.

## CGM-værdier i realtid

Få adgang til CGM-værdier i realtid direkte på din mobile enhed eller på dit Apple Watch. Anvend mySugr glukoseindsigter med forbindelse til en Accu-Chek SmartGuide sensor, du har anbragt på din overarm. mySugr glukoseindsigter kommunikerer med sensoren via *Bluetooth*<sup>®</sup> Low Energy. Hvert 5. minut sender sensoren en CGM-værdi til mySugr glukoseindsigter. Alle Accu-Chek SmartGuide sensorer har en brugstid på op til 14 dage og kræver en kalibrering med et blodsukkerapparat for at kunne bruge CGM-værdier til at træffe beslutninger om din behandling, som f.eks. insulindosering. Efter 14 dage skal du fjerne sensoren. Udskift sensoren med en ny sensor.

## Oplysninger lige ved hånden

Startskærmen giver dig et hurtigt overblik over alle vigtige oplysninger om din diabeteskontrol:

- Aktuelle alarmer.
- Aktuel CGM-værdi og trend.
- Glukoseprognose for de næste 2 timer.
- Notifikationen Lavt glukoseniveau snart.
- Prognose for lavt niveau om natten.
- Registrerede mønstre.
- Tid inden for målområdet.
- Indikator for glukosestyring (GMI).

## Indstillinger og alarmer, der kan tilpasses

Opfyld dine personlige behov og præferencer ved hjælp af brugerdefinerbare indstillinger. Indstil dine alarmværdier for højt og lavt glukoseniveau og meget andet.

### Glukoseprognose

Din glukoseprognose for de næste 2 timer vises, når du har gennemført opsætning af din sensor, og der kontinuerligt er blevet overført CGM-data i mindst 1 time fra sensoren.

### Notifikationen Lavt glukoseniveau snart

Når din sensor er forbundet, og hvis du har aktiveret funktionen, registrerer mySugr glukoseindsigter, hvis der er risiko for lavt glukoseniveau inden for de næste 30 minutter og giver dig besked. Denne notifikation er som standard aktiveret, når du begynder at bruge mySugr glukoseindsigter første gang. Hvis du ønsker at deaktivere den, skal du gå til **Mere > CGM-indstillinger > Alarmer > Prognosealarmer**. Kortet Lavt glukoseniveau snart vises stadig på startskærmen.

Denne notifikation vises på din låseskærm, eller når du stryger ned fra toppen af enhver anden skærm. Tryk på notifikationen for at se flere oplysninger og handlinger, som du kan vælge at udføre.

### Prognose for lavt niveau om natten

Denne funktion kommer med en prognose for sandsynligheden for, at du får et lavt glukoseniveau i løbet af natten, og giver dig mulighed for at vælge, hvilke handlinger du vil udføre, før du går i seng. Risikoen for at opleve et lavt niveau betyder, at din glukoseværdi kan komme under 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Hvis funktionen er aktiveret, får du en notifikation, hvis der er stor sandsynlighed for, at du får et lavt glukoseniveau, mens du sover. Vi skal bruge mindst 1 dag med data for at kunne forudsige denne sandsynlighed.

Du kan også konfigurere funktionen Prognose for lavt niveau om natten og anmode om en beregning manuelt.

### Glukosemønstre

Denne funktion registrerer tilbagevendende glukosehændelser, der finder sted i løbet af en dag eller en uge. Når man er opmærksom på disse mønstre, kan det være med til, at man optimerer sin glukosestyring og træffer bedre beslutninger om sin diabetesbehandling. Når mySugr glukoseindsigter modtager CGM-data fra sensoren, vises de registrerede mønstre fra de sidste 24 timer under grafen på startskærmen. Mønstrene vises i rækkefølge med det, hvor der er størst medicinsk risiko først, f.eks. et meget lavt eller lavt mønster.

### Rapporter

mySugr glukoseindsigter giver dig mulighed for at eksportere din glukoseprofil (ambulatorisk glukoseprofil) og glukosemønstre i PDF-format.

## 6 Kom i gang

### 6.1 Installation og afinstallation af mySugr glukoseindsigter

mySugr glukoseindsigter er en udvidelse af mySugr Dagbog (mySugr appen), der bliver aktiv, når du opretter forbindelse til en Accu-Chek SmartGuide sensor. Du skal bare downloade og installere mySugr appen på din mobile enhed. Der er flere oplysninger om installation og brugen af mySugr appen i kapitlet Installation i brugervejledningen til mySugr Dagbog.

Selvom du beslutter, at du ikke længere vil bruge en sensor, kan du stadig:

- eksportere dine gamle CGM-værdier ved hjælp af fanen CGM på skærmen Rappporter.
- få vist både dine blodsukkerindlæg og de seneste CGM-værdier på grafen på startskærmen.
- Brug dine tidligere gemte brugerdefinerede CGM-relaterede brugerindstillinger, næste gang du skal pardanne og oprette forbindelse til en sensor.

Når du afbryder forbindelsen mellem sensoren og mySugr glukoseindsigter, vender startskærmen automatisk tilbage til sin standardtilstand: Grafen vil bestå af de blodsukkerindlæg, du har logget i mySugr Dagbog. CGM-relaterede funktioner som prognoser og alarmer vil ikke længere være tilgængelige.

## 6.2 Oprettelse af forbindelse til din sensor

Det er vigtigt, at du forbinder din Accu-Chek SmartGuide sensor til din mobile enhed ved hjælp af vejledningen i dette kapitel. Ellers kan mySugr glukoseindsigter ikke modtage CGM-værdier fra sensoren.

Der må kun oprettes forbindelse til sensoren i et sikkert område, som du har tillid til. Dette kan reducere risikoen for, at andre personer opretter forbindelse til din sensor.

Før du opretter forbindelse til sensoren, skal du finde serienummeret og den 6-cifrede PIN-kode på etiketten i bunden af det blå drejelåg. Bemærk: På Android-enheder skal du bruge serienummeret og den 6-cifrede PIN-kode for at genoprette forbindelse til den samme sensor, hvis du for eksempel har været logget ud af mySugr appen. Vi anbefaler derfor, at du beholder drejelåget, indtil du kasserer sensoren.

- Sensorens serienummer finder du ved siden af ikonet **SN** (se eksemplet nedenfor).
- Den 6-cifrede PIN-kode til sensoren finder du ved siden af ordet **PIN** (se eksemplet nedenfor).



mySugr glukoseindsigter er beregnet til brug sammen med 1 sensor og 1 mobil enhed ad gangen. Hvis du opretter forbindelse til en ny sensor, mens en anden sensor allerede er forbundet, afbrydes forbindelsen automatisk til den forbundne sensor.

1. Tryk på **Forbindelser** på fanelinjen.
2. Vælg Accu-Chek **SmartGuide** på listen, og tryk på **Forbind**.
3. På iOS-enheder skal du trykke på **Åbn indstillinger** og aktivere **Bluetooth®** i din enheds indstillinger.

På Android-enheder skal du trykke på **Tillad adgang** for at aktivere **Bluetooth®** og lokationstjenester. Tryk derefter på **Aktivér Bluetooth og sted**.

4. Anbring sensoren på din krop. Hvis du har brug for hjælp til at påføre sensoren, skal du trykke på **Sådan anbringer du en sensor**.

5. Tryk på **Næste**.

6. Gem drejelåget med sensorens serienummer og PIN-kode.

7. Tryk på **Næste**.

8. Vælg den sensor, der stemmer overens med serienummeret på etiketten i bunden af det blå drejelåg. Efter du har valgt din sensors serienummer, skal du udføre hvert trin hurtigt. Hvis du holder pause eller bliver forsinket, kan tiden til indtastning af PIN-koden løbe ud.

9. Tryk på **Indtast PIN-kode**.

10. Indtast den 6-cifrede PIN-kode fra etiketten på bunden af det blå drejelåg. Sørg for at indtaste PIN-koden korrekt, og at du ikke indtaster yderligere cifre.

11. Tryk på **Pardan**.

Der er nu oprettet forbindelse til sensoren.

Hvis det er første gang, du opretter forbindelse til en sensor, skal du indstille alarmer for de CGM-værdier, du modtager fra sensoren og aktivere Tilslidst Forstyr ikke (Android) eller Vigtige advarsler (iOS), så du kan være sikker på at modtage notifikationer og advarsler fra appen, selvom du har sat din mobilenhed på lydløs.

1. Tryk på **Næste**.

2. Læs de viste oplysninger omhyggeligt, og tryk på Jeg forstår for at fortsætte.

3. Tryk på **Næste**.

4. Indtast alarmværdierne for din Alarm for højt glukoseniveau og Alarm for lavt glukoseniveau. Bemærk: Af medicinske grunde kan du ikke ændre på alarmværdien for Alarm for meget lavt glukoseniveau.
5. Tryk på **Næste**.
6. På iOS-enheder skal du trykke på **Tillad** for at aktivere Vigtige advarsler. På Android-enheder skal du aktivere **Tilsidesæt Forstyr ikke**.
7. Tryk på **Næste**.

Når du har påført en ny sensor, skal den bruge 1 time til at varme op. Der vises ingen CGM-værdier i mySugr glukoseindsigter i det tidsrum. Sørg for at have en anden metode klar til måling af din glukoseværdi. Din sensor skal kalibreres for at kunne vise CGM-værdier, der kan bruges til beslutninger om behandling, som f.eks. insulindosering.

## 6.3 Kalibrering af din sensor

### 6.3.1 Trend-tilstand og Behandlingstilstand

Der er 2 tilstande for CGM-værdier: **Trend-tilstand** og **Behandlingstilstand**. Den tilstand, som sensoren for øjeblikket er i, vises under CGM-værdien på startskærmen.

Når sensoren er i **Trend-tilstand**:

- CGM-værdier må ikke bruges til at træffe beslutninger om behandling, som f.eks. insulindosering.
- CGM-værdier kan kun bruges til at se trends og som en generel reference.
- Hvis du vil træffe beslutninger om din behandling, f.eks. om insulindosering, skal du måle dit blodsukker med en fingerpriktest og et blodsukkerapparat.

Når sensoren er i **Behandlingstilstand**:

- CGM-værdier kan bruges til beslutninger om behandling, som f.eks. insulindosering.

Efter en opvarmningstid på 1 time er sensoren i **Trend-tilstand** og sender CGM-værdier til mySugr glukoseindsigter hvert 5. minut. Disse første CGM-værdier må ikke bruges til at træffe beslutninger om din behandling, som f.eks. insulindosering.

Den første kalibrering skal udføres senest 12 timer efter påføring af sensoren. Når kalibreringen er udført, er sensoren i **Behandlingstilstand**. CGM-værdierne kan nu bruges til at træffe beslutninger om din behandling, som f.eks. insulindosering.

Den næste kalibrering skal udføres mellem 30 minutter og 3 timer efter den første kalibrering. Den skal udføres for at bekræfte den første kalibrering.

Hvis den anden kalibrering ikke udføres, vender sensoren tilbage til **Trend-tilstand**. Så snart du udfører den næste kalibrering, skifter sensoren dog til **Behandlingstilstand**.

### 6.3.2 Sådan kalibrerer du din sensor

Kalibrering af din sensor giver dig mulighed for at bruge CGM-værdier til at træffe beslutninger om behandling, som f.eks. insulindosering, og øger nøjagtigheden af CGM-værdierne. Når du skal kalibrere din sensor, skal du udføre en fingerpriktest med et blodsukkerapparat og indtaste måleresultatet fra blodsukkerapparatet i mySugr glukoseindsigter. mySugr glukoseindsigter beder dig om at gøre dette inden for det første døgn efter ibrugtagning.

Udfør kalibreringen på et tidspunkt, hvor dit blodsukkerniveau er nogenlunde stabilt. Du kan finde disse tidspunkter ved at holde øje med trend-pilene og grafen på startskærmen. Du må ikke kalibrere kort tid **efter et måltid, efter indgivelse af insulin eller efter fysisk aktivitet**, og du skal undgå omgivelser med meget varme eller meget kolde temperaturer eller hurtigt skiftende temperaturer.

1. Vent, indtil mySugr glukoseindsigter beder dig om at kalibrere din sensor. Tryk derefter på **Udfør kalibrering nu**.
2. Udfør en fingerpriktest for at måle dit blodsukker med et blodsukkerapparat, og følg fabrikantens vejledning.
3. Indtast måleresultatet fra blodsukkerapparatet på skærmen **Kalibrer CGM-sensor**. Måleresultatet skal indtastes så hurtigt som muligt og senest 3 minutter, efter målingen er blevet udført.
4. Bekræft, at du forstår, at du ikke kan ændre i eller slette kalibreringsværdier, når de først er blevet bekræftet, og tryk på **Jeg forstår**.
5. Kontrollér, at du indtastede den samme værdi i mySugr glukoseindsigter, som den der blev vist på blodsukkerapparatet, og tryk på **Bekræft**. Hvis du kommer til at indtaste en forkert værdi, skal du trykke på **Bliv ved med at redigere** og indtaste den korrekte værdi.

Hvis kalibreringen ikke lykkes, skal du vente i ca. 15–30 minutter, før du gentager processen. Når du gentager processen, skal du udføre en ny fingerpriktest med dit blodsukkerapparat.

Systemets ydeevne kan ikke garanteres, hvis der bruges et forkert måleresultat til kalibrering.

Hvis du bekræfter en forkert kalibreringsværdi, kan den ikke slettes. Fjern sensoren, og påfør en ny.

## 7 CGM-indstillinger

### 7.1 Glukosealarmer

mySugr glukoseindsigter kan sende dig en advarsel, hvis dine CGM-værdier bliver høje, lave eller meget lave. Følgende glukosealarmer er tilgængelige:

- Alarmen for højt glukoseniveau advarer dig, når din CGM-værdi ligger på eller over din alarmværdi for højt glukoseniveau.
- Alarmen for lavt glukoseniveau advarer dig, når din CGM-værdi ligger på eller under din alarmværdi for lavt glukoseniveau.
- Alarmen for meget lavt glukoseniveau advarer dig, når din CGM-værdi ligger under 54 mg/dL (3,0 mmol/L). Af hensyn til din sikkerhed kan alarmværdien for meget lavt glukoseniveau ikke ændres.

Du får en glukosealarm, når din CGM-værdi ligger på eller over din alarmværdi for højt glukoseniveau eller på eller under din alarmværdi for lavt eller meget lavt glukoseniveau. Du vil blive ved med at få en glukosealarm hvert 5. minut, så længe din CGM-værdi ligger under alarmværdien for meget lavt glukoseniveau.

Din primære alarmprofil er aktiv døgnet rundt, medmindre du har aktiveret en sekundær alarmprofil. Den sekundære alarmprofil giver dig mulighed for at indstille andre alarmniveauer i et bestemt tidsrum, for eksempel i løbet af natten.

Alle glukosealarmer er som standard aktive, men du kan deaktivere dem. For at konfigurere dine CGM-alarmer skal du gøre følgende:

1. Tryk på **Mere** > **CGM-indstillinger** > **Alarmer** > **Alarmer for højt og lavt niveau**.
2. Tryk på til/fra-knapperne for at aktivere eller deaktivere de ønskede alarmer.
3. Indtast alarmværdierne for de enkelte alarmer. Alarmværdien for Meget lavt glukoseniveau er låst til 54 mg/dL(3,0 mmol/L). Alarmværdien for Lavt glukoseniveau kan indstilles til et valgfrit tal over 60 mg/dL(3,3 mmol/L). Og alarmværdien for Højt glukoseniveau kan indstilles til et valgfrit tal, der er større end alarmværdien for Lavt glukoseniveau.
4. Tryk på **Gem**.

Når du har konfigureret den primære alarmprofil, kan du også oprette en sekundær alarmprofil, der dækker andre tidsrum på dagen. I den sekundære alarmprofil kan du justere start- og sluttidspunktet i trin på 15 minutter.

### 7.2 Prognosealarmer

#### Prognose for lavt glukoseniveau

Prognose for lavt glukoseniveau giver dig besked, hvis mySugr glukoseindsigter har registreret, at dit glukoseniveau kan blive lavt i løbet af de næste 30 minutter. Det lave glukoseniveau kan indtræffe når som helst i løbet af de næste 30 minutter.

At opleve et lavt niveau betyder, at din glukoseværdi kan komme under den alarmværdi for lavt glukoseniveau, du har indstillet for dine glukosealarmer.

Hvis dit glukoseniveau med stor sandsynlighed vil blive lavt i løbet af de næste 30 minutter, vises notifikationen Lavt glukoseniveau snart (hvis den stadig er aktiveret) på enten din mobile enheds låseskærm, eller når du stryger ned fra toppen af skærmen, afhængigt af hvordan du har konfigureret din mobile enhed. Gå til **Mere** > **CGM-indstillinger** > **Alarmer** > **Prognosealarmer** for at administrere denne notifikation.

Tryk på notifikationen for at få vist startskærmen. Kortet Lavt glukoseniveau snart vises under grafen. Tryk på kortet for at få flere oplysninger på skærmen Lavt glukoseniveau snart. Læs oplysningerne, og beslut dig for, hvad du så skal gøre.

#### Undtagelser fra prognoser for lavt glukoseniveau

Prognosen for lavt glukoseniveau er aktiv døgnet rundt, 7 dage om ugen, med følgende undtagelser:

- Alarmværdien for lavt glukoseniveau er indstillet til over 100 mg/dL (5,5 mmol/L).
- 20 minutter efter du har lavet et indlæg om et kulhydratindtag i mySugr Dagbog.

- 30 minutter efter din sidste prognose og den sidste notifikation om snarligt lavt glukoseniveau blev sendt.
- Dit glukoseniveau allerede ligger under den alarmværdi for lavt glukoseniveau, som du har indstillet for dine alarmer for lavt glukoseniveau.

Kortet Lavt glukoseniveau snart på startskærmen forsvinder efter 15 minutter, hvis der ikke længere er nogen risiko for et snarligt lavt glukoseniveau.

### Prognose for lavt niveau om natten

Før du går i seng, viser funktionen Prognose for lavt niveau om natten dig, hvad sandsynligheden er for at opleve et lavt glukoseniveau i løbet af natten og angiver også det tidsrum, hvor der er størst risiko for at opleve et lavt niveau. Prognosen er tilgængelig mellem kl. 21 og kl. 2.

Risikoen for at opleve et lavt niveau betyder, at din glukoseværdi kan komme under 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Funktionen Prognose for lavt niveau om natten fungerer med en fast lav grænse på 70 mg/dL (3,9 mmol/L).

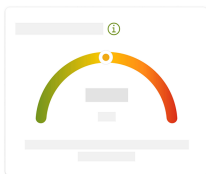
En nat er defineret som en 7-timers tidsperiode, der tæller fra det tidspunkt, hvor prognosen beregnes.

Du kan konfigurere funktionen Prognose for lavt niveau om natten og manuelt anmode om en ny beregning for enhver tidsperiode mellem kl. 21 og kl. 2. Du kan også få besked på valgte tidspunkter for høj risiko (betydeligt over din normale risiko).

Hvis der er stor eller meget stor sandsynlighed for, at du vil opleve et lavt glukoseniveau i løbet af natten, og notifikationen er aktiveret, vises notifikationen på din mobile enheds låseskærm. Kortet Prognose for lavt niveau om natten kan ses under grafen på startskærmen. Gå til **Mere > CGM-indstillinger > Alarmer > Prognosealarmer** for at administrere denne notifikation.

Tryk enten på notifikationen eller på kortet Prognose for lavt niveau om natten på startskærmen for at se en grafisk prognose på skærmen Prognose for lavt niveau om natten. Sandsynligheden for at opleve et lavt glukoseniveau om natten er opdelt i 3 forskellige risikoniveauer, hvor en individuel farve repræsenterer hvert niveau:

- Normal – under 30 % (grøn).
- Høj – mellem 30–60 % (gul).
- Meget høj – over 60 % (rød).



Uanset om sandsynligheden for at opleve et lavt glukoseniveau i løbet af natten er normal, høj eller meget høj, skal du overveje, hvilke handlinger du vil udføre. Selv en normal risiko er stadig en risiko, så alle nødvendige handlinger skal stadig overvejes.

Skærmen Lavt niveau om natten viser også følgende oplysninger, når der er stor eller meget stor sandsynlighed for, at du vil opleve et lavt glukoseniveau i løbet af natten:

- Hav kulhydratholdige snacks klar ved siden af sengen.
- Tænk på, om du bør injicere færre enheder basalinsulin om natten.
- Spis noget mad, der indeholder mange proteiner eller fedt.

Disse oplysninger er hentet fra American Diabetes Associations Standards of Care. Glycemic Goals and Hypoglycemia: Standards of Care in Diabetes—2024

Du kan anmode manuelt om en beregning af sandsynligheden for at opleve et lavt glukoseniveau hvert 20. minut, så længe at det er 20 minutter efter dit seneste måltid og/eller din seneste insulininjektion, med følgende undtagelser:

- Din CGM-værdi er allerede under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) eller under alarmværdien for dit glukoseniveau (hvis den er over 70 mg/dL).
- Din glukoseprognose eller notifikationen Lavt glukoseniveau snart har angivet, at du er ved at komme under 70 mg/dL (3,9 mmol/L).

### Aktivering af Prognose for lavt niveau om natten

1. Tryk på kortet Aktivér prognose for lavt niveau om natten.

2. Tryk på **Næste** og **Næste**, og aktivér derefter til/fra-knappen for notifikationer. Tryk på **Næste** igen.
3. Indtast det tidspunkt, hvor du ønsker at få besked. Vælg et tidspunkt, der er mindst 20 minutter efter dit sidste måltid og insulinindtag for dagen og før din sengetid.
4. Tryk på **Udført**.

### Fejlmeddelelser for Prognose for lavt niveau om natten

Hvis du ikke kan få en prognose for lavt niveau om natten, kan nedenstående måske give dig en forklaring og et løsningsforslag. CGM-værdierne i tabellen er kun eksempler.

Fejl	Handling
Ikke tilgængelig endnu	Det er for tidligt at beregne, om du muligvis vil opleve et lavt glukoseniveau om natten. Du kan først få en beregning mellem kl. 21 og kl. 2 om natten. Det er det eneste tidsrum, hvor funktionen virker.
Ikke nok data	Vi skal bruge mindst 1 dag med CGM-data for at komme med en prognose for sandsynligheden for, at du oplever et lavt glukoseniveau i løbet af natten.
Der er registreret et kulhydrat- eller insulinindtag	Hvis du lavede et indlæg med kulhydrater eller insulin i mySugr Dagbog, skal mySugr glukoseindsigter bruge mindst 20 minutter til at analysere det nye indlæg og genberegne sandsynligheden for, at du vil opleve et lavt glukoseniveau i løbet af natten.
Dine værdier er ved at blive lave	Denne meddelelse vises, hvis din glukoseprognose eller notifikationen Lavt glukoseniveau snart angiver, at din glukoseværdi forventes at komme under 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Der kan ikke beregnes en prognose om lavt glukoseniveau om natten, hvis dine værdier er ved at blive lave. (Denne værdi er kun et eksempel. Din faktiske alarmværdi afhænger af, hvilken alarmværdi du har angivet for lavt glukoseniveau).
Du er under 70 mg/dL (3,9 mmol/L)	mySugr glukoseindsigter kan ikke lave en prognose om lavt glukoseniveau, hvis dit glukoseniveau allerede er lavt. Spis eller drik noget med sukker i som anbefalet af sundhedspersonalet. (Denne værdi er kun et eksempel. Din alarmværdi for lavt glukoseniveau kan være en anden).
Noget gik galt	Vi kunne ikke forudsige dit glukoseniveau, da du forsøgte at beregne din risiko. Kom tilbage senere.
Er du online?	For at kunne bruge mySugr glukoseindsigter skal din mobile enhed have forbindelse til internettet.

## 7.3 Sensornotifikationer

### Påmindelse om udløb af sensor

mySugr glukoseindsigter kan minde dig om, hvornår du skal udskifte din sensor. For at aktivere eller deaktivere påmindelser om udløb skal du gøre følgende:

1. Tryk på **Mere** > **CGM-indstillinger** > **Alarmer** > **Sensornotifikationer**.
2. Tryk på til/fra-knapperne for at aktivere eller deaktivere de ønskede påmindelser.

Påmindelserne om udløb af sensoren er som standard aktiveret.

### Alarm om afbrudt sensorforbindelse

Hvis forbindelsen til din sensor bliver afbrudt, vil du ikke længere modtage CGM-værdier eller -alarmer, før forbindelsen er genoprettet. Sensoren gemmer dataene i 8 timer, hvis dataene ikke kan overføres til mySugr glukoseindsigter. For at undgå datatab skal sensoren overføre data, før sensorens batteri bliver afladet.

mySugr glukoseindsigter kan advare dig, hvis du mister forbindelsen til din sensor. Dette giver dig mulighed for at udføre den relevante handling for at genoprette forbindelsen. Der er flere oplysninger om, hvordan du genopretter forbindelsen til din sensor i kapitlet [Problemløsning og support](#).

Alarmen om afbrudt forbindelse er som standard aktiveret. Hvis alarmen om afbrudt forbindelse er deaktiveret, kan du overse tilfælde med meget højt, lavt eller meget lavt glukoseniveau, hvis det sker, mens forbindelsen til sensoren er afbrudt.

For at aktivere eller deaktivere alarmer om afbrudt forbindelse skal du gøre følgende:

1. Tryk på **Mere** > **CGM-indstillinger** > **Alarmer** > **Sensornotifikationer**.
2. Tryk på til/fra-knappen for at aktivere eller deaktivere alarmer om afbrudt forbindelse. Hvis du deaktiverer denne alarm, får du vist en notifikation om, at hvis forbindelsen til din sensor bliver afbrudt, vil du ikke modtage glukosealarmer. For at bekræfte at du vil deaktivere alarmer om afbrudt forbindelse, skal du trykke på **Deaktiver**. Hvis du vil annullere denne handling, skal du trykke på **Annuller**.

## 8 Indstillinger for mobil enhed

### ADVARSEL

#### Risiko for skade

Sørg for, at din mobile enhed er sikker, mens du bruger mySugr glukoseindsigter.

- Vælg en stærk adgangskode eller godkendelsesmetode (oplåsningsmekanisme) til din mobile enhed, og del ikke din adgangskode med uautoriserede personer.
- Lad kun programmer, der er tillid til, få adgang til systemtjenester.
- mySugr appen må ikke bruges på enheder, der er jailbroken eller rootede, eller som er i fejlretnings- eller udviklertilstand. Disse tilstande kan forringe enhedens sikkerhedsniveau og gøre den sårbar over for uautoriseret adgang og sikkerhedstrusler.

### ADVARSEL

#### Risiko for fejlfunktion i appen

Nogle operativsystemer tilbyder forbedrede funktioner til privatlivsbeskyttelse, så du kan låse eller skjule en app (iOS) eller anbringe en app i et privat område (Android). Hvis du bruger sådanne privatlivsfunktioner på mySugr appen, kan det være, at mySugr appen ikke fungerer efter hensigten eller ikke kan sende dig notifikationer.

Undlad at bruge privatlivsfunktioner på mySugr appen, som for eksempel at skjule eller låse den eller anbringe den i et privat område.

### 8.1 Omhu i forbindelse med enheden

Kommunikation med din sensor kan øge batteriforbruget i din mobile enhed. Sørg for at have en opladningsmulighed til din mobile enhed med dig.

Hyppige afbrydelser i forbindelsen mellem sensoren og mySugr glukoseindsigter kan reducere sensorbatteriets levetid. Hold sensoren og den mobile enhed tæt på hinanden.

Brug ikke mySugr appen på en mobil enhed med et revnet eller beskadiget display. Hvis skærmen er revnet eller beskadiget, kan du muligvis ikke se alt, der vises. Brug kun mySugr appen på en mobil enhed, der fungerer korrekt.

Brug kun mySugr appen på mobile enheder, som du har tillid til. En skadelig enhed kan muligvis læse og sende data mellem mySugr glukoseindsigter og sensoren.

Kør kun applikationer fra kilder, som du har tillid til, på den samme mobile enhed. Giv kun *Bluetooth*<sup>®</sup>-tilladelser til applikationer, som du har tillid til, da en skadelig app muligvis kan læse og sende data mellem mySugr glukoseindsigter og sensoren.

### 8.2 Indstillinger for notifikationer

### ADVARSEL

#### Risiko for alvorligt lave eller høje glukoseniveauer

Sørg for, at notifikationer, alarmer og Tilsidesæt Forstyr ikke (Android) eller Vigtige advarsler (iOS) er aktiveret i mySugr glukoseindsigter. Ellers kan du risikere at overse glukosealarmer eller vigtige sikkerhedsoplysninger.

Visse indstillinger i operativsystemet kan påvirke outputtet fra notifikationer og alarmer. Derfor er det vigtigt, at du regelmæssigt kontrollerer disse indstillinger på din mobile enhed.

mySugr appen skal altid køre (i forgrunden eller i baggrunden) for at kunne udsende informationssignaler og alarmer korrekt. Det er tilstrækkeligt for mySugr appen at køre i baggrunden, når du bruger en anden app på din mobile enhed. Notifikationer er reguleret af de indstillinger, du har angivet for dine notifikationsindstillinger. Signaler og alarmer i form af vibration, lyd og visning af oplysninger styres af dine indstillinger for notifikationer.

Du skal være bekendt med indstillingerne for modtagelse af notifikationer og alarmer.

### Indstillinger for notifikationer for appen

Hvis mySugr glukoseindsigter ikke har tilladelse til at udsende notifikationer, vil alle notifikationer og alarmer være blokeret.

> For at sørge for at mySugr appen kan udsende notifikationer og alarmer, skal du aktivere appnotifikationer for mySugr appen i systemindstillingerne på din mobile enhed. Yderligere oplysninger om, hvordan du gør dette, finder du i brugsanvisningen til din mobile enhed.

Visse hændelser kan påvirke notifikationer og alarmer, f.eks. hvis du ved et uheld taber din mobile enhed eller din sensor. Kontrollér regelmæssigt funktionen i din mobile enhed og sensor og i operativsystemet. Derudover skal du regelmæssigt kontrollere indstillingerne for notifikationer i dit operativsystem.

### **Forstyr ikke og Fokus**

Hvis Forstyr ikke (Android) eller Fokus (iOS) er aktiveret, er der normalt slukket for lyden til appnotifikationer og -alarmer, når din mobile enhed er låst. Hvis Forstyr ikke eller Fokus er aktiveret, vises dette normalt på statusbjælken.

> Hvis du vil være sikker på at modtage notifikationer og alarmer, selvom din mobile enhed er på lydløs, skal du aktivere Til sidesæt Forstyr ikke (Android) eller Vigtige advarsler (iOS).

> Du kan også føje mySugr appen til listen over tilladte appnotifikationer. Yderligere oplysninger om, hvordan du gør dette, finder du i brugsanvisningen til din mobile enhed.

### **Volumen**

Hvis lydstyrken er for lav, kan det forhindre at du hører notifikationer og alarmer fra appen. Afhængigt af operativsystemets version og den mobile enhed kan der være separate indstillinger for lydstyrken for ringetoner og notifikationer. På visse Android-enheder vises der kun et ikon for lydløs tilstand, hvis lydstyrken for ringetonen er indstillet til 0, men ikke hvis lydstyrken for notifikationer er indstillet til 0. På disse enheder vises der ikke et ikon for lydløs tilstand, selvom alarmer ikke kan høres.

> Indstil lydstyrken så højt, at du kan høre alle notifikationer og alarmer.

> Nogle mobile enheder giver dig mulighed for at indstille forskellige lydstyrkeniveauer. Du kan indstille lydstyrkeniveauet til over det omgivende støjniveau, f.eks. hvis der er for meget larm i det omgivende område. Sørg for, at du kan høre notifikationer i de område, du befinder dig i.

### **Bluetooth® trådløs teknologi**

Hvis kommunikation via *Bluetooth*® er deaktiveret, kan mySugr glukoseindsigter ikke kommunikere med din sensor. Ikonet for *Bluetooth*® er normalt gråmarkeret, når *Bluetooth*® er deaktiveret.

> For at sikre at mySugr appen kan kommunikere med din sensor, skal du kontrollere, at *Bluetooth*® er aktiveret. Yderligere oplysninger om, hvordan du gør dette, finder du i brugsanvisningen til din mobile enhed.

### **Flytilstand**

Hvis flytilstand er aktiveret kan det være, at *Bluetooth*® automatisk er blevet deaktiveret, så mySugr glukoseindsigter ikke kan kommunikere med din sensor. Både iOS- og Android-enheder husker, om *Bluetooth*® var aktiveret eller deaktiveret i flytilstand og anvender samme tilstand, næste gang du aktiverer flytilstand. Hvis flytilstand er aktiveret, vises dette normalt på statusbjælken.

> Hvis *Bluetooth*® er deaktiveret i flytilstand, skal du aktivere *Bluetooth*®. Yderligere oplysninger om, hvordan du gør dette, finder du i brugsanvisningen til din mobile enhed.

### **Strømsparetilstand**

Hvis strømsparetilstand aktiveres, bliver nogle baggrundsprocesser deaktiveret for at spare på batterieffekten i din mobile enhed. Strømsparetilstand påvirker også kommunikationen med din sensor. Hvis strømsparetilstanden er aktiveret, vises dette normalt på statusbjælken.

> For at sikre, at mySugr glukoseindsigter kan kommunikere med din sensor, skal du deaktivere strømsparetilstanden. Yderligere oplysninger om, hvordan du gør dette, finder du i brugsanvisningen til din mobile enhed.

### **Automatisk optimering**

Nogle Android-enheder har en indbygget funktion til automatisk afslutning af baggrundsprocesser. Denne funktion afslutter applikationer, der kører i baggrunden, efter et fastsat tidsrum.

> Hvis du opdager, at mySugr appen blev afsluttet automatisk, mens den kørte i baggrunden, skal du angive batteriindstillingerne for mySugr appen til "ubegrænset". Yderligere oplysninger om, hvordan du gør dette, finder du i brugsanvisningen til din mobile enhed.

## Tilbehør

Tilbehør, der er tilsluttet din mobile enhed, kan påvirke outputtet fra notifikationer og alarmer. Det kan ske, hvis du tilslutter din mobile enhed til høretelefoner eller en bilradio, uden at du har høretelefonerne på ørerne, eller hvis du lytter til en anden radiostation i bilen. Det kan også ændre på notifikationsindstillingerne på din mobile enhed, hvis du forbinder et smartwatch til din mobile enhed.

> Når du bruger tilbehør, såsom høretelefoner, højttalere eller et smartwatch, skal du sikre dig, at du stadig er opmærksom på notifikationer og alarmer fra mySugr glukoseindsigter.

## 8.3 Adgangsbeskyttelse

### Databeskyttelse

Beskyt mySugr appen mod ukendt adgang eller misbrug. Brug de sikkerhedsfunktioner, der findes på din mobile enhed eller i operativsystemet, f.eks. adgangskodebeskyttelse.

### Beskyttelse af din mobile enhed

Enhver person med adgang til mySugr appen kan indtaste kalibreringsværdier for din sensor og manipulere mySugr glukoseindsigter eller appindstillingerne. Forkerte kalibreringsværdier kan have en negativ indvirkning på nøjagtigheden af sensoren.

Beskyt mySugr appen mod tredjepartsadgang:

- Lån ikke din mobile enhed til andre, herunder børn.
- Indstil en skærmlås i sikkerhedsindstillingerne på din mobile enhed.
- Konfigurer skærmlåsen til automatisk at låse din mobile enhed efter et bestemt tidsrum med inaktivitet.

### Kontobeskyttelse

Hold dine kontooplysninger sikre. Del ikke din konto med andre.

Hvis du skifter mobil enhed eller holder op med at bruge din mobile enhed af en anden årsag, skal du logge af din konto.

Lån ikke din mobile enhed til andre. Log af din konto først, hvis det ikke kan undgås. Bemærk: Når du logger af din konto, afbrydes forbindelsen til sensoren, og alarmer, notifikationer og overførsel af CGM-værdier fra sensoren ophører. Når du logger på igen på en Android-enhed, skal du bruge serienummeret og den 6-cifrede PIN-kode til at genoprette forbindelsen til den samme sensor.

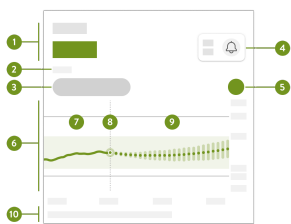
Beskyt din mobile enhed mod ændringer i dine apps og i operativsystemet. Sørg for, at der ikke kan installeres apps uden brug af en adgangskode.

Hvis du vil ændre adgangskoden til din konto, skal du gå til **Mere > Konto og indstillinger > Skift adgangskode**.

For oplysninger om ændring af adgangskodeindstillingerne for din Apple- eller Google-konto henvises der til instruktionerne til din downloadplatform.

## 9 Startskærm

Startskærmen er den centrale skærm i appen og viser forskellige oplysninger. Bemærk, at når du forbinder en sensor med mySugr appen, viser startskærmen flere oplysninger, såsom glukosetrends (stiger eller falder dit glukoseniveau) og glukoseprognoser.



Øverst på startskærmen vises følgende oplysninger:

1. Visning af din aktuelle CGM-værdi i tekst og tal. Trend-pilen angiver den aktuelle retning, som dine CGM-værdier bevæger sig i:

- ↑ hurtigt stigende
- ↗ stigende
- uændret
- ↘ faldende
- ↓ hurtigt faldende

#### FORHOLDSREGEL

##### Risiko for forkerte beslutninger vedrørende behandling

Trend-pilen angiver ikke en prognose. Den angiver en tendens for, hvilken retning din CGM-værdi er på vej i baseret på nylige målinger.

#### BEMÆRK

Når CGM-værdien falder uden for sensorens måleinterval, hvilket sker over 400 mg/dL (22,2 mmol/L) eller under 40 mg/dL (2,2 mmol/L), viser startskærmen HI eller LO i stedet for en numerisk værdi.

2. Måleenhed.

3. Trend-tilstand eller Behandlingstilstand: Dette ikon angiver den aktuelle tilstand for sensoren. Du finder yderligere oplysninger i kapitlet [Trend-tilstand og Behandlingstilstand](#).

4. Din alarmprofils aktuelle tilstand: Dette ikon angiver, hvilke alarmer der er aktiveret og deaktiveret for øjeblikket. Du finder flere oplysninger i nedenstående tabel.

5. Kort vejledning.

6. Startskærmsgraf: Startskærmsgraften er en grafisk repræsentation af dine CGM-værdier.

7. Tidligere CGM-værdier: Rul startskærmsgraften til siden for at se dine tidligere CGM-værdier.

8. Aktuel CGM-værdi.

9. Prognoseområde for dine CGM-værdier for de næste 2 timer: Serien af mørkegrønne prikker i prognoseområdet repræsenterer dit forventede gennemsnitlige glukoseniveau. Som man kan se af de stadig større lodrette bjælker, bliver prognoseområdet for dit glukoseniveau mindre nøjagtigt, jo længere det kommer ud i fremtiden.

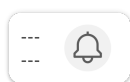
10. Angiver forældede glukoseprognoser.

☉ Dette ikon vises på grafen, lige efter du har lavet et nyt kulhydrat- eller bolusinsulinindlæg i mySugr Dagbogen. Vent mindst 20 minutter, for at prognosen kan blive opdateret. Ikonet forsvinder, når opdateringen er fuldført.

Klokkeikonet angiver din aktuelle alarmprofil. Ikonet kan have forskellige tilstande, afhængigt af hvilke alarmer der er aktiveret og deaktiveret for øjeblikket. Nedenstående tabel beskriver de forskellige tilstande. Tallene i tabellen er kun eksempler.

Ikon	Beskrivelse
	Din alarmprofil er aktiveret. Dine alarmer for højt og lavt niveau er aktiveret, og alarmværdierne kan ses ved siden af klokkeikonet.
	Din alarmprofil er aktiveret. Din alarm for højt niveau er aktiveret, mens din alarm for lavt niveau er deaktiveret.
	Din alarmprofil er aktiveret. Din alarm for højt niveau er deaktiveret, mens din alarm for lavt niveau er aktiveret.

Ikon	Beskrivelse
------	-------------



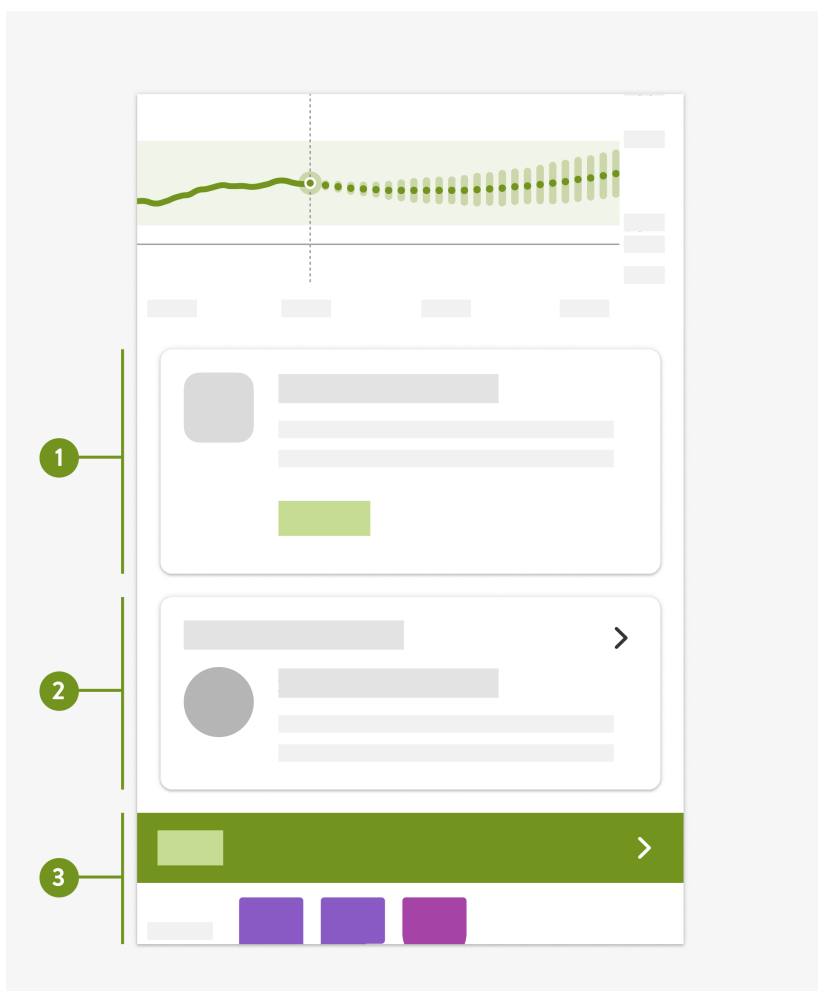
Din alarmprofil er aktiveret. Dine alarmer for højt og lavt niveau er deaktiveret.



Din alarmprofil er deaktiveret.



Din alarmprofil er aktiveret, men der er noget galt med operativsystemets notifikationsindstillinger. Sørg for at aktivere notifikationer i telefonindstillingerne, så du modtager appnotifikationer og alarmer. Du finder yderligere oplysninger i kapitlet [Indstillinger for notifikationer](#).



Nederst på startskærmen vises følgende oplysninger:

1. Meddelelsesområde: Her vises meddelelser om aktuelle opmærksomhedspunkter, for eksempel hvornår det er på tide at kalibrere sensoren. Tryk på knapperne i meddelelserne for at reagere på dem.
2. Widget-område, for eksempel Tid inden for målområdet: Tryk på widgetten for at få flere oplysninger.
3. Indlæg i mySugr Dagbog.

## 9.1 Glukoseprognose

mySugr glukoseindsigter kommer med en prognose for dine mulige glukoseniveauer inden for de næste 2 timer. Denne prognose er baseret på dine tidligere CGM-værdier og dine kulhydrat- og bolusinsulinindlæg i mySugr Dagbog.

Glukoseprognosen vises på grafen på startskærmen, når der kontinuerligt er overført mindst 1 times CGM-data til mySugr glukoseindsigter.

Grafen viser dine glukoseniveauer for den forrige time, som de er nu, og deres prognoseområde for de næste 2 timer. Serien af mørkegrønne prikker i prognoseområdet repræsenterer dit forventede gennemsnitlige glukoseniveau.

Som man kan se af de stadig større lodrette bjælker, bliver prognoseområdet for dit glukoseniveau mindre nøjagtigt, jo længere det kommer ud i fremtiden.

Det område, der vises i grafen, er fra 0 til 300 mg/dL (0 til 16,7 mmol/L):

- Hvis dit glukoseniveau er over 300 mg/dL (16,7 mmol/L), vises det som en trekant, der peger opad.
- Hvis dit glukoseniveau er over 400 mg/dL (22,2 mmol/L), vises der HI på startskærmen i stedet for en numerisk værdi.
- Hvis dit glukoseniveau er under 40 mg/dL (2,2 mmol/L), vises det som en trekant, der peger nedad, og der vises LO på startskærmen i stedet for en numerisk værdi.

Hvis der forudsiges lavt glukoseniveau inden for de næste 30 minutter, vises kortet Lavt glukoseniveau snart. Grafen vil kun vise de næste 30 minutter.

Hvis der forudsiges et lavt glukoseniveau, men det ligger mere end 30 minutter ude i fremtiden (for eksempel om 60 minutter), vises det på grafen. Både prognosen og kortet Lavt glukoseniveau snart forsvinder dog, når tidspunktet for prognosen nås.

Du skal være opmærksom på følgende, når du får vist din prognose:

#### ADVARSEL

##### Risiko for forkerte beslutninger vedrørende behandling

Prognoser opdateres ikke lige efter, du har oprettet et nyt indlæg i mySugr Dagbog. Det tager mindst 20 minutter, før handlinger, du foretager lige nu (hvis du for eksempel spiser eller tilføjer insulin), kan ses i prognosen.

Hvis du opretter et nyt indlæg om kulhydrater eller bolusinsulin i mySugr Dagbog, skal prognosen have mindst 20 minutter til at tilpasse sig.

2-timersprognosen er kun til informationsformål i de tilfælde, hvor prognosen er for mere end 45 minutter, og for at gøre opmærksom på fremtidige handlinger, der kan være nødvendige (f.eks. at kontrollere dit glukoseniveau oftere, klargøre insulininjektioner eller have kulhydrater klar ved hånden). Du bør overveje, hvad du skal gøre baseret på prognoserne for høje og lave glukoseniveauer i løbet af de næste 45 minutter.

#### Fejlmeddelelser for glukoseprognoser

Du får vist en af følgende fejlmeddelelser, når der ikke er en glukoseprognose på startskærmen. Tallene og tidspunkterne i tabellen er kun eksempler.

Fejlmeddelelse	Handling
	Der er flere grunde til, at du kan få vist denne meddelelse.
Vi kan ikke analysere dataene til forudsigelse af dit glukoseniveau.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hvis du ligger over 400 mg/dL (22,2 mmol/L) eller under 70 mg/dL (3,9 mmol/L).</li><li>• Ikke nok CGM-data i løbet af den sidste time.</li><li>• Tekniske problemer.</li></ul>
Opret forbindelse til internettet for at få en prognose og besked om dit kommende glukoseniveau.	Sørg for, at din mobile enhed er forbundet med internettet, så vi kan levere prognoser om glukoseværdier, registrere om du snart vil opleve et lavt glukoseniveau og forudsige lave niveauer om natten.

## 9.2 Glukosemønstre

Denne funktion identificerer tilbagevendende glukosehændelser, der forekommer i løbet af en dag eller en uge (mandag-søndag). Dine registrerede mønstre fra de seneste 24 timer vises hver dag under grafen på startskærmen.

Både mønstre, der er i og uden for målområdet, vises. Ved at se på de mønstre, der er uden for målområdet, kan du træffe forholdsregler for at forebygge dem i fremtiden.

Mønstrene vises i rækkefølge, hvor mønsteret med størst medicinsk risiko vises først, f.eks. et meget lavt eller lavt mønster.

Mønstre, der er blevet registreret i løbet af de sidste 24 timer, vises på startskærmen. Tryk på et af mønstrene for at gøre følgende:

#### På skærmen Aktuelle mønstre

- Få vist registrerede mønstre.

- Tryk på et registreret mønster for at se flere oplysninger, herunder eventuelle tilknyttede indlæg om kulhydrater, insulin og blodsukker du har lagt ind i mySugr Dagbog.
- Tryk på **Tidligere** for at få vist de mønstre, der ikke længere registreres, angivet med den seneste måned først. Tidligere mønstre, der er ældre end 2 uger, gemmes separat i op til 6 måneder.

Første gang et mønster vises under grafen på startskærmen, er der en oversigt over mønstre tilgængelig. Tryk på mønsteret og læs, hvad der står på skærmene for at få en bedre forståelse af, hvordan funktionen virker.

## Typen af glukosemønstre

Tabellerne i dette afsnit angiver de mulige mønstre, der kan registreres ud fra dine CGM-data, og deres tilknyttede tidsblokke.

Den første tabel viser tidsblokkene og deres start- og sluttider.

Tidsblok	Starttidspunkt	Sluttidspunkt	Tidszone
Nat	00:00	06:00	Lokal tid
Morgen	06:00	10:00	Lokal tid
I løbet af dagen	10:00	20:00	Lokal tid
Aften	20:00	00:00	Lokal tid
Hele dagen	00:00	00:00	Lokal tid



Det viste tidsstempel for et mønster afspejler din lokale tid, da tidsstempelen blev registreret. Tidligere tidsstempler opdateres ikke, hvis brugeren flytter til en anden tidszone.

Følgende tabel angiver de mulige mønstre, som mySugr glukoseindsigter kan registrere ud fra dine data.

De faste glukosestandardværdier i mySugr glukoseindsigter bruges her som grænseværdier, der udløser et mønster for uden for målområdet. Mønstrene for i målområdet og uden for målområdet efter måltid udløses af det målområde, du angiver i mySugr Dagbog.








Du skal løbende lave indlæg om dine måltider i mySugr Dagbog for at få fordel af registreringen af et morgenmads- eller måltidsrelateret mønster i mySugr glukoseindsigter.

Ikoner for mønstre	Mulige mønstre	Beskrivelse
	Lavt niveau (morgen, i løbet af dagen, aften, nat)	Glukoseniveau under 70 mg/dL (3,9 mmol/L)
	Meget lavt niveau (morgen, i løbet af dagen, aften, nat)	Glukoseniveau under 54 mg/dL (3,0 mmol/L)
	Længerevarende lavt niveau (morgen, i løbet af dagen, aften, nat)	Glukoseniveau under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) i mere end 2 timer
	Lavt niveau flere gange om dagen	Glukoseniveau under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) flere gange på samme dag
	Meget højt niveau (morgen, i løbet af dagen, aften, nat)	Glukoseniveau over 250 mg/dL (13,9 mmol/L)
	Før morgenmad - Højt niveau	Glukoseniveau over 130 mg/dL (7,2 mmol/L) Tidsperiode: 06:00–10:00
	Højt niveau (morgen, i løbet af dagen, aften, nat)	Glukoseniveau over 180 mg/dL (10,0 mmol/L)
	Uden for målområdet efter måltid	Glukoseniveauet er uden for dit målområde efter et måltid

Ikon for mønster	Mulige mønstre	Beskrivelse
	Før morgenmad - I målområdet	Glukoseniveauet er inden for dit målområde før et måltid Tidsperiode: 06:00–10:00
	I målområdet	Glukoseniveauet er inden for dit målområde
	Antal sammenhængende dage i målområdet	Glukoseniveauet er i målområdet på 3 eller flere sammenhængende dage
	Efter måltid - I målområdet	Glukoseniveauet er inden for dit målområde efter et måltid
	Store glukoseudsving	Glukoseniveauerne svinger i løbet af dagen
	Overkorrektion af lavt niveau	Glukoseniveauet svinger fra under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) til over 250 mg/dL (13,9 mmol/L) inden for en 3-timersperiode.
	Overkorrektion af højt niveau	Glukoseniveauet svinger fra over 250 mg/dL (13,9 mmol/L) til under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) inden for en 3-timersperiode.

### Mulige årsager til mønstre med lavt og højt glukoseniveau

Følgende tabel inkluderer de mulige årsager til lave og høje mønstre for en person med type 1- eller type 2-diabetes. Bemærk, at årsagerne muligvis ikke vises for alle mønstre og diabetestyper. Tryk på hver årsag i appen for at få flere oplysninger.

Ikon	Beskrivelse
	Insulindosering
	Injektionssteder
	Mad og drikkevarer
	Fysisk aktivitet
	Hormonelle påvirkninger eller Hormoner og biorytmer
	Varme
	Stress, søvn og sygdom

## 10 Administration af din sensor

For at administrere din sensor skal du gøre følgende:

1. Tryk på **Forbindelser** på fanelinjen.
2. Tryk på **Accu-Chek SmartGuide**.

Skærmen Accu-Chek SmartGuide viser din Accu-Chek SmartGuide sensors serienummer, og hvor lang tid, der er tilbage, inden sensoren udløber. Fra denne skærm kan du oprette forbindelse til en ny sensor eller gennemse vejledningen i fjernelse af en sensor.

- Tryk på **Opret forbindelse til en ny sensor** for at pardanne en ny sensor.
- Tryk på **Sådan fjerner du din sensor** for at gennemse vejledningen i fjernelse af en sensor.

## 11 Brug af et Apple Watch

### FORHOLDSREGEL

#### Risiko for skade

Smartwatches og andre tilsluttede enheder må ikke være din eneste kilde til oplysninger. Disse enheder kan have begrænsninger i deres kommunikation af vigtige sikkerhedsoplysninger om mySugr glukoseindsigter eller alarmer fra din mobile enhed.

### Oplysninger på Apple Watch

Hvis du bruger en iPhone, kan du bruge mySugr glukoseindsigter i kombination med et Apple Watch. Når Apple Watch er forbundet med din iPhone, kan du se følgende oplysninger på dit Apple Watch:

- Seneste CGM-værdi.
- Trend-pil.
- Trendgraf.

Sørg for, at notifikationer er aktiveret i mySugr appen, og aktivér videresendelse af notifikationer fra mySugr appen til dit Apple Watch, så du kan modtage fejl-, vedligeholdelses- og advarselsmeddelelser samt påmindelser direkte på dit Apple Watch.

### Komplikationer

En komplikation er et visuelt element, som du kan føje til skærmen på dit Apple Watch. Dette visuelle element kan vise nyttige oplysninger.

mySugr glukoseindsigters komplikation indeholder følgende oplysninger:

- Seneste CGM-værdi.
- Trend-pil.
- Oplysninger om glukoseområde.

## 12 Eksport af data

Gør følgende på iOS-enheder:

1. Vælg **Rapporter** på fanelinjen, og tryk derefter på **CGM**.
2. Vælg indholdet til din rapport, filformat og tidsinterval, og tryk derefter på **Eksportér**.
3. Når eksporten vises på skærmen, skal du trykke på knappen nederst til venstre for at få adgang til valgmulighederne for at sende og gemme.

Gør følgende på Android-enheder:

1. Vælg **Rapporter** på fanelinjen, og tryk derefter på **CGM**.
2. Vælg indholdet til din rapport, filformat og tidsinterval, og tryk derefter på **Eksportér**.
3. Når eksporten vises på din skærm, kan filen gemmes eller deles.

## 13 Problemløsning og support

### 13.1 Hurtig hjælp til almindelige problemer

#### mySugr glukoseindsigter viser ikke CGM-værdier

Dette kan skyldes følgende årsager:

- **Bluetooth®** kan være deaktiveret: Sørg for, at **Bluetooth®** er aktiveret på din mobile enhed.
- Sensoren kan være uden for rækkevidde: Afstanden mellem sensoren og din mobile enhed må ikke være mere end maks. 10 meter (i lige linje).
- Sensoren er muligvis stadig ved at varme op: Vent, indtil sensoren er varmet op.
- Sensoren er muligvis for varm: Flyt sensoren til en køligere lokation, eller afskærm den.
- Sensoren er muligvis for kold: Flyt sensoren til en varmere lokation.

- Du er muligvis logget af din konto: Log på din konto igen. Bemærk: På en Android-enhed, skal du bruge serienummeret og den 6-cifrede PIN-kode til at genoprette forbindelsen til den samme sensor. Du finder flere oplysninger i kapitlet [Oprettelse af forbindelse til din sensor](#).
- Det er måske på tide at udskifte sensoren: Tryk på **Forbindelser** på fanelinjen, og kontrollér din sensors aktuelle status.
- Der kan være en alarm eller en notifikation, du skal reagere på: Kontrollér meddelelsesområdet på startskærmen. Hvis det for eksempel er batteriet i din sensor, der er afladet, kan du se en notifikation om det i meddelelsesområdet.

mySugr glukoseindsigter modtager din aktuelle CGM-værdi hver 5. minut. Hvis mySugr glukoseindsigter ikke viser nogen CGM-værdier i mere end 20 minutter uden at vise en notifikation eller alarm på startskærmen, skal du kontrollere din enheds oplysningsskærm. Og ellers skal du kontakte kundeservice og fjerne sensoren, hvis du får besked på det.

### mySugr glukoseindsigter viser ikke prognoser

Dette kan skyldes følgende årsager:

- Der er muligvis ikke tilstrækkeligt med data: Kontrollér, at sensoren og mySugr glukoseindsigter fungerer korrekt. Der er brug for mindst 1 times kontinuerlig data for at mySugr glukoseindsigter kan give dig den indledende glukoseprognose for de næste 2 timer.
- Der er muligvis ikke forbindelse til internettet: Sørg for, at din mobile enhed har forbindelse til et sikkert Wi-Fi®- eller mobilnetværk.

### CGM-værdien svarer ikke til, hvordan du føler dig

Du må ikke ignorere symptomer på lavt eller højt glukoseniveau, og du må ikke ændre din behandling uden at tale med dit sundhedspersonale. Gør følgende, hvis din CGM-værdi ikke svarer til, hvordan du føler dig:

1. Mål dit blodsukker med en fingerpriktest og et blodsukkerapparat.
2. Udfør endnu en fingerpriktest med dit blodsukkerapparat for at udelukke et forkert måleresultat.
3. Hvis måleresultaterne fra dit blodsukkerapparat bliver ved med ikke at svare til, hvordan du føler dig, skal du kontakte dit sundhedspersonale.

## 13.2 Oversigt over alle kort på startskærmen

### 13.2.1 Sensormeddelelser og -alarmer

Når du kan oprette forbindelse til en sensor, vises følgende meddelelse på startskærmen:

#### Har du din Accu-Chek SmartGuide CGM-sensor?

> Opret forbindelse

Når du kan kalibrere din sensor, vises følgende kort på startskærmen:

#### Kalibrer CGM-sensor

Få mere nøjagtige CGM-værdier til beslutninger om behandling.

> Udfør kalibrering nu

#### Kalibrering er tilgængelig om [x timer, y min]

Fra kl. [tidspunkt] kan du kalibrere din sensor for beslutninger om behandling.

> Hvorfor udføre en kalibrering?

#### Endelig kalibrering om [x min]

Udfør en kalibrering mellem kl. [tidspunkt] og [tidspunkt]. Ellers går dine værdier tilbage til Trend-tilstand, indtil du udfører en kalibrering.

#### Den endelige kalibrering er tilgængelig

Udfør en kalibrering før kl. [tidspunkt]. Ellers går dine værdier tilbage til Trend-tilstand, indtil du udfører en kalibrering.

> Udfør kalibrering nu

#### Uventede kalibreringer

mySugr registrerede uventede kalibreringer på sensoren. Bekræft, at du udførte disse kalibreringer.

> Kontrollér kalibreringerne

### Kalibrering ikke tilgængelig

Dette kan skyldes hurtige ændringer i glukoseniveauet eller sensortemperaturen. Prøv igen senere.

Under brug vises der muligvis følgende kort på startskærmen:

#### CGM-sensoren holdt op med at virke

Fjern din brugte sensor. Påfør en ny sensor, og forbind den med mySugr.

> Udskift sensoren

#### Kan ikke oprette forbindelse til CGM-sensor

Sørg for, at Bluetooth er aktiveret, og at din telefon og sensoren er tæt på hinanden. Hvis der ikke er forbindelse til sensoren, må CGM-dataene ikke bruges til beslutninger om din behandling.

#### CGM-sensor for varm

Sensoren holdt midlertidigt op med at virke. Find et køligere sted.

#### CGM-sensor for kold

Sensoren holdt midlertidigt op med at virke. Find et varmere sted.

#### CGM-sensor midlertidigt afbrudt

Årsagen er ukendt. Tjek igen om et par minutter. Hvis du ikke er sikker, skal du foretage en måling med dit apparat.

#### Lavt batteriniveau i CGM-sensoren

Du skal snart udskifte din sensor.

> Udskift sensoren

Når din sensors levetid er ved at udløbe, vises følgende kort muligvis på startskærmen:

#### CGM-sensoren er udløbet

Den skal udskiftes med det samme.

> Udskift sensoren

#### CGM-sensoren udløber om 24 timer

Den skal snart udskiftes.

#### CGM-sensoren udløber om 2 timer

Den skal snart udskiftes.

### 13.2.2 Glukosealarmer og -prognoser

Følgende glukosealarmer kan blive vist under brug. Bemærk, at der kan være forskel på alarmerne, afhængigt af om sensoren er i Trend-tilstand eller Behandlingstilstand:

Behandlingstilstand	Trend-tilstand
<b>Højt glukoseniveau registreret</b> Følg sundhedspersonalets anbefalinger for at behandle dit høje glukoseniveau.  > Forstået	<b>Højt glukoseniveau registreret</b> Eftersom du er i Trend-tilstand, skal du dobbelttjekke med en fingerpriktest.  > Forstået
<b>Lavt glukoseniveau registreret</b> Overvej at spise eller drikke hurtigtvirkende kulhydrater som anbefalet af dit sundhedspersonale.  > Forstået	<b>Lavt glukoseniveau registreret</b> Eftersom du er i Trend-tilstand, skal du dobbelttjekke med en fingerpriktest.  > Forstået
<b>Meget lavt glukoseniveau registreret</b> Spis eller drik straks hurtigtvirkende kulhydrater som anbefalet af sundhedspersonalet.  > Forstået	<b>Meget lavt glukoseniveau registreret</b> Eftersom du er i Trend-tilstand, skal du dobbelttjekke med en fingerpriktest.  > Forstået

Under brug bliver følgende prognose muligvis vist på startskærmen:

#### Lavt glukoseniveau snart

Mellem kl. [tidspunkt-tidspunkt] er der risiko for, at du kommer under [ $x$  mg/dL ( $y$  mmol/L)].

> Lær mere

### 13.2.3 Meddelelser fra mySugr glukoseindsigter

Når du konfigurerer dine primære alarmværdier, vises følgende kort muligvis på skærmen Alarmer for højt og lavt niveau:

#### Sekundære alarmer

Indstil forskellige værdier i bestemte tidsrum, f.eks. mens du sover eller dyrker motion.

> Indstil

Når du har konfigureret de primære alarmer, kan du når som helst indstille de sekundære alarmer.

Du får muligvis vist følgende kort på skærmen Alarmer for højt og lavt niveau:

#### Notifikationer er deaktiveret

Det er vigtigt, at disse indstillinger er aktiverede, så du kan modtage alarmer og notifikationer.

> Åbn indstillinger

### 13.3 Hændelseslog

Hændelsesloggen indeholder alle de hændelser, der opstår under brugen af din aktuelt pardannede og tidligere sensor, og kan være en hjælp til fejlfinding. Sådanne hændelser kan f.eks. være alle tidligere, aktuelle og inaktive alarmer.

Gør følgende for at få vist hændelsesloggen:

1. Tryk på **Forbindelser** på fanelinjen.
2. Tryk på **Accu-Chek SmartGuide**.
3. Tryk på **Hændelseslog**.

### 13.4 Support

Hvis du har spørgsmål angående mySugr, brug for hjælp til mySugr glukoseindsigter eller mySugr appen eller har bemærket en fejl eller et problem, bedes du kontakte os med det samme på [support@mysugr.com](mailto:support@mysugr.com).

## 14 Tekniske data

#### Produktnavn

mySugr glukoseindsigter

#### Apptype

Applikation til mobile enheder

#### Appversion

Tryk på **Mere** > **mySugr glukoseindsigter** for at få flere oplysninger om den version af mySugr appen, du bruger.

#### Produktbemærkninger

Du kan finde produktbemærkninger for hver version af mySugr appen i den pågældende appbutik.

- På iOS-enheder skal du trykke på **App Store**. Tryk på **Søg**. Søg efter mySugr. Vælg mySugr appen blandt søgeresultaterne. Tryk på **Versionshistorik**.
- På Android-enheder skal du trykke på **Play Store**. Søg efter mySugr. Vælg mySugr appen blandt søgeresultaterne. Tryk på **Hvad er nyt?**.

#### Understøttede operativsystemer

mySugr appen er kun tilgængelig for specifikke operativsystemer. Brug kun mySugr appen, hvis operativsystemet understøttes af appen.

Du finder de seneste oplysninger om kompatible enheder i kapitlet *Hvilke enheder fungerer mySugr Dagbog med?* i brugsanvisningen til mySugr Dagbog.

#### Understøttede enheder

Du kan kun downloade mySugr appen, hvis den mobile enhed understøtter den krævede version af iOS- eller Android-operativsystemet. Du finder de seneste oplysninger om kompatible enheder i kapitlet Hvilke enheder fungerer mySugr Dagbog med? i brugsanvisningen til mySugr Dagbog.

mySugr har verificeret forbindelsen mellem mySugr glukoseindsigter og de CGM-sensorer, der er angivet nedenfor. Disse CGM-sensorer kan derfor anvendes sammen med mySugr glukoseindsigter:

- Accu-Chek SmartGuide enhed

### Understøttede platforme

Accu-Chek Care: Forbinder let sundhedspersonale og personer med diabetes.

### Lagringsplads

mySugr appen gemmer CGM-levetiden og dataene i mySugr Dagbog, så længe der er nok lagringsplads på den mobile enhed. Data, der lagres af mySugr appen på din mobile enhed, krypteres.

### Udvekslede data

mySugr glukoseindsigter udveksler følgende data med Accu-Chek Care:

- CGM-data.
- mySugr Dagbog-data.
- Fejlmeddelelser.
- Vedligeholdelsesmeddelelser.
- Advarsler.
- Brugerindstillinger (f.eks. målområder).

mySugr glukoseindsigter gendanner data fra de foregående 6 måneder fra din Accu-Chek Care-konto, når du logger på.

Brug ikke gendannede data til at træffe beslutninger om behandling, som f.eks. insulindosering. Brug kun aktuelle data fra en forbundet sensor til at træffe beslutninger om behandling, som f.eks. insulindosering.

### Driftsprincip

Du finder flere oplysninger i kapitlet [Tilsluttet anvendelse](#).

### Grænseflader

mySugr glukoseindsigter har en grænseflade mod mySugr Dagbog.

### Særlige krav til installation af appen mySugr appen

- iOS-enheder kræver adgang til Apple App Store.
- Android-enheder kræver adgang til Google Play.

### Vedligeholdelse

#### ADVARSEL

##### Risiko for fejlfunktion

Installér opdateringer til mySugr appen, så snart de er tilgængelige, så du kan være sikker på, at mySugr glukoseindsigter kører sikkert og optimalt.

Sørg for, at din mobile enhed har nok ledig lagringsplads.

Download og installer opdateringer til operativsystemet (hvis de er tilgængelige). For opdateringer til operativsystemet skal du følge instruktionerne for din mobile enhed. Før du opdaterer din mobile enhed til en nyere version af operativsystemet, skal du sørge for, at mySugr appen er kompatibel med det nye operativsystem. Hvis du stadig har brug for hjælp, skal du kontakte kundeservice.

### Standardværdier

Standardglukoseområder og -alarmværdier

Områder og alarmværdier	mg/dL	mmol/L
Alarmværdi for meget højt glukoseniveau	> 250 mg/dL	> 13,9 mmol/L
Højt glukoseområde	> 180 til ≤ 250 mg/dL	> 10,0 til ≤ 13,9 mmol/L
Målområde (lavt til højt)	≥ 70 til ≤ 180 mg/dL	≥ 3,9 til ≤ 10,0 mmol/L
Lavt glukoseområde	≥ 60 til < 70 mg/dL	≥ 3,3 til < 3,9 mmol/L
Alarmværdi for meget lavt glukoseniveau	< 54 mg/dL	< 3,0 mmol/L

Bortset fra alarmværdien for Meget lavt glukoseniveau kan alle andre områder og alarmværdier konfigureres.

Hvis du vil ændre alarmværdierne for glukoseniveauerne skal du gå til **Mere > CGM-indstillinger > Alarmer > Alarmer for højt og lavt niveau**.

Hvis du vil ændre værdierne for målområderne fra mySugr Dagbog:

- På iOS-enheder skal du gå til **Mere > Konto og indstillinger > Blodsuktermåling**.
- På Android-enheder skal du gå til **Mere > Konto og indstillinger > Behandling**.

Accu-Chek SmartGuide sensorens måleinterval er 40 mg/dL til 400 mg/dL (2,2 mmol/L til 22,2 mmol/L).

Det område, der vises i grafen, er fra 0 til 300 mg/dL (0 til 16,7 mmol/L):

- Hvis dit glukoseniveau er over 300 mg/dL (16,7 mmol/L), vises det som en trekant, der peger opad.
- Hvis dit glukoseniveau er over 400 mg/dL (22,2 mmol/L), vises der HI på startskærmen i stedet for en numerisk værdi.
- Hvis dit glukoseniveau er under 40 mg/dL (2,2 mmol/L), vises det som en trekant, der peger nedad, og der vises LO på startskærmen i stedet for en numerisk værdi.

## 15 Datasikkerhed

Dine data er i sikkerhed hos os – dette er meget vigtigt for os (vi er også selv brugere af mySugr). mySugr varetager datasikkerhed og beskyttelse af persondata i henhold til EU's generelle forordning om databeskyttelse.

Du finder flere oplysninger i vores Databeskyttelseserklæring i mySugr appen:

- På iOS-enheder skal du gå til **Mere > Konto og indstillinger > Flere indstillinger > Samtykke management**.
- På Android-enheder skal du gå til **Mere > Konto og indstillinger > Indstillinger > Samtykke management**.

## 16 Producent



mySugr GmbH  
 Trattnerhof 1/5 OG  
 A-1010 Wien, Østrig

E-mail: [support@mysugr.com](mailto:support@mysugr.com)

Administrerende direktør: Elisabeth Zilberberg-Trenck  
 Virksomhedsregistreringsnummer: FN 376086v  
 Jurisdiktion: Handelsdomstol Wien, Østrig  
 CVR-nummer: ATU67061939



2026-03-26

Brugervejledning version 1.5.0 (da)



ACCU-CHEK, ACCU-CHEK SMARTGUIDE og mySugr er varemærker tilhørende Roche.

Apple Watch, watchOS og iPhone er varemærker tilhørende Apple Inc., der er registreret i USA og andre lande.

App Store er et servicemærke tilhørende Apple Inc., der er registreret i USA og andre lande.

IOS er et varemærke eller registreret varemærke tilhørende Cisco i USA og andre lande.

Android, Google Play og Google Play-logoerne er varemærker tilhørende Google LLC.

Bluetooth<sup>®</sup>-ordmærket og -logoerne er registrerede varemærker tilhørende Bluetooth SIG, Inc., og enhver brug af disse mærker af Roche sker under licens.

Wi-Fi<sup>®</sup> er et registreret varemærke tilhørende Wi-Fi Alliance<sup>®</sup>. Alle andre produktnavne og varemærker tilhører de respektive indehavere.

© 2026 mySugr