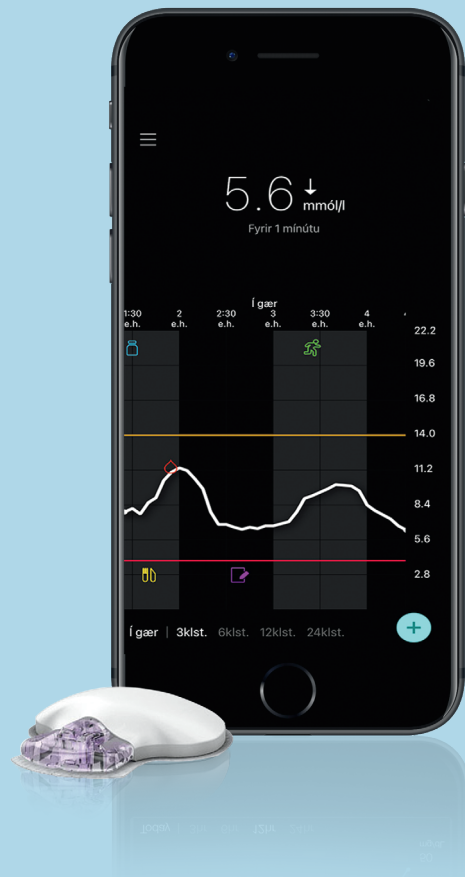


HAFIST HANDA MEÐ SÍVÖKTUN BLÓÐSYKURS

Guardian™ 4 kerfi



Höfundarréttur og vörumerki

© 2021 Medtronic. Allur réttur áskilinn. Medtronic, Medtronic-kennimerkið og Further, Together eru vörumerki Medtronic. Öll önnur merki eru vörumerki Medtronic-fyrirtækis.

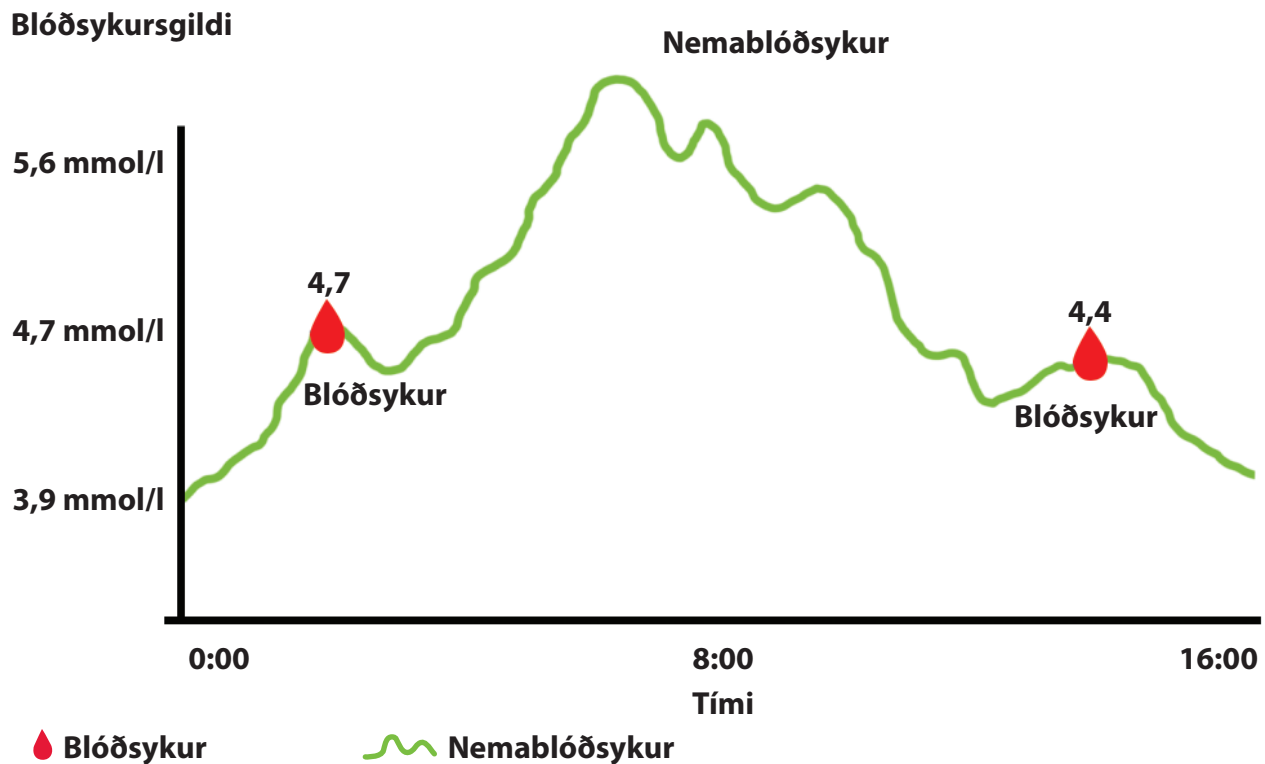
HAFIST HANDA MEÐ SÍVÖKTUN BLÓÐSYKURS (CGM)

Guardian™ 4 kerfi

Kafli 1: Velkomin í sívöktun blóðsykurs.....	1
Kafli 2: Uppsetning á Guardian™ 4 kerfinu.....	2
Ísetning nemans.....	12
Fjarlæging nema eftir sjö daga.....	21
Að ræsa nemann.....	21
Kafli 3: Notkun á Guardian™ 4 kerfinu	22
Stilling viðvarana	22
Viðvaranir sem þú gætir fengið.....	25
Lesið af skjá nemans.....	28
Innsetning viðburðamerkja	31
Kafli 4: Notkun nemablóðsykurs til að aðstoða við meðferðarákvarðanir.....	34
Kafli 5: Gögnum deilt með umönnunaraðila	39
Úr Guardian™ forritinu.....	39
Umönnunaraðili þinn.....	40
Kafli 6: Umhirða og ferðalög með sendi	41
Hleðsla og geymsla sendis.....	41
Farið í gegnum öryggisgæslu á flugvelli	42
Ferðast með flugi	42

KAFLI 1: VELKOMIN Í SÍVÖKTUN BLÓÐSYKURS

Sívöktun blóðsykurs (CGM) gerir þér kleift að sjá fleiri blóðsykursgildi en þegar þú notar blóðsykursmæli. Þú færð allt að **288 nemablóðsykursmælingar á hverjum sólarhring** sem brúar bilið milli blóðsykursskoðana. Sívöktun blóðsykurs getur einnig gert þér viðvart um háan og lágan blóðsykur.



VARNAÐARORÐ: Ef tekið er lyf með asetamínófeni eða parasetamóli, eins og hitalækkandi lyf eða lyf við kvefi, meðan verið er með nemann getur það gefið falska hækkun á nemablóðsykursmælingu. Hversu mikil skekkjan er og hversu lengi nemi er ónákvæmur fer eftir því hversu mikið af lyfinu er að virka í líkamanum og er mismunandi eftir einstaklingum. Ef lyf er tekið með parasetamóli eða asetamínófeni skal nota mælingu með blóðsykursmæli til að ákvarða skammta til að forðast hugsanleg atvik vegna blóðsykurslækkunar. Fáðu ráðleggingar hjá heilbrigðisstarfsmanni þegar insúlínskammtar eru ákveðnar.



VARNAÐARORÐ: Ef þér „finnst“ eins og blóðsykur þinn sé hár eða lágur, en nemablóðsykur þinn passar ekki við hvernig þér líður, skaltu alltaf athuga blóðsykur þinn með blóðsykursmælinum.

KAFLI 2: UPPSETNING Á GUARDIAN™ 4 KERFINU

Þú verður að sækja Guardian™ forritið til að nota Guardian™ 4 kerfið. Þegar forritið er fyrst opnað er notandinn leiddur í gegnum uppsetningarferlið.

1. Leitaðu að „Guardian“ í forritaverslun símans þíns og settu forritið upp.

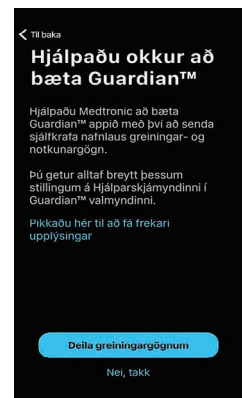
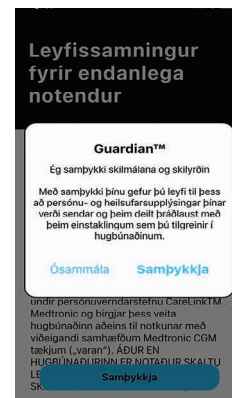


ATHUGAÐU: Nota skal Guardian™ forritið með samhæfðum farsíma og stýrikerfi. Finna má uppfærðan lista á <https://www.medtronicdiabetes.com/customer-support/guardian-app-compatibility>. Ef slökkt er á sjálfvirkum uppfærslum á farsímanum þínum getur það forðað óviljandi uppfærslum í stýrikerfi sem ekki hefur verið staðfest að sé samhæft við Guardian™ forritið.

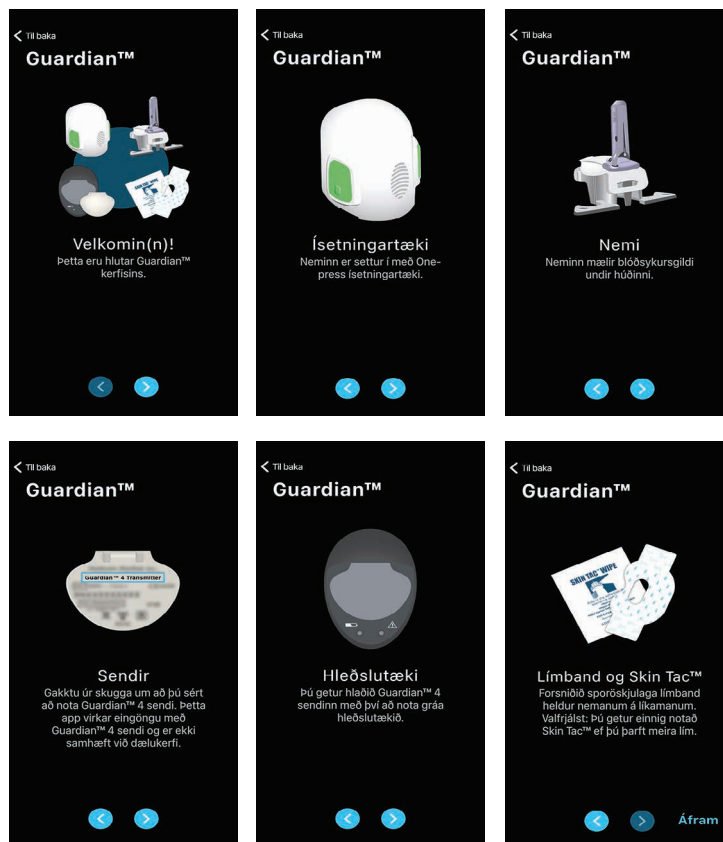


VARNAÐARORÐ: notið ekki Guardian™ forritið ef skjár farsímans eða hátalarar eru skemmdir. Að öðrum kosti gætir þú mist af mikilvægum nemaupplýsingum og viðvörðunum.

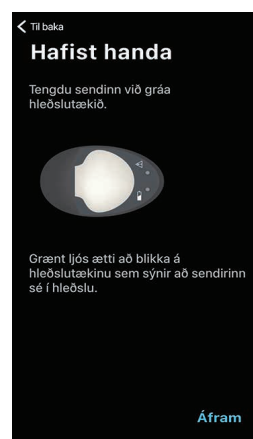
2. Opnaðu Guardian™ forritið og ýttu á **Samþykkja** til að samþykkja leyfissamning notanda.



3. Náðu í alla íhluti Guardian™ kerfisins.



4. Tengdu sendinn við grúa hleðslutækið. Ljósíð á hleðslutækinu blikkar með grænu. Þegar slokknar á ljósinu veistu að sendirinn er fullhlaðinn. Það getur tekið allt að 2 klukkustundir fyrir sendinn að fullhlaðast.



5. Kveiktu á Bluetooth® í símanum. Gakktu úr skugga um að síminn sé með nettengingu, annað hvort í gegnum farsímagagnatengingu eða Wi-Fi. Gakktu ávallt úr skugga um að þú sért tengd(ur) við Bluetooth® og internetið.



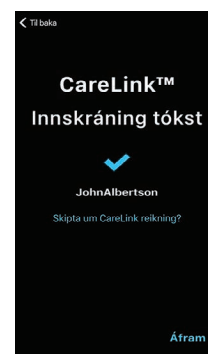
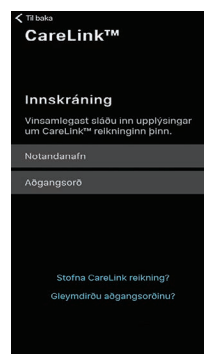
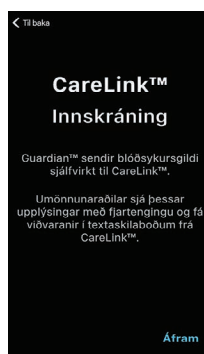
VARNAÐARORÐ: Þú færð engar nemablóðsykursviðvaranir ef það er slökkt á Bluetooth® í farsímanum þínum. Gakktu úr skugga um að það sé kveikt á Bluetooth® ef þú kveikir á flugvélastillingu.



6. Vinsamlegast tryggðu að þú hafir nægilegan tíma aflögu til að ljúka við uppsetningu kerfisins í einni lotu.



7. Skráðu þig inn á CareLink™ reikning þinn. Ýttu á **Stofna CareLink™ reikning** ef þú átt ekki reikning. Ýttu á **Gleymt aðgangsorð** ef þú gleymir aðgangsorðinu þínu.



8. Notendur Apple® (iPhone® eða iPod touch®): Lesið allar mikilvægar viðvaranir sem birtast á skjá fartækisins. Mikilvægt er að þú hafir alltaf KVEIKT á tilkynningum og mikilvægum viðvörnum í stillingum símans þíns ef þú notar tæki frá Apple® (iPhone® eða iPod touch®) til að tryggja að þú fái tilkynningar frá Guardian™.



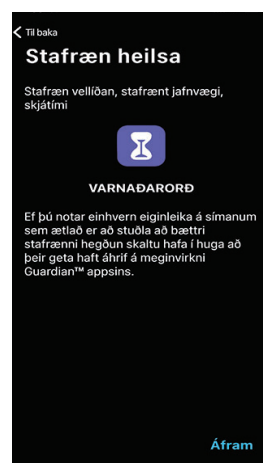
9. **Notendur Android™:** Lesið allar mikilvægar viðvaranir varðandi stillingar símans. Í tilvikum þegar rafhlöðusparnaðarstilling er í símanum sérðu skilaboð um að slökkva á slíkri stillingu. Ef þessi eiginleiki er virkur þegar Guardian™ forritið er notað mun fartækið loka forritinu og koma í veg fyrir að það sendi viðvaranir og tilkynningar. Fylgdu leiðbeiningunum sem birtast á skjánum til að velja réttar stillingar og ganga úr skugga um að þú fái viðvaranir um blóðsykur.

Þegar ekki er slökkt á rafhlöðusparnaði birtist áfram áminning um að breyta stillingunni í hvert sinn sem þú notar Guardian™ forritið.

 **VIÐVÖRUN til notenda Android™!** Android™ tækið kann að vera með rafhlöðusparnaðarstillingar. Ef þessar stillingar eru virkar fyrir Guardian™ forritið slekkur farsíminn á forritinu og kemur í veg fyrir að það sendi viðvaranir og tilkynningar. Athugaðu farsímann reglulega og gakktu úr skugga um að Guardian™ forritið sé virkt.

10. Notendur Apple® tækja (iPhone® eða iPod touch®): Í stillingum símans er að finna eiginleika sem kallast Screen Time (skjátími) og má nota til að útiloka forrit að eigin vali meðan á niðurtíma stendur. Ef þú hefur valið að nota þennan eiginleika er mjög mikilvægt að þú bætir Guardian™ forritinu við „Always Allowed“ (alltaf leyft) forritin. Að öðrum kosti færðu engar viðvaranir á meðan á niðurtíma stendur.

Fyrir Android™ notendur: Í stillingum símans þíns er eiginleiki sem kallast Digital Wellbeing (stafræn vellíðan) sem gerir þér kleift að takmarka þann tíma sem hægt er að nota forritið á dag. Það er mjög mikilvægt að tímamælirinn sé ekki stilltur fyrir Guardian™ forritið svo þú tapir ekki aðgangi að nemablóðsykri þínum og viðvörnum.





VARNAÐARORÐ: Ekki nota neinar símastillingar eins og Screen Time (skjáltími) (í Apple®) eða Digital Wellbeing (stafræn vellíðan) (í Android™) sem geta komið í veg fyrir að Guardian™ sendi frá sér viðvaranir.

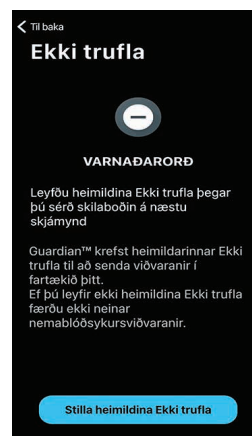
Ef þú stillir tímamælinn í Digital Wellbeing (stafræn vellíðan) fyrir Guardian™ forritið og leyfir tímanum að renna út, slekkur Guardian™ forritið á sér og þú færð engar viðvaranir um nemablóðsykur.

- 11.** Fyrir Android™ notendur: **Settings (stillingar)** í símanum þínum gerir þér kleift að kveikja á **Do Not Disturb (ekki trufla)** til að forðast truflanir vegna símhringinga, textaskilaboða, viðvarana frá forritum eða annarra tilkynninga. Hins vegar, til að fá áfram nemablóðsykursviðvaranir frá Guardian™ forritinu, er mikilvægt að þú leyfir **Do Not Disturb Permission (ekki trufla heimildir)** þegar kvaðning þess efnis kemur upp á skjánum.



VARNAÐARORÐ fyrir Apple® notendur: EKKI slökkva á Notifications or Critical Alerts (tilkynningar og mikilvægar viðvaranir) í stillingum farsíma þíns, því þá færðu engar Guardian™ viðvaranir, þar á meðal brýna viðvörðun fyrir neðri mörk.

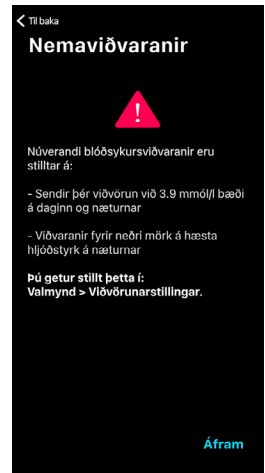
VARNAÐARORÐ fyrir Android™ notendur: EKKI slökkva á Notifications (tilkynningar) eða Do Not Disturb Permission (ekki trufla heimildir) í stillingum farsíma þíns, því þá færðu engar Guardian™ viðvaranir, þar á meðal brýna viðvörðun fyrir neðri mörk.



- 12.** Ýttu á **Áfram** til að opna stillingar Guardian™ forritsins.



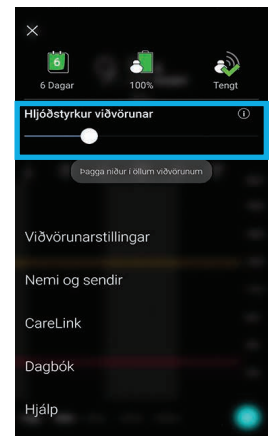
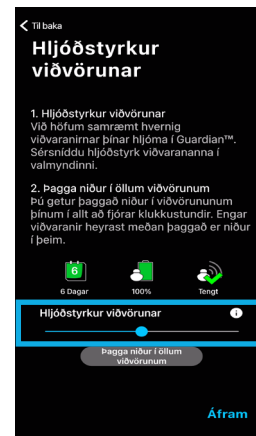
13. Fyrsta forritsstillingin er fyrir nemaviðvaranir. Nemablóðsykursviðvaranir eru þegar stilltar þannig að þér sé gert viðvarnt við 3,9 mmol/l (70 mg/dl) bæði að degi og nóttu til. Nái nemablóðsykur þinn 3,9 mmol/l (70 mg/dl) að nóttu til, færðu viðvörðun um neðri mörk nemablóðsykurs sem er á hæsta hljóðstyrk svo þú heyrir viðvörðunina ef þú ert sofandi. Þú getur stillt þetta í viðvörðunarstillingum ef þú vilt breyta þessu.



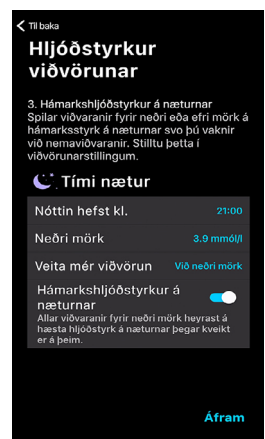
14. Þú getur stjórnað hljóðstyrk viðvarana með því að fara í **Valmynd** og síðan í **Hljóðstyrkur viðvörðunar**. Renndu hljóðstyrksstikunni til vinstri til að lækka hljóðstyrk viðvarana eða til hægri til að hækka hann.



ATHUGAÐU: Ef þú bregst ekki við viðvörðuninni, mun hljóðstyrkurinn hækka og viðvörðunin endurtaka sig á nokkurra mínútna fresti þar til þú bregst við henni. **Hljóðstyrkur viðvörðunar** stjórnar aðeins hljóði viðvarana, sjónrænar viðvaranir munu áfram birtast og þöggunarstillingar hafa ekki áhrif á þær.



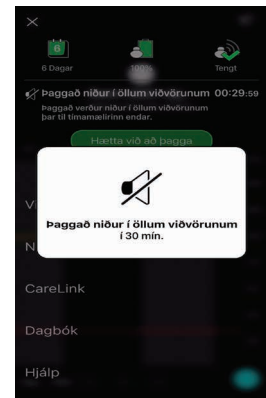
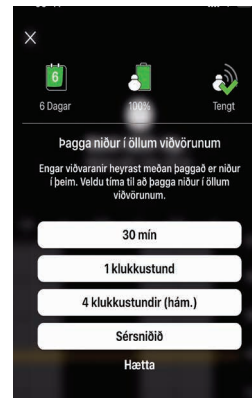
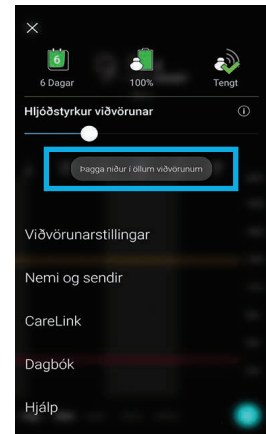
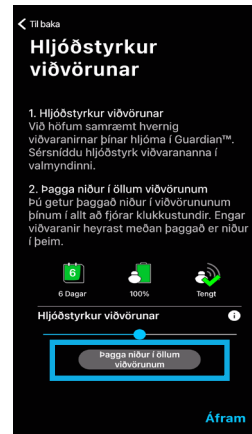
15. Stillingin sem kallast **Hámarkshljóðstyrkur á næturnar** spilar viðvaranir um neðri og/eða efri mörk á hæsta hljóðstyrk á næturnar svo þú heyrir þær þegar þú ert sofandi. Hægt er að breyta þessari stillingu í viðvörðunarstillingum.



16. Þú getur komið í veg fyrir að allar viðvaranir gefi frá sér hljóð með því að opna **Valmynd** og ýta á **Þagga niður í öllum viðvörnum** til að þagga niður í viðvörnum í allt að 4 klukkustundir. Engin af viðvörnum þínum mun gefa frá sér hljóð allan þann tíma sem þú velur.

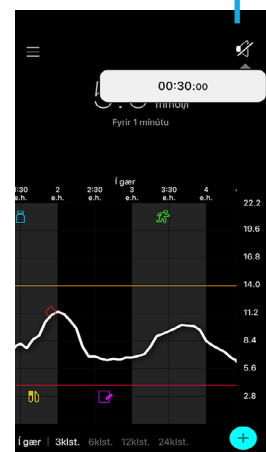


ATHUGAÐU: Þegar þöggun á viðvörnum hefur verið stillt, mun brún viðvörun fyrir neðri mörk titra en ekki gefa frá sér hljóð. Aðrar viðvaranir munu einnig titra ef kveikt er á titringsstillingum fyrir símann þinn. **Þagga niður í öllum viðvörnum** stjórnar aðeins hljóði viðvarana, sjónrænar viðvaranir munu áfram birtast og þöggunarstillingar hafa ekki áhrif á þær.

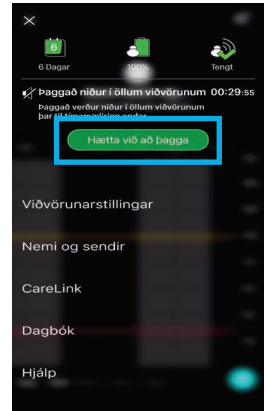


Tákn birtist efst á heimaskjámyndinni sem sýnir að þaggað hafi verið niður í öllum viðvörnum. Þú getur klikkað á táknið til að athuga hversu langt er þar til þöggunartíminn er á enda.

Tákn fyrir þaggað niður í öllum viðvörnum



Þú getur klikkað á **Hætta við að þagga** í skjámyndinni **Valmynd** hvenær sem er.



VIÐVÖRUN fyrir Apple® notendur: Ekki slökkva á titringi á Accessibility (aðgengi) valmynd símans. Að öðrum kosti fylgir enginn titringur viðvörðunum, þar á meðal brýnni viðvörðun fyrir neðri mörk.

VARNADARORÐ fyrir Android™ notendur: Ekki lækka titringsendurgjöf á lægsta stig í valmyndinni Vibration Intensity (styrkur titrings) í símanum. Að öðrum kosti fylgir enginn titringur viðvörðunum, þar á meðal brýnni viðvörðun fyrir neðri mörk.



ÞEKKINGARPRÓF 1

Hver er munurinn á að renna hljóðstyrk viðvarana á núll hljóðstyrk og að velja „Þagga niður í öllum viðvörðunum“?

Ef þú velur „Þagga niður í öllum viðvörðunum“, verður þú að velja í hvað langan tíma þú vilt þagga niður í öllum viðvörðunum forrits. Ekki mun heyrast í neinum viðvörðunum í allan þann tíma sem þú stállir, hvort sem þú bregst við þeim eða ekki.

Svar: Ef hljóðstyrkur viðvarana er stilltur á núll, er þaggað niður í forritsviðvörðunum. Ef þú hins vegar bregst ekki við viðvörðunum, byrja þær að gefa frá sér hljóð og endurtaka sig á nokkurra mínútna fresti.



ÞEKKINGARPRÓF 2

Hvaða mikilvæga viðvörðun titrar EKKI ef þú lækkar titringsstillingu í símanum í lágmark eða slekkur á titringi?

Svar: Ef þú slekkur á titringi í valmyndinni Accessibility (aðgengi) í iPhone® eða lækkar titringsendurgjöf á lægsta stig í valmyndinni Vibration Intensity (styrkur titrings) í Android™ mun bryn viðvörðun fyrir neðri mörk ekki titra né neinar aðrar viðvaranir.



ÞEKKINGARPRÓF 3

Segjum að þú sért að fara í bíó og þú klikkar á „Þagga niður í öllum viðvörðunum“ og stillir á 3 klukkustundir. Hvað gerist ef þú færð viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs á þessum 3 klukkustundum?

Veldu rétt svar:

- A. Þegar ég fæ viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs í fyrsta sinn heyrst ekkert hljóð, en það verður hærra eftir nokkrar mínútur ef ég bregst ekki við viðvörðuninni.
- B. Viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs gefur ekki frá sér hljóð í þessar 3 klukkustundir.
- C. Viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs myndi birtast á símanum mínum.
- D. Bæði B og C

ÞEKKINGARPRÓF 4

Í þetta sinn ertu að fara á fund og þú rennir hljóðstyrk viðvörðunar á núll. Hvað gerist ef þú færð viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs?

Veldu rétt svar:

- A. Þegar ég fæ viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs í fyrsta sinn heyrst ekkert hljóð, en það verður hærra eftir nokkrar mínútur ef ég bregst ekki við viðvörðuninni.
- B. Viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs gefur ekki frá sér hljóð hvort sem ég bregst við viðvörðuninni eða ekki.
- C. Viðvörðun um neðri mörk blóðsykurs myndi birtast á símanum mínum.
- D. Bæði A og C

Þekkingarpróf 4 er D

Þekkingarpróf 3 er D

Svar:

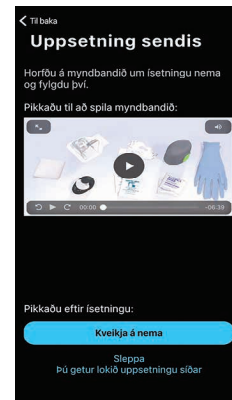
16. Höldum áfram með uppsetningu á sendinum og nemanum. Gakktu úr skugga um að sendirinn sé tengdur við gráa hleðslutækið til að byrja. Til að para sendinn við forritið, taktu sendinn úr sambandi við gráa hleðslutækið eins og sýnt er á teiknuðu skjámyndinni. Það blikkar grænt ljós á sendinum. Klikkaðu svo á **Leita** neðst á skjánum. Forritið byrjar að leita að sendinum.



17. Næst skaltu skoða bakhlið sendisins og bera raðnúmerið við það sem er í forritinu. Klikaðu á raðnúmerið sem passar á skjámynd forritsins til að hefja þörun.



18. Síðasti hluti uppsetningar á Guardian™ 4 kerfinu er ísetning nemans. Skoðu myndskreiðið eða lestu prentuðu leiðbeiningarnar á eftirfarandi síðum í þessum leiðarvísi til að leiðbeina þér í gegnum ísetningu nemans. Klikaðu á **Kveikja á nema** í forritinu eftir að þú hefur sett nemann í.



Það tekur allt að 2 klukkustundir fyrir nemann að hita sig upp áður en þú byrjar að sjá nemablóðsykursgildi í heimaskjámyndinni.



VARNAÐARORÐ: Ef þú lokar forritinu færðu engar upplýsingar eða viðvaranir varðandi nemablóðsykur. Forritið verður að vera opið eða í gangi á bak við til að þú fái upplýsingar um nemablóðsykur. Opnaðu forritið aftur eftir þvingaða lokun á farsíma þínum, til að forðast að missa af upplýsingum og viðvörðunum varðandi nemablóðsykur.

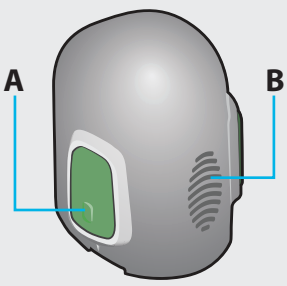
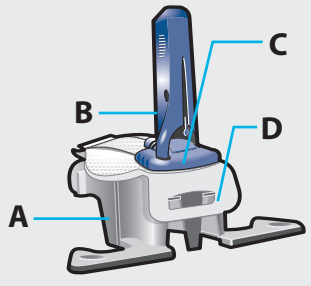
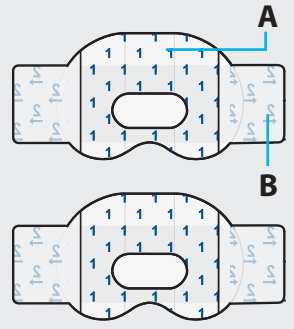
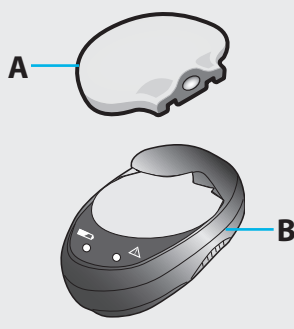
Þú ættir reglulega að ganga úr skugga um að forritið sé enn opið og í gangi. Ef þú ert að keyra nokkur forrit í einu, er mögulegt að Guardian™ forritið lokist. Þú gættir séð tilkynninguna „Ekkert samband“ ef það lokast.

Ef það slokknar á farsímanum og kviknar á honum aftur, opnast forritið ekki aftur af sjálfu sér. Opnaðu forritið aftur eftir endurræsinguna á farsíma þínum, til að forðast að missa af upplýsingum og viðvörðunum varðandi nemablóðsykur.

Ísetning nemans

Hafðu allan búnað til reiðu áður en þú setur nemann inn. Mælt er með að þú setjir nýjan nema inn á morgnana.

KERFISÍHLUTIR GUARDIAN™ 4 NEMANS*

			
<p>One-press innskotshylki</p> <p>A – Hnúður á grænum hnöppum</p> <p>B – Þumalfingursmerking</p>	<p>Samsetning Guardian™ 4 nema</p> <p>A – Standur</p> <p>B – Nálarhlíf</p> <p>C – Ytri hluti nema</p> <p>D – Glær fóðring</p>	<p>Sporöskjulaga límborði (2 stykki)</p> <p>A – Fóðring 1</p> <p>B – Fóðring 2</p>	<p>Guardian™ 4 sendir og hleðslutæki</p> <p>A – Sendir</p> <p>B – Hleðslutæki</p>
<p>Notkun á innskotshylkinu tryggir rétta ísetningu nemans.</p>	<p>Neminn er sérpakkaður og kemur áfastur plaststandi, sem er nauðsynlegur svo neminn sé rétt settur inn í innskotshylkið.</p>	<p>Sporöskjulaga límborði er nauðsynlegur svo neminn haldist í líkamanum.</p>	<p>Sendirinn er tengdur við nemann sem er settur inn í líkamann.</p> <p>Notaðu hleðslutækið til að hlaða sendinn.</p>

*Lestu Guardian™ 4 notendaleiðbeiningarnar til að fá nánari upplýsingar.



VARNAÐARORÐ: Ekki má útsetja nemann eða sendinn fyrir búnaði til segulómunar (MRI), gegnhitunartækjum eða öðrum tækjum sem mynda sterkt segulsvið (til dæmis röntgentækjum, sneiðmyndataækjum eða öðrum tegundum geislunar). Fjarlægðu alltaf nemann og sendinn áður en þú ferð inn í herbergi þar sem er röntgen-, segulómunar-, gegnhitunar- eða sneiðmyndabúnaður. Útsetning nemans eða sendisins fyrir sterku segulsviði hefur ekki verið metin og getur valdið því að tækin bili, valdið alvarlegum skaða eða hættu.



Val á stungustað

Veldu einn af eftirtöldum stöðum til að setja nemann í:

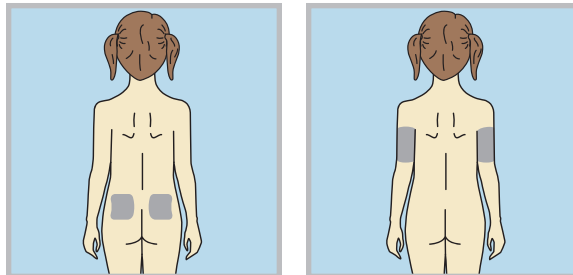
- Aftan á upphandlegg (7 ára og eldri)
- Efri hluti rasskinna (7 til 17 ára)
- Kviður (18 ára og eldri)

Ísetning á efri rasskinn ætti að miðast við þriðjunginn efst á svæði rasskinnarinnar. Ef það á að setja nemann í aftan á upphandlegg eða efri hluta rasskinna getur þurft aðstoð annars einstaklings. Ef aðstoðar er ekki þörf getur spagill verið hjálplegur fyrir sjálfsísetningu.

Settu nemann að minnsta kosti:

- 5 sentimetra frá naflanum
- 2,5 sentimetra frá innrennslissettinu
- 2,5 sentimetra frá öllum handvirkum inndælingarstöðum

Aldurshópurinn 7-17 ára

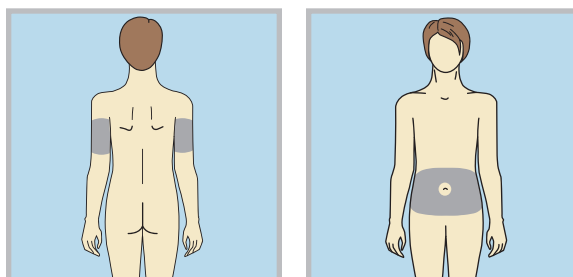


Efri hluti rasskinna Aftan á upphandl.



Ekki hefur verið metin nákvæmni ísetningar í kvið hjá aldurshópnum 7-17 ára.

Aldurshópurinn 18 ára og eldri



Aftan á upphandl.

Kviður



Ekki hefur verið metin nákvæmni ísetningar í efri hluta rasskinna hjá aldurshópnum 18 ára og eldri.

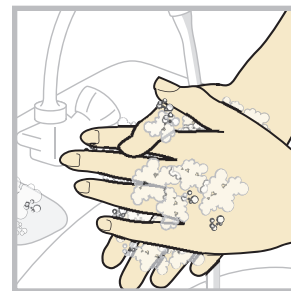
Forðastu þessa stungustaði til að fá bestu virkni fyrir nemablóðsykur:

- Þar sem fatnaður getur nuddast við eða verið of þröngur (til dæmis við beltisstað)
- Þar sem líkaminn beygist mikið sem getur valdið því að neminn dragist út
- Þar sem mikil hreyfing er eða núningur (eins og innan á handlegg)
- Þar sem eru ör, harðnaður vefur eða slitför

Blóðsykursnemar skulu settir á skyggðu svæðin aftan á upphandleggjum og á kvið.

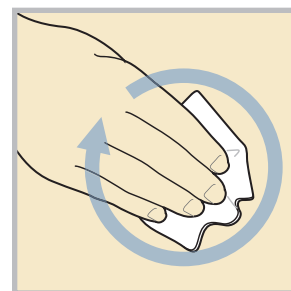
Undirbúningur stungustaðar

- Þvoðu hendur með sápu og vatni.
- Hreinsaðu valinn stungustað með bómullarhnoðra vættum í spritti og leyfðu sprittinu að þorna. Ekki notast við blautklúta.



VARNAÐARORÐ: Notaðu aðeins One-press innskotshylkið til setja Guardian™ 4 nemann inn. Önnur innskotshylki frá Medtronic virka ekki á sama hátt. Fylgdu öllum leiðbeiningum út í ystu æsar til að forðast ranga ísetningu, sársauka eða meiðsli.

Notaðu Guardian™ 4 nemann aðeins með samhæfum sendi. Að öðrum kosti, geta íhlutir skemmst eða nemamælingar verið rangar.

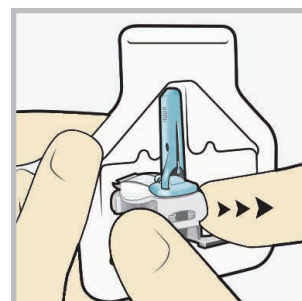


Ísetning nemans

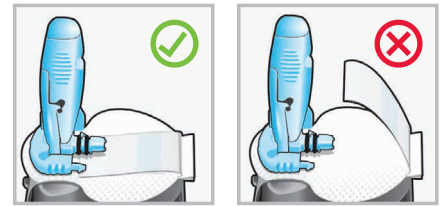
1. Togaðu horn pappírslöksins aftur til að opna pakkningu nemans.



2. Haltu í standinn og taktu alla nemasamsetninguna úr pakkanum. Settu standinn á hreint, hart, flatt yfirborð, til dæmis borð.



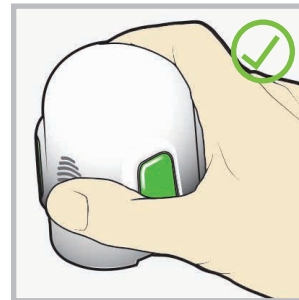
3. Gakktu úr skugga um að límflipi nemans sé brotinn upp undir tengið og festingarnar.



Rétt

Rangt

4. Notaðu aðra hvora höndina og settu þumalfingurinn á þumalfingursmerkið til að halda á innskotshylkinu án þess að snerta grænu hnappana.

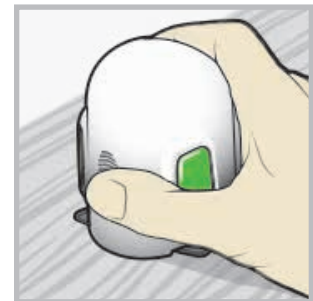
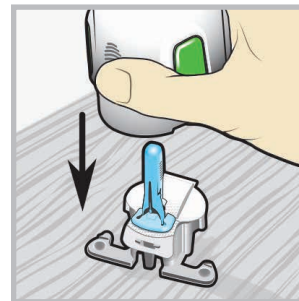


Rétt



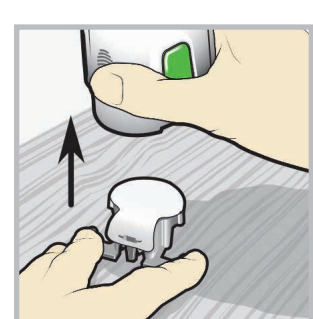
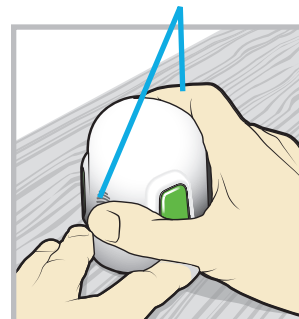
Rangt

5. **Haltu ekki um grænu hnappana.** Ýttu innskotshylkinu varlega niður á standinn þar til botn innskotshylkisins situr flatur á borðinu og þú heyrir smell.

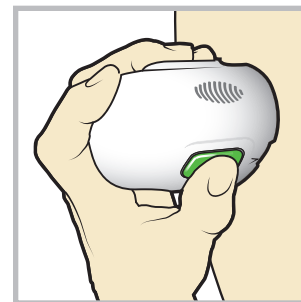


6. Settu tvo fingur annarrar hvorrar handar á botn standsins. Gríptu í innskotshylkið án þess að snerta grænu hnappana með hinni höndinni og togaðu innskotshylkið upp á við.

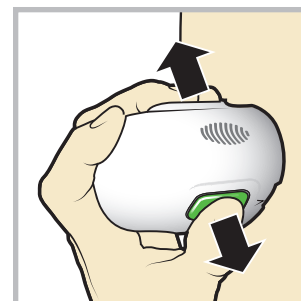
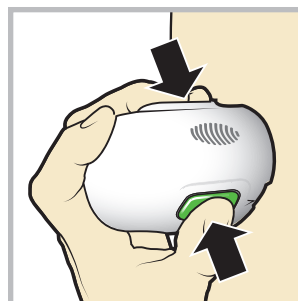
Fingurnir snerta grænu hnappana EKKI.



7. Leggðu innskotshylkið þannig að það sé flatt upp að sótthreinsaða svæðinu. Ekki ýta innskotshylkinu inn í húðina.

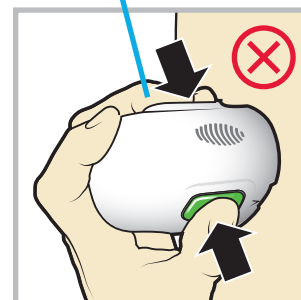
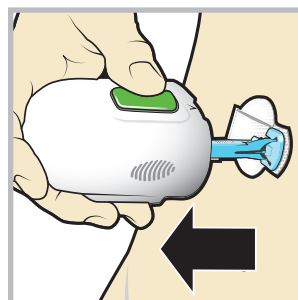


8. Ýttu á og slepptu hnúðinum á báðum grænu hnöppunum á sama tíma. Haltu innskotshylkinu áfram ofan á stungusvæðinu í 5 sekúndur til að gefa límefninu tíma til að festast við húðina.



9. Taktu innskotshylkið rólega af húðinni og **gættu þess að ýta ekki á hnappana.**

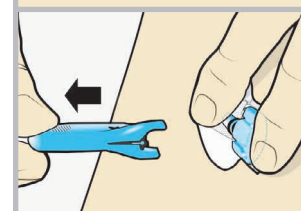
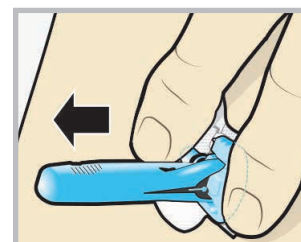
Ekki þrýsta á hnappa



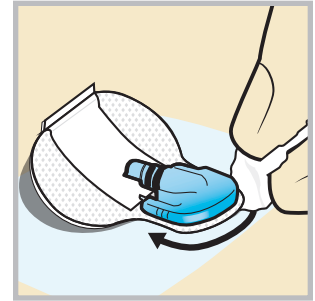
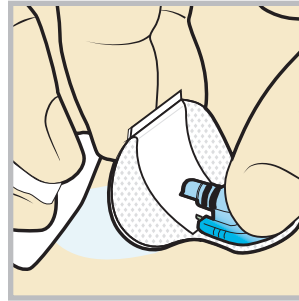
10. Styddu við ytri hluta nemans á húðinni, það er við tengi nema (svartir o-hringir) og gagnstæða endann. Haltu oddi nálarhlífarinnar og dragðu hana beint út með hinni höndinni. Fargaðu nálarhlífinni í ílát fyrir beitta hluti.



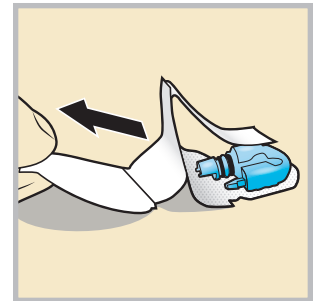
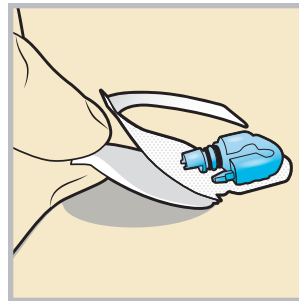
VARNAÐARORÐ: Athugaðu hvort það blæði úr stungustaðnum eftir ísetningu nemans. Ef það er blæðing skaltu setja þrýsting á stungustaðinn með dauðhreinsaðri grisju í allt að þrjár mínútur. Ef blæðingin stöðvast ekki eða það er mikil blæðing undir plaststandinum, eða þú finnur fyrir sársauka, skaltu fjarlægja notaða nemann og farga honum og setja nýjan inn á öðrum stað.



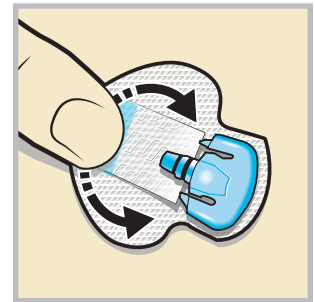
VALFRJÁLST: Þú getur notað valfrjálstan límvökva eins og Skin Tac™ ef það þarf að festa nemand betur. Lyftu límpúða nemans upp og berðu Skin Tac á húðina. Þú getur einnig borið á efsta hluta límpúðans og brúnirnar umhverfis nemand.



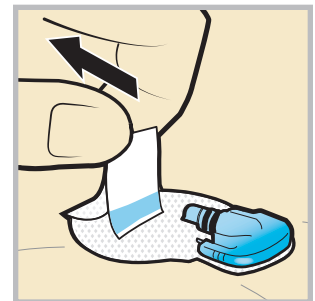
11. Haltu nemandum gætilega niðri og fjarlægðu pappírsfóðringuna undan límpúðanum. Fjarlægðu ekki fóðringuna af rétthyrnda límflípanum strax.



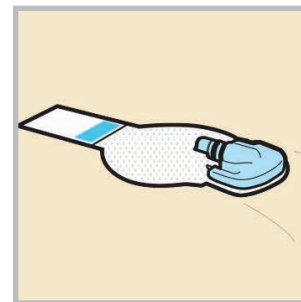
12. Ýttu þéttingsfast á allan límpúðann upp að húðinni þannig að hann festist við hana.



13. Losaðu límflípann undan nematenginu.



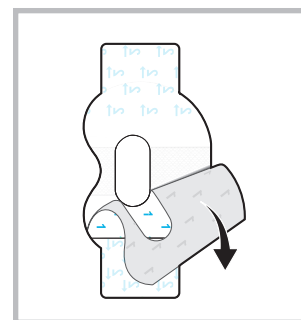
14. Sléttu límflípan þannig að hann liggi slétt upp að húðinni, en ekki fjarlægja pappírsofðringuna strax.



Neminn festur með fyrri hluta sporöskjulaga límborðans

Áður en sendirinn er tengdur við nemann er mjög mikilvægt að neminn sé tryggilega festur með sporöskjulaga límborðanum.

1. Fjarlægðu fóðringu 1 af sporöskjulaga límborðanum.

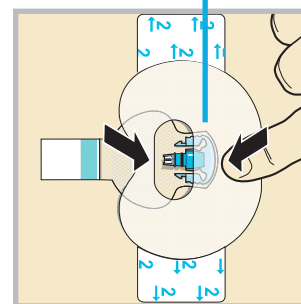


2. Settu límborðann á eins og sýnt er og þrýstu honum þétt niður.

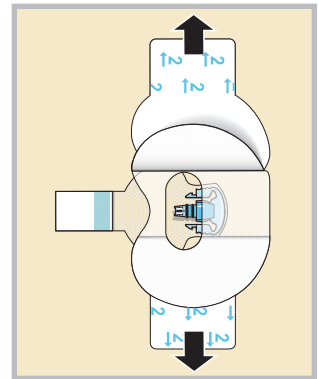


ATHUGAÐU: Neminn er líttill og sveigjanlegur þannig að sporöskjulaga límborðinn er lykilatriði þess að allt gangi vel. Það er mjög mikilvægt að setja sporöskjulaga límborðann á til að koma í veg fyrir að hreyfingar líkamans dragi nemann út.

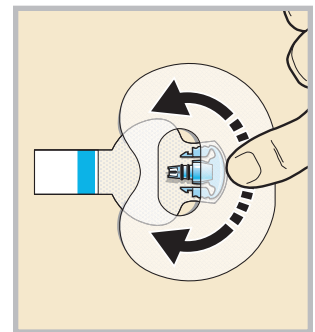
Breiði hluti límborðans þekur helming af botni nemans.



3. Fjarlægðu fóðringu 2 af hvorri hlið.

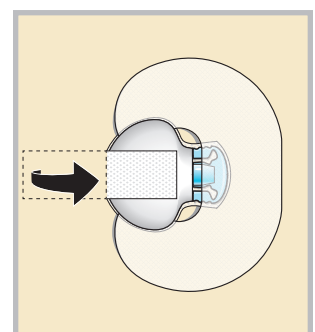
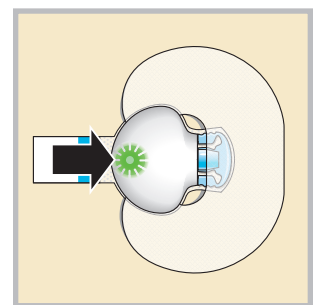


4. Sléttu úr límborðanum.



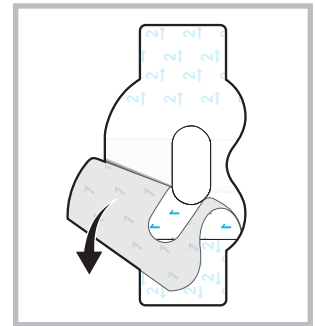
Sendirinn tengdur

1. Tengdu sendinn við nemann og gakktu úr skugga um að græna ljósið á sendinum blikki. Ef græna ljósið blikkar ekki eftir að sendirinn er tengdur við nemann, taktu hann þá úr sambandi og settu hann aftur í samband við hleðslutækið þar til hann er fullhlaðinn. Þegar sendirinn er fullhlaðinn, skaltu tengja hann aftur við nemann og gá aftur að blikkandi græna ljósinu.
2. Festu límflípann á sendinn. Fjarlægðu pappírshuluna af límflípanum. Togaðu ekki of fast í flípann. Annars getur sendirinn lyfst af húðinni.



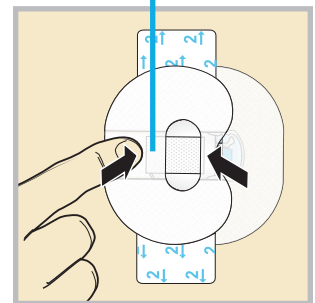
Annar hluti sporöskjulaga límborðans settur á

1. Fjarlægðu fóðringu 1 til að setja annan hluta sporöskjulaga límborðans á.

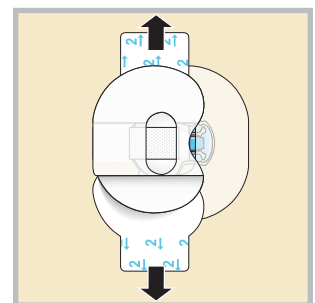


2. Festu annan límborðann í gagnstæða átt við fyrsta límborðann og settu hann á sendinn. Ýttu honum þétt niður.

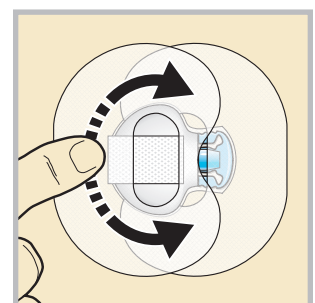
Breiði hluti límborðans þekur enda sendisins og húðina.



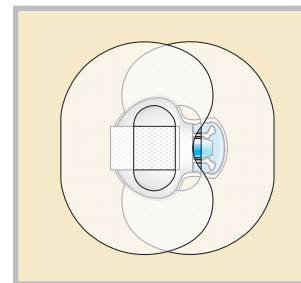
3. Fjarlægðu fóðringu 2 af hvorri hlið.



4. Sléttu úr límborðanum. Fylgstu reglulega með staðsetningu nemans. Notaðu annan fyrirbyggjandi límborða ef neminn og sendirinn eru ekki tryggilega fastir.



Dæmi um Guardian™ 4 nema eftir að hann hefur verið settur inn og límdur niður.



ATHUGAÐU: Þegar sendirinn er tengdur við nemann eru þeir vatnsheldir við 2,4 metra dýpi í allt að 30 mínútur. Þú getur farið í sturtu og synt án þess að fjarlægja þá.

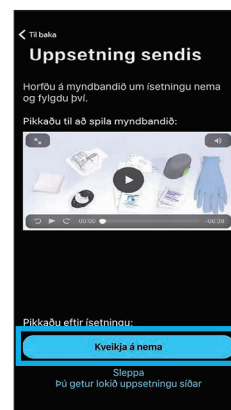
Fjarlæging nema eftir sjö daga

1. Taktu límborðann af.
2. Taktu sendinn úr sambandi með því að klípa um hliðararma nemans, togaðu svo sendinn frá.
3. Settu sendinn í samband við hleðslutækið.
4. Taktu nemann af og fargaðu honum.

Að ræsa nemann

Nú þegar þú hefur sett nemann inn og límt hann niður, skaltu fara aftur í Guardian™ forritið í farsímanum þínum til að ljúka við ræsingu nemans. Klikaðu á **Kveikja á nema**. Þegar neminn hefur verið ræstur ferðu aftur í heimaskjámynd.

Þegar þú ræsir nýjan nema fer hann í gegnum upphitunartímabil sem getur varað í allt að 2 klukkustundir.



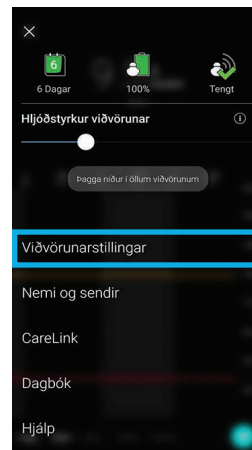
KAFLI 3: NOTKUN Á GUARDIAN™ 4 KERFINU

Stilling viðvarana

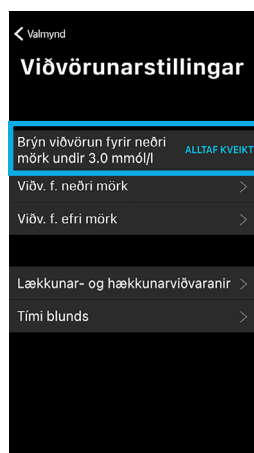
Leitaðu ráða hjá heilbrigðisstarfsmanni þar sem það getur þurft að breyta stillingum þínum.

Til að breyta stillingum viðvarana:

1. Farðu í **Valmynd** í forritinu og klickaðu á **Viðvörðunastillingar**.

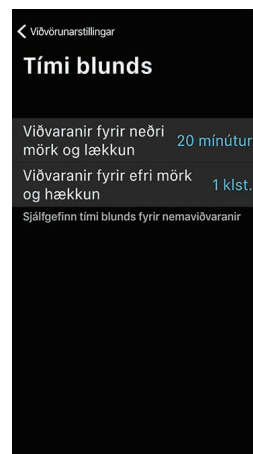
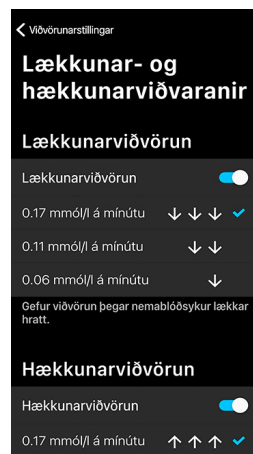
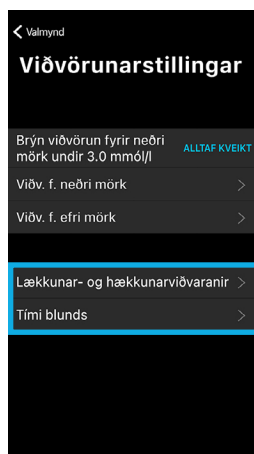


2. Til að breyta stillingum fyrir viðvaranir fyrir neðri mörk, skaltu klicka á **Viðvaranir fyrir neðri mörk**.
3. Klickaðu á **Viðvaranir fyrir efri mörk** til að breyta viðvörðunastillingum fyrir efri mörk.



VARNAÐARORÐ: Vertu meðvitaður/meðvituð um þöggun viðvarana eða afvirkjun titrings. Ef þú þaggar niður í viðvörðunum heyrst ekki í brýnni viðvörðun fyrir neðri mörk heldur kemur bara titringur. Ef þú þaggar niður í viðvörðunum og slekkur á titringi fyrir allt kerfið, mun brýn viðvörðun fyrir neðri mörk hvorki gefa frá sér hljóð né titra.

- Til að breyta stillingum fyrir lækkunar- og hækkunarviðvaranir, skaltu klikka á **Lækkunar- og hækkunarviðvaranir**.
- Klikkaðu á **Tími blunds** til að breyta blundstillingum.



Viðbrögð við viðvörðunum

- Dæmi um viðvörðun sem þú gætir fengið er þessi viðvörðun um neðri mörk nemablóðsykurs. Þessi viðvörðun myndi koma upp þegar nemablóðsykur þinn er jafn eða undir neðri mörkum þínum, eins og sést á þessu grafi. Viljir þú **fresta viðvörðuninni** með forrituðum blundtíma, skaltu renna viðvörðuninni upp. Viljir þú breyta blundtímanum úr því sem þú hefur forritað, skaltu renna neðsta hluta viðvörðunnar niður, notaðu + eða - til að breyta blundtímanum og klikkaðu svo á nýja blundtímann til að samþykka.



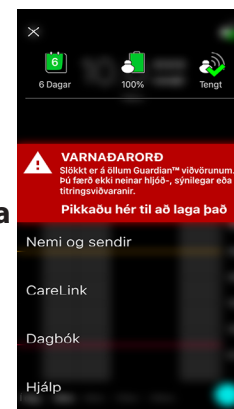
Slökkt á viðvörðunum

- Ef þú sérð rauð **VARNAÐARORÐ!** í heimaskjámyndinni eða valmyndarskjá sem segja **Slökkt er á öllum Guardian™ viðvörðunum**, færðu engar hljóðviðvaranir, sjónrænar viðvaranir né titringsviðvaranir. Til úrlausnar á þessu skaltu annað hvort klikka á varnaðarorðin eða fara í stillingar farsímans:

Heimaskjár

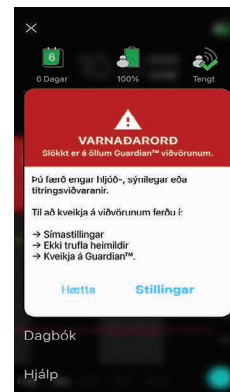


Valmyndarskjámynd



eða

2. Ef þú ert að nota Android® skaltu kveikja á **Notifications (tilkynningar)** og **Do Not Disturb Permission (ekki trufla heimildir)**.

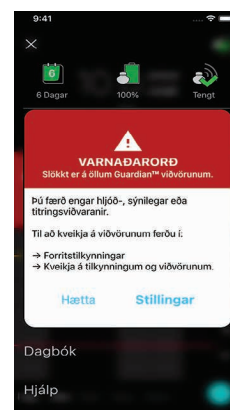


3. Ef þú ert að nota Apple® tæki (iPhone® eða iPod touch®), skaltu kveikja á **Critical Alerts (mikilvægar viðvaranir)** og **Notifications (tilkynningar)**.

Apple®



Android™



VARNADARORÐ fyrir Apple® notendur: EKKI slökkva á Notifications or Critical Alerts (tilkynningar og mikilvægar viðvaranir) í stillingum farsíma þíns, því þá færðu engar Guardian™ viðvaranir, þar á meðal brýna viðvörðun fyrir neðri mörk.

VARNADARORÐ fyrir Android™ notendur: EKKI slökkva á Notifications (tilkynningar) eða Do Not Disturb Permission (ekki trufla heimildir) í stillingum farsíma þíns, því þá færðu engar Guardian™ viðvaranir, þar á meðal brýna viðvörðun fyrir neðri mörk.

Viðvaranir sem þú gætir fengið

- Viðvaranir fyrir neðri mörk munu birtast **rauðar**.
- Viðvaranir fyrir efri mörk munu birtast **appelsínugular**.
- Stöðuviðvaranir munu birtast **bláar**.

Til að **fresta viðvörðuninni**, renniðu viðvörðuninni upp. Viljir þú breyta blundtímanum, skaltu renna viðvörðunarskjámyndinni niður og klikka svo á blundtímann. Þú getur breytt blundtímanum með **-** og **+**. Viðvörðuninni verður frestað í þann blundtíma sem þú stillir.

Viðvörðunartillingar	Viðvörðun sem birtist á skjá	Merking	Hvað skal gera
Brýn viðvörðun fyrir neðri mörk (ekki hægt að breyta)	Brýnn lágur nemablóðsykur	Nemablóðsykur þinn fellur undir 3 mmol/l (54 mg/dl). Þú færð ekki viðvörðun ef forritið sýnir að slökkt sé á viðvörðunum. Ef þú velur „Þagga niður í öllum viðvörðunum“ í forritinu mun brýn viðvörðun fyrir neðri mörk aðeins titra.	Fylgdu leiðbeiningum frá heilbrigðisstarfsmanni þínum um hvernig á að viðhalda heilbrigðu blóðsykursmagni.
Við neðri mörk	Lágur nemablóðsykur	Nemablóðsykursgildi þitt er jafnt eða lægra en neðri mörkin sem þú hefur stillt. Þessar stillingar koma til viðbótar við viðvörðunina „Brýn viðvörðun fyrir neðri mörk“.	
Fyrir neðri mörk	Lágur áætlaður	Búist er við að nemablóðsykur þinn nái neðri glúkósamörkum á þeim tíma sem þú hefur stillt.	
Lækkunar- viðvörðun	Lækkunar- viðvörðun	Nemablóðsykur þinn hefur verið að lækka með tíðni sem er jöfn eða hraðari en lækkunartíðnin sem þú hefur stillt: ↓, ↓↓, ↓↓↓.	
Við efri mörk	Hár nemablóðsykur	Nemablóðsykursgildi þitt er jafnt eða hærra en efri mörkin sem þú hefur stillt.	
Fyrir efri mörk	Hár áætlaður	Búist er við að nemablóðsykur þinn nái efri glúkósamörkum á þeim tíma sem þú hefur stillt.	
Hækkunar- viðvörðun	Hækkunar- viðvörðun	Nemablóðsykur þinn hefur verið að hækka með tíðni sem er jöfn eða hraðari en hækkunartíðnin sem þú hefur stillt: ↑, ↑↑, ↑↑↑.	



VARNAÐARORÐ: Ekki slökkva á titringi í öllu kerfinu fyrir símann. Í iOS gæti þetta verið í gegnum aðgengivalmyndina. Fyrir Android™, gæti þetta verið gert með því að setja titringsendurgjöf í lægstu stillingu.

Þessar nemaviðvaranir eru forritaðar fyrirfram í forritinu. Ekki er hægt að breyta þessum viðvörnum. Þær eru nauðsynlegar forritinu.



ATHUGAÐU: Ekki fjarlægja hugbúnaðar uppsetningar takmarkanir (jailbreak). Þegar Android™ eða iOS er brotið upp er hugbúnaðinum breytt á þann hátt sem framleiðandinn ætlast ekki til. Ef fartækinu er breytt á þennan hátt birtir Guardian™ forritið villuskilaboð þegar það er ræst og mun ekki halda áfram að starfa.



VARNAÐARORÐ: Hafðu símann nálægt þér og gakktu reglulega úr skugga um að forritið sé enn opið og í gangi. Ef þú ert fjarri símanum of lengi, missir þú af mikilvægum viðvörnum frá forritinu.

Viðvörnum	Merking	Hvað skal gera
Kvarða núna	Kvörðunar er krafist af kerfinu.	Skoðið notkunarleiðbeiningarnar fyrir blóðsykursmælinn um hvernig á að athuga blóðsykur. Færið inn þetta nýja gildi í forritið til kvörðunar.
Ekkert samband	Guardian™ forritið og sendirinn hafa ekki átt í samskiptum í 30 mínútur. Forritið gæti hafa lokast vegna þess að önnur forrit eru að keyra eða vegna þess að farsímminn er of langt í burtu. Annar búnaður gæti verið að valda truflunum á fjarskiptatíðni. Önnur ástæða gæti verið að sendirinn hafi dottið úr sambandi við nemandann eða að nemandinn hafi dregist út úr húðinni.	Opnaðu forritið til að ganga úr skugga um að það sé að keyra eðlilega. Færðu farsímann nær sendinum og nemandinum. Færðu þig frá búnaði sem gæti valdið truflunum á fjarskiptatíðni. Ef búnaðurinn virkar enn ekki, kannaðu þá hvort sendirinn sé enn tengdur við nemandann. Ef ekki, tengdu hann á nýjan leik. Settu nýjan nemandann inn ef þú sérð að hann hefur togast út. Ef búnaðurinn virkar enn ekki, skaltu hringja í AZ Medica.

Viðvörðun	Merking	Hvað skal gera
Kvörðun ekki samþykkt	Ekki var hægt að nota gildi blóðsykursmælisins til að kvarða, það var of frábrugðið nemablóðsykursgildinu.	Bíddu í a.m.k. 15 mínútur áður en önnur kvörðun er reynd. Guardian™ kerfið mun biðja um aðra kvörðun, ef þarf, eftir 15 mínútur frá því að viðvörðun um að kvörðun hafi ekki verið samþykkt var móttækin. Þvoðu hendur og athugaðu blóðsykur þinn aftur. Skráðu þetta blóðsykursgildi í forritið.
Lok endingartíma nema	Neminn hefur náð fullum 7 daga hámarksendingartíma sínum.	Fjarlægðu nemann. Endurhladdu sendinn. Fylgdu leiðbeiningunum í þessum leiðarvísi eða myndskreiðinu í forritinu þínu fyrir ísetningu og ræsingu á nýjum nema.
Skipta um nema	Núverandi nemi virkar ekki á réttan hátt og þarf að skipta út.	Til að halda áfram að fá nemablóðsykursgildi verður að nota nýjan nema. Sjáið notendahandbók Guardian™ 4 Transmitter fyrir leiðbeiningar um hvernig á að skipta um nema. Fyrir besta árangur skal endurhlaða sendinn fyrir hverja notkun til að tryggja fullan endingartíma rafhlöðu sendisins.
Nemi uppfærir	Engar nemaupplýsingar liggja fyrir, ýmsar ástæður geta verið fyrir því. Nemi gæti hafa dregist út úr húðinni eða þá að neminn er ekki að starfa rétt.	Neminn er að uppfærast og það gæti tekið allt að 2 klukkustundir. Engar blóðsykursupplýsingar verða tiltækar. Þú ættir að fylgjast með blóðsykri þínum með mælinum.
Lág hleðsla á farsíma	Nú eru 20% eða minna eftir af hleðslu farsímans.	Settu farsímamann í hleðslu.



VARNAÐARORÐ: Ef það slokknar á símanum vegna lágrar rafhlöðuhleðslu og hann endurræsist eftir hleðslu, mun Guardian™ forritið ekki endurræsast sjálfkrafa og þú færð engar viðvaranir. Vertu með hleðslutæki fyrir farsíma þannig að þú getir hlaðið rafhlöðuna eftir þörfum og athugaðu hvort forritið sé að keyra eftir hverja endurræsinguna.



VIÐVÖRUN til notenda Android™! Android™ tækið kann að vera með rafhlöðusparnaðarstillingar. Ef þessar stillingar eru virkar fyrir Guardian™ forritið slekkur farsíminn á forritinu og kemur í veg fyrir að það sendi viðvaranir og tilkynningar. Athugaðu farsímann reglulega og gakktu úr skugga um að Guardian™ forritið sé virkt.



VARNAÐARORÐ fyrir Android™ notendur: Ef heyrnartól þín eru tengd við farsímann og þú ert ekki að nota þau, heyrir þú mögulega ekki í mikilvægum viðvörðunum sem kalla á viðbrögð frá þér.



VARNAÐARORÐ: Notið ekki Guardian™ forritið ef skjár farsímans eða hátalarar eru skemmdir. Að öðrum kosti gættir þú mist af mikilvægum nemaupplýsingum og viðvörðunum.

Lesið af skjá nemans

Að skoða aðalvalmynd

Ýttu  á hornið efst vinstra megin í heimaskjámynd forrísins.

Nú muntu sjá 3 tákn á stöðustiku kerfisins.

(Til að loka aðalvalmynd, klikkarðu á **X** í horninu efst vinstra megin).

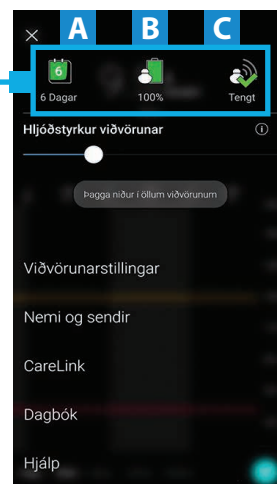
Kerfisstaða

A Tákn fyrir endingartíma nema

Eftir að þú hefur sett nýjan nema inn, muntu sjá hversu marga daga neminn á eftir. Nematáknið telur niður með hverjum degi sem líður.



Kerfisstaða



B Tákn fyrir rafhlöðu sendis

Þegar sendirinn er fullhlaðinn, er rafhlöðutákn sendisins heilgrænt. Táknin breytist eftir því sem rafhlaða sendisins tæmist úr 100% í 0%.



100%



50%



1 dagur
eftir



Tóm



Óþekkt

C Tákn fyrir samskipti sendis

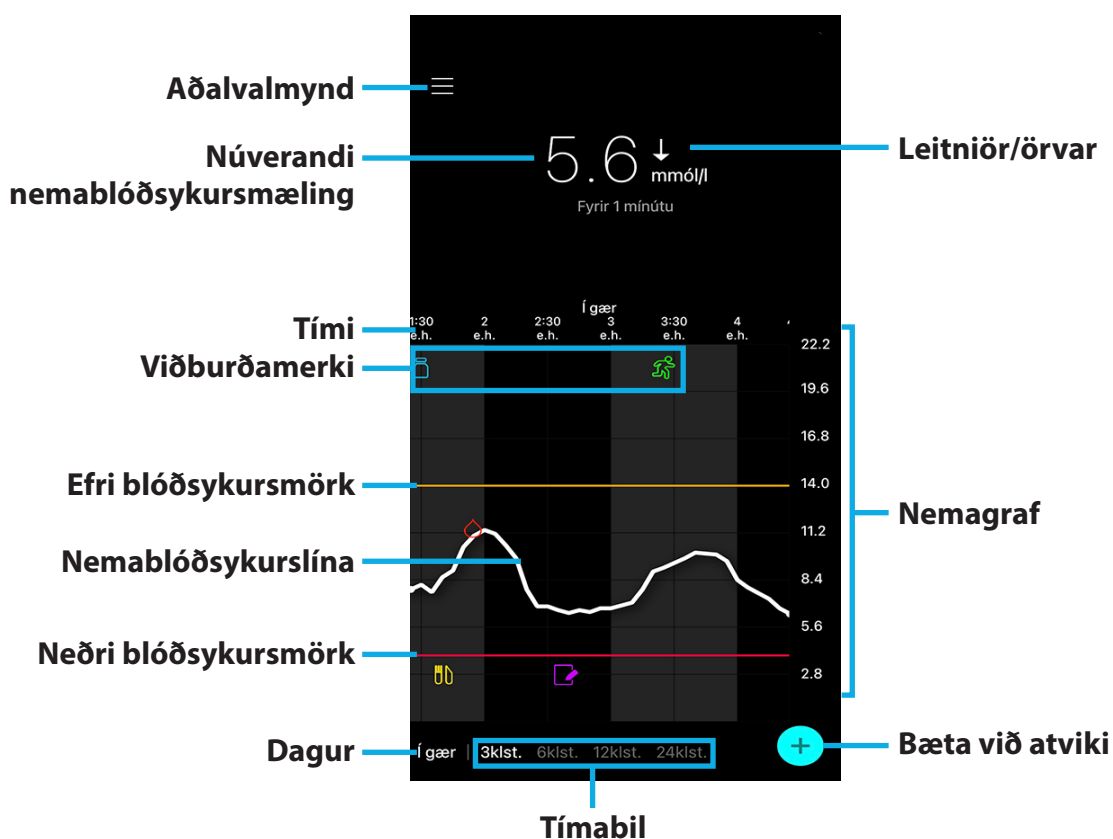


Sendirinn er paraður og hefur samskipti við forritið.



Villa í samskiptum, sendirinn er ekki paraður eða slökkt er á Bluetooth® í farsímanum.

Heimaskjámynd skoðuð



ATHUGAÐU: Þessi tákn birtast efst í aðalvalmyndinni og heimaskjámynd þegar rafhlaða sendis er lág eða alveg tóm, sendir er ekki paraður eða neminn hefur einn dag eða minna eftir af endingartíma.



Nýjasta nemablóðsykursgildi

Nemamæling er uppfærð á 5 mínútna fresti. Neminn les blóðsykursgildi frá 2,2 - 22,2 mmol/l (50 mg/dl - 400 mg/dL).

Þú getur séð að nemablóðsykursgildið á myndinni að ofan er 5,6 mmol/l (101 mg/dl). En taktu líka eftir:

- **nemablóðsykurslínan** sýnir að blóðsykurinn er að leita niður á við.
- **örin við hliðina á nemablóðsykursgildinu** segir þér einnig að blóðsykurinn hafi verið að falla.

Ef þú sérð:

↑ Nemablóðsykur stígur með tíðni sem nemur 0,06 mmol/l (1 mg/dl) á mínútu eða meira en undir 0,11 mmol/l (2 mg/dl) á mínútu.

↓ Nemablóðsykur fellur með tíðni sem nemur 0,06 mmol/l (1 mg/dl) á mínútu eða meira en undir 0,11 mmol/l (2 mg/dl) á mínútu.

↑↑ Nemablóðsykur stígur með tíðni sem nemur 0,11 mmol/l (2 mg/dl) á mínútu eða meira, en undir 0,17 mmol/l (3 mg/dl) á mínútu.

↓↓ Nemablóðsykur fellur með tíðni sem nemur 0,11 mmol/l (2 mg/dl) á mínútu eða meira, en undir 0,17 mmol/l (3 mg/dl) á mínútu.

↑↑↑ Nemablóðsykur stígur með tíðni sem nemur 0,17 mmol/l (3 mg/dl) á mínútu eða meira.

↓↓↓ Nemablóðsykur fellur með tíðni sem nemur 0,17 mmol/l (3 mg/dl) á mínútu eða meira.

Að skoða nemagrafið mitt

Renndu miðju grafsins, til hægri og vinstri: til að skoða eldri nemaupplýsingar.

Klikkaðu tvisvar á lóðréttu blóðsykurslína hægra megin: til að fara aftur í nýjasta blóðsykurinn.

Snertu nemablóðsykurslínu: til að skoða nánari upplýsingar, nemablóðsykursmælingar, tíma, dagsetningu.

Snertu viðburðamerki á grafi: til að skoða nánari upplýsingar, viðburðaupplýsingar.

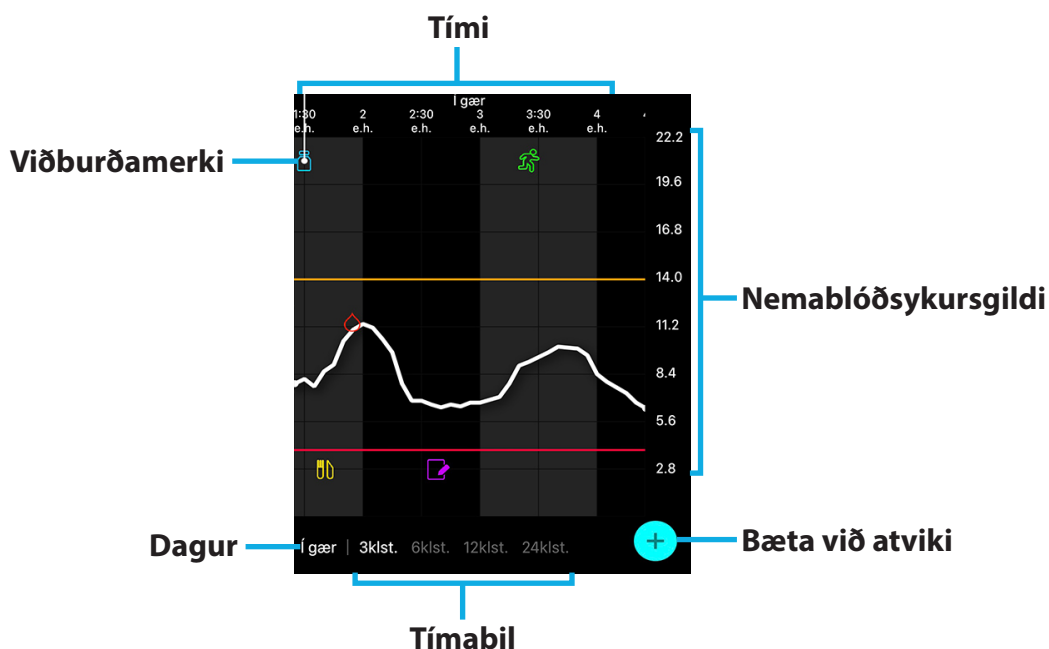


**Dæmi um
„upplýsingareit“
fyrir insúlín**

Fleiri nemagröf






Til að skoða 3, 6, 12 og 24 klukkustunda blóðsykursgröf:


- klikkaðu tvisvar á graf, eða
- veldu grafklukkustundir neðst í heimaskjámyndinni.

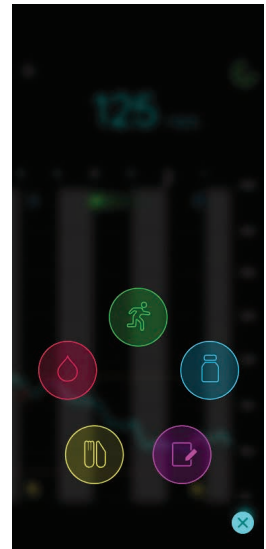


Innsetning viðburðamerkja

Þú getur getur fangað viðburði eða aðrar upplýsingar í forritinu:

-  **Blóðsykur:** Þetta má nota til að skrá blóðsykursmælingar þínar og kvarða nemann ef þess er óskað.
-  **Insúlín:** Tegund og magn þess insúlíns sem þú notar.
-  **Máltíð:** Magn þeirra kolvetna sem þú borðar eða drekkur.
-  **Hreyfing:** Ákefð og lengd þeirra æfinga sem þú gerir.
-  **Athugasemdir:** Nota má þennan viðburð til að færa inn aðrar upplýsingar um stjórnun á sykursýki þinni. Til dæmis getur þú skráð hvenær þú tekur önnur lyf, hvenær þú ert veik(ur) eða þegar þú ert undir álagi.

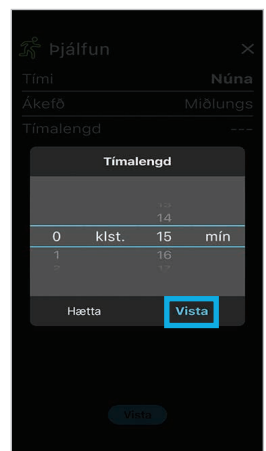
1. Klickaðu á  neðst í hægra horni heimaskjámyndarinnar.
2. Klickaðu á viðburðartáknið sem þú vilt.



3. Færðu inn upplýsingar fyrir viðburð þinn.



4. Klickaðu á **Vista** þegar þessu er lokið.

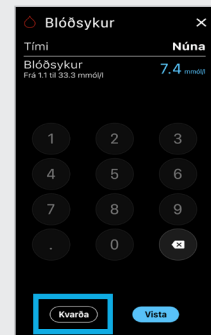
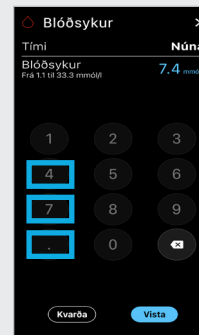


Forritið fer aftur í heimaskjámyndina og viðburðartáknið birtist í grafinu.



ATHUGAÐU: Ef þú hefur sett blóðsykursmælingu inn sem viðburð, hefur þú möguleika á að nota hana til að kvarða nemann.

1. Færðu inn blóðsykursmælingu.
2. Klikaðu á **Kvarða**.



KAFLI 4: NOTKUN NEMABLÓÐSYKURS TIL AÐ AÐSTOÐA VIÐ MEÐFERÐARÁKVARÐANIR

Þú getur notað upplýsingar um nemablóðsykur (SG) í stað blóðsykurs (BG) þegar ákvörðun er tekin um að meðhöndla lágan blóðsykur eða leiðréttá háan blóðsykur. Hins vegar kalla ákveðnar aðstæður á notkun blóðsykursmælis.

Hvenær taka á blóðsýni úr fingri til að mæla blóðsykursgildi

Notaðu alltaf blóðsykursmælinn:

- þegar þú ert ekki viss um að nemablóðsykursgildi sé rétt
- þegar einkenni þín passa ekki við nemablóðsykursgildi þín
- þegar nemablóðsykursgildi er ekki tiltækt
- þegar þú hefur tekið lyf sem innihalda asetamínófen (eins og Tylenol®) eða parasetamól þar sem þau geta valdið því að mælingar á nemablóðsykri virðast hærri en þær eiga að vera



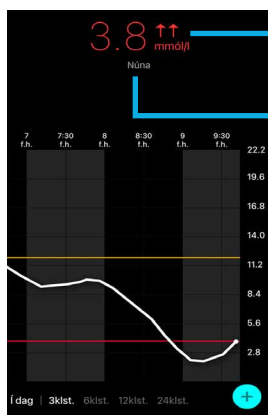
ATHUGAÐU: Þú gætir þurft að hafa blóðsykursmæli á þér.

Notkun upplýsinga um nemablóðsykur til að aðstoða við meðferðarákvarðanir

Skoðuðu **núverandi nemablóðsykursgildi** þín, **leitniörvarnar** og **gröfin** til að hjálpa þér að ákveða hvað skuli gera næst.

DÆMI 1:

Ef þú sérð **↑, ↑↑, ↑↑↑**, þýðir það að nemablóðsykur þinn hafi verið að stíga og geti haldið áfram að stíga. En ef **nemablóðsykursgildi (SG) þitt er lægra en takmark nemablóðsykursgildis**, gætir þú þurft að bíða áður en þú reynir að meðhöndla það.

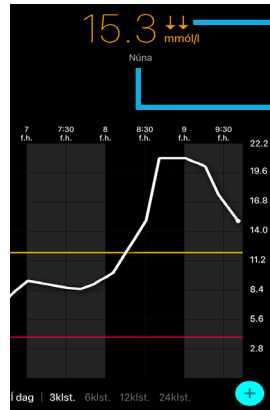


Nemablóðsykur hefur verið að stíga
En 3,8 mmol/l er lægra en takmark nemablóðsykurs
Bíðið og fylgist með.

Skjámynd er eingöngu dæmi.

DÆMI 2:

Ef þú sérð ↓, ↓↓, ↓↓↓↓, þýðir það að nemablóðsykur þinn hafi verið að falla og geti haldið áfram að falla. En ef **nemablóðsykursgildi (SG) þitt er hærra en takmark nemablóðsykursgildis**, gætir þú þurft að bíða áður en þú tekur insúlín.



Nemablóðsykur hefur verið að falla

En 15,3 mmol/l er hærra en takmark nemablóðsykurs

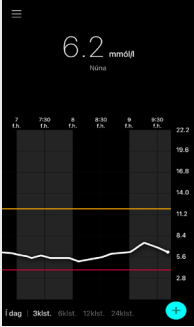
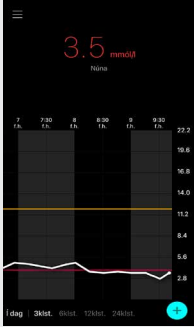
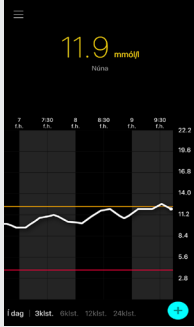
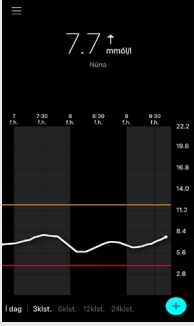
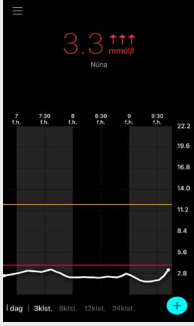
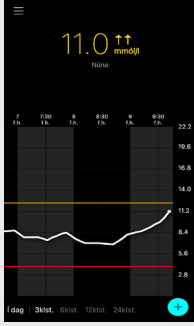
Bíðið og fylgist með.

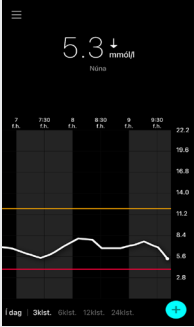
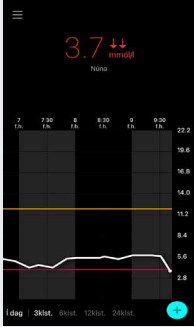
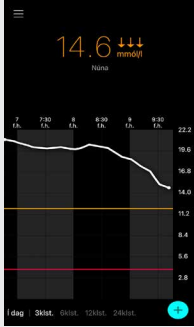
Skjámynd er eingöngu dæmi.

Í báðum dæmum skaltu einnig **fylgjast með einkennum þínum** fyrir háan eða lágan blóðsykur til að hjálpa þér að ákveða hvað skuli gera.



VARNAÐARORÐ: Fylgstu með hvenær þú tókst síðustu insúlíngjöfina eða skráðu insúlínið í hvert sinn í viðburðum í forritinu. Takir þú meira insúlín þegar þú ert þegar með insúlín starfandi í líkamanum, getur það valdið enn meira blóðsykursfalli.

HVERNIG NOTA ÉG UPPLÝSINGAR UM NEMABLÓÐSYKUR TIL AÐ TAKA MEÐFERÐARÁKVARÐANIR?	Ef nemablóðsykur er við takmark þitt	Ef nemablóðsykur er lægri	Ef nemablóðsykur er hærri
<p>Nemablóðsykursmælingar en engar leitniörvar</p>	 <p>Hvenær borðaðir þú síðast eða tókst insúlín?</p> <p>Fylgstu með öllum breytingum á blóðsykursmagni.</p>	 <p>Þú gætir þurft að taka inn hraðvirkan sykur.</p>	 <p>Þú gætir þurft að taka insúlín. Ekki taka of mikið insúlín ef þú hefur nýlega tekið það.</p>
<p>Nemablóðsykursmælingar og ↑ eða ↑↑ eða ↑↑↑</p>	 <p>Hvenær borðaðir þú síðast eða tókst insúlín?</p> <p>Þú gætir þurft að taka insúlín til haldast innan takmarks nemablóðsykurs.</p> <p>Gættu þess að taka ekki of mikið insúlín ef þú hefur nýlega tekið það.</p>	 <p>Bíddu aðeins og fylgstu með til að gefa nemablóðsykri þínum tækifæri til að ná takmarkinu.</p> <p>Þú gætir hafa ofmeðhöndlað lágan blóðsykur þinn.</p>	 <p>Þú gætir þurft að taka insúlín. Ekki taka of mikið insúlín ef þú hefur nýlega tekið það.</p>

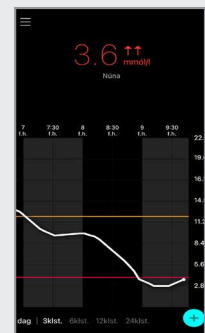
HVERNIG NOTA ÉG UPPLÝSINGAR UM NEMABLÓÐSYKUR TIL AÐ TAKA MEÐFERÐARÁKVARÐANIR?			
	Ef nemablóðsykur er við takmark þitt	Ef nemablóðsykur er lægri	Ef nemablóðsykur er hærri
<p>Nemablóðsykursmælingar og ↓ eða ↓↓ eða ↓↓↓</p>	 <p>Þú gætir þurft að fá þér snarl eða taka inn hraðvirkan sykur.</p>	 <p>Þú gætir þurft að taka inn hraðvirkan sykur.</p>	 <p>Hvenær borðaðir þú síðast eða tókst insúlín?</p> <p>Bíddu aðeins og fylgstu með til að gefa nemablóðsykri þínum tækifæri til að ná takmarkinu.</p>
<p>Enginn nemablóðsykur og engar leitniörvar</p>	<p>Notaðu blóðsykursmælinn aðeins til að taka meðferðarákvarðanir</p>		



AÐ NOTA SÍVÖKTUN BLÓÐSYKURS FYRIR LÁGAN NEMABLÓÐSYKUR

Lína fær viðvörðun frá sívöktun blóðsykurs um að nemablóðsykur hennar sé 3,6 mmol/l. Hún sér einnig ↑↑ á skjánum sínum þar sem hún er nýbúin að borða. Takmarksbil nemablóðsykurs hennar er 3,9-10 mmol/l.

Hvað ætti hún að gera?



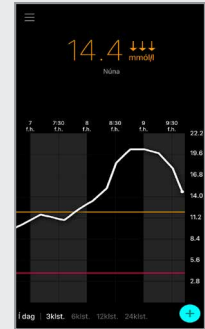
Svar: Meðhöndla með hraðvirkanri kolvetnum ef nemablóðsykur hennar er áfram lágur.



AÐ NOTA SÍVÖKTUN BLÓÐSYKURS FYRIR HÁAN NEMABLÓÐSYKUR

Davíð sér að nemablóðsykur hans er 14,4 mmol/l með ↓↓↓. Hann borðaði mikinn morgunmat og tók insúlín fyrir u.þ.b. klukkustund síðan. Takmark hans er 4,4 - 11,1 mmol/l.

Hvað ætti hann að gera?



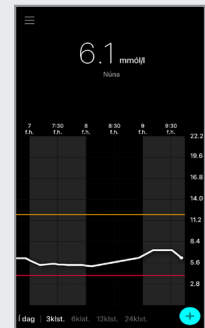
Svar: Davíð ákveður að búa og fylgjast með því hvort nemablóðsykur hans fari aftur á takmarkið. Ef það gerist ekki mun hann leiðrétta hann á öruggan hátt með insúlíni.



AÐ NOTA SÍVÖKTUN BLÓÐSYKURS INNAN TAKMARKSBILS NEMABLÓÐSYKURS

María sér að nemablóðsykur hennar hefur verið stöðugur við u.þ.b. 6,1 mmol/l síðasta klukkutímann og engar stefnuörvar eru til staðar.

Hvað ætti hún að gera?



Svar: María ákveður að hún þurfi ekki að gera neitt eins og er. Hún ætlar að fylgjast með öllum breytingum á blóðsykri sínum.

Vinsamlegast sjáðu notendaleiðbeiningar farsímann þinn til að fá frekari upplýsingar.

KAFLI 5: GÖGNUM DEILT MEÐ UMÖNNUNARAÐILA

Guardian™ forritið gerir kleift að deila upplýsingum um nemablóðsykur þinn með umönnunaraðila á CareLink™ Personal vefsvæðinu. Þú getur boðið fjölskyldumeðlimi, vini eða öðrum umönnunaraðila að skoða nemagögnin þín. Rauntímagögn, uppfærð á 5 mínútna fresti, sjást í **CareLink™ Connect (tengja) flípanum** og þeim er safnað saman í skýrslur sem hægt er að sækja á vefsvæðinu.

Umönnunaraðili getur skoðað nemagögn þín með því að stofna reikning á CareLink™ Personal vefsvæðinu, <https://carelink.medtronic.com/>, fylgja leiðbeiningum varðandi skráningu og velja Care Partner sem reikningsgerð. Eftir skráningu getur umönnunaraðili þinn beðið um aðgang að gögnunum þínum. Síðan **Care Partner Sharing (deiling með umönnunaraðilum)** á vefsvæðinu gerir þér kleift að stýra því hver hefur aðgang að nemablóðsykursupplýsingum þínum.

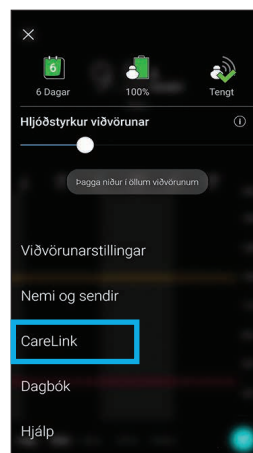


ATHUGAÐU: Biddu heilbrigðisstarfsmann að skoða CareLink™ skýrslur þínar á stofunni eða farðu með skýrslurnar í næstu læknisheimsókn.

Úr Guardian™ forritinu

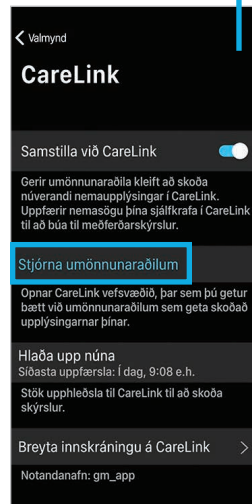
Úr heimaskjámynd Guardian™ forritsins:

1. Ýttu á  efst í vinstra horni heimaskjámyndarinnar. Ýttu á **CareLink™**.



2. Gakktu úr skugga um að KVEIKT sé á samstillingu við CareLink™. Klíkkaðu á **Stjórna umönnunaraðilum**.

Kveikt á



3. Þegar umönnunaraðili þinn hefur skráð sig og sent beiðni um að skoða gögnin þín, skaltu samþykkja boðið á CareLink™ Personal reikningi þínum til að byrja að deila.

Umönnunaraðili þinn

Þegar uppsetningu á umönnunaraðila þínum er lokið fær hann aðgang að nemaupplýsingum þínum. Á CareLink™ reikningi sínum geta umönnunaraðilar ákveðið hvaða viðvaranir þeir vilja fá. Þeir geta einnig valið að fá texta fyrir stöðuskilaboð allra forrita.

KAFLI 6: UMHIRÐA OG FERÐALÖG MEÐ SENDI

Hleðsla og geymsla sendis

Hladdu sendinn fyrir hverja notkun. Þegar sendirinn er í hleðslu blikkar grænt ljós á hleðslutækinu. Það slokknar á þessu græna ljósi þegar sendirinn er fullhlaðinn. Þú þarft að hlaða sendinn eftir hvern nema sem þú notar. Hægt er að nota fullhlaðinn sendi í mest sjö daga án endurhleðslu. Það getur tekið allt að 2 klukkustundir að endurhlaða að fullu.

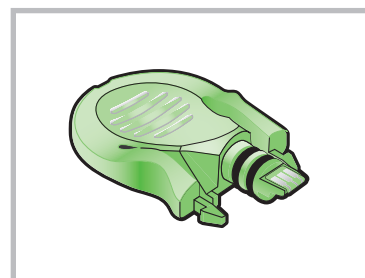
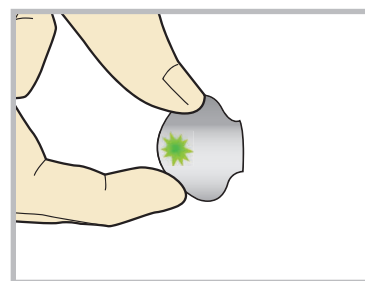
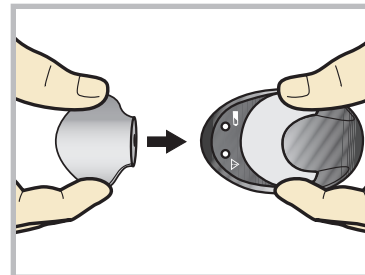
Þegar fullhlaðinn sendirinn er fjarlægður úr hleðslutækinu byrjar græna ljósið á sendinum að blikka. Þetta þýðir að hann sé með nægilega rafhlöðuhleðslu fyrir allan tímann sem þú berð hann. Ef græna ljósið blikkar ekki á sendinum eftir að hann hefur verið fjarlægður úr hleðslutækinu, skaltu setja hann aftur í samband við hleðslutækið þar til hann er fullhlaðinn. Athugaðu: Eftir að þú hefur parað sendinn við forritið, hættir græna ljósið að blikka. Þegar þú tengir sendinn við ne mann blikkar sendirinn, en aðeins í nokkrar sekúndur.

Geymdu sendinn, hleðslutækið og prófunartækið á hreinum, þurrum stað við stofuhita. Ekki má geyma sendinn á hleðslutækinu í meira en 60 daga. Að öðrum kosti verður rafhlaða sendisins fyrir varanlegum skemmdum. Ef þú ert ekki að nota sendinn verður þú að hlaða hann a.m.k. einu sinni á 60 daga fresti.

Ef sendirinn er tengdur við hleðslutækið og engin ljós sjást á hleðslutækinu: skiptu um rafhlöðu í hleðslutækinu.

Ef rautt ljós blikkar á hleðslutækinu þegar verið er að hlaða sendinn: skiptu um rafhlöðu í hleðslutækinu og láttu sendinn fullhlaðast.

Ef stutt og löng rauð blikkandi ljós sjást á hleðslutækinu á víxl á meðan verið er að hlaða sendinn: skiptu um rafhlöðu í hleðslutækinu og láttu sendinn fullhlaðast.



VARNAÐARORÐ: Ekki nota sendinn ef sprungur, flögnun eða skemmdir sjást á hlífinni. Þetta eru merki þess að sendirinn sé úr sér genginn. Ef sendirinn er að verða úr sér genginn getur verið erfitt að þrifa hann almennilega og það getur leitt til alvarlegs líkamstjóns.

Frekari upplýsingar er að finna í notendahandbók Guardian™ 4 kerfisins.

Farið í gegnum öryggisgæslu á flugvelli

Líkamsskanninn getur gefið frá sér röntgengæsla. Ef þú velur að fara í gegnum líkamsskannann, þarftu að fjarlægja nemann og sendinn fyrir skönnun. Til að komast hjá því að þurfa að fjarlægja tækin þín ættir þú að óska eftir að gangast undir annars konar leitaraðferð, sem ekki felur í sér röntgengæsla. Sívöktun blóðsykurs þolir málmleitartæki og handborna sprota sem notuð eru við öryggisgæslu á flugvöllum.



Ferðast með flugi

Það er öruggt að nota tæki fyrir sívöktun blóðsykurs í farþegaflugi. Ef áhafnir flugvéla biðja þig að slökkva á tækinu fyrir sívöktun blóðsykurs, verður þú að hlýða því.

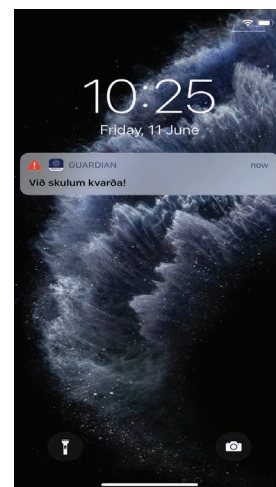


VARNADARORÐ fyrir Android™ notendur: Ef það er kveikt á **flugvélastillingu** aftengir það Bluetooth® á Android™ tækjum. Þú verður að kveikja aftur á Bluetooth® handvirkt til að fá iðvaranir og tilkynningar þegar þú ert með kveikt á **flugvélastillingu**.



ATHUGAÐU: Ef farsíminn þinn hefur farið aftur í læstan skjá, birtast tilkynningar frá forritinu einnig á þessari skjámynd.

Forritið verður að vera OPIÐ eða í gangi á bak við öllum stundum til að þú fáir upplýsingar um nemablóðsykur og viðvaranir.



VIÐVÖRUN til notenda Android™! Android™ tækið kann að vera með rafhlöðusparnaðarstillingar. Ef þessar stillingar eru virkar fyrir Guardian™ forritið slekkur farsíminn á forritinu og kemur í veg fyrir að það sendi viðvaranir og tilkynningar. Athugaðu farsímann reglulega og gakktu úr skugga um að Guardian™ forritið sé virkt.

Medtronic



Medtronic MiniMed
18000 Devonshire Street
Northridge, CA 91325
USA
1 800 646 4633
+1 818 576 5555

EC REP

Medtronic B.V.
Earl Bakkenstraat 10
6422 PJ Heerlen
The Netherlands

M010264C012_1