

ACCU-CHEK®
SmartGuide

Ihr Start mit Accu-Chek SmartGuide



**Leitfaden zur Nutzung
Ihrer neuen CGM-Lösung**



* Smartphone nicht im Lieferumfang von Accu-Chek enthalten

Herzlich willkommen!

Dieser **Leitfaden** enthält wichtige Informationen zur Nutzung von Accu-Chek SmartGuide. Er führt Sie Schritt für Schritt durch die Einrichtung und die erstmalige Anwendung Ihrer neuen CGM-Lösung.

Immer für Sie da



Sie haben Fragen?

Ihr Accu-Chek Kundenservice ist für Sie da!

- Kontaktformular: www.accu-chek.de/kontakt
- E-Mail: smartguide.de@roche.com
- Telefon: 0800 2231123
(Mo–Fr, von 08:00–18:00 Uhr)



Erhalten Sie von Anfang an regelmäßig E-Mails mit Tipps & Tricks für Ihren Start mit Accu-Chek SmartGuide! Einfach bei Ihrer Registrierung zur E-Mail-Kommunikation einwilligen.

Auf www.accu-chek.de/ratgeber-diabetes finden Sie alle wichtigen Informationen, hilfreiche Videos rund um die Einrichtung und Anwendung von Accu-Chek SmartGuide, sowie Wissenswertes rund um den Alltag mit Diabetes – einfach QR-Code scannen!



Ihre Accu-Chek SmartGuide CGM-Lösung

Einfach. Vorausschauend. Ihr Wegweiser für den Diabetesalltag: Mit dem Sensor und der mySugr App behalten Sie Ihre aktuellen und zukünftigen Zuckerwerte¹ im Blick.



Accu-Chek SmartGuide CGM-Sensor

- Sendet Zuckerwerte kontinuierlich² an das Smartphone
- Schnelles & leichtes Setzen mit dem einfachen Applikator
- Tragedauer: maximal 14 Tage
- Aufwärmphase: 1 Stunde ab Setzen des Sensors



mySugr App

Vorhersagen

- 30 Minuten Vorhersage für niedrigen Glukosewert
- 2 Stunden Glukosevorhersage
- 7 Stunden Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung

Weitere Funktionen³

- Bolusrechner
- Tagebuch und Mustererkennung
- Kompatibel mit Apple Health und Accu-Chek Blutzuckermessgeräten



Verwendung dieses Leitfadens

Dieser Leitfaden umfasst 3 Abschnitte, in denen Sie die Einrichtung und erstmalige Nutzung Ihrer Accu-Chek SmartGuide CGM-Lösung durchlaufen.

Seite

5-10

Erste Schritte

Erfahren Sie alles über die ersten und wichtigsten Schritte zur Einrichtung der CGM-Lösung

Seite

12-18

Wissenswertes zur mySugr App

Lernen Sie die wichtigsten Funktionen und Vorteile der mySugr App kennen

Seite

20-34

Wissenswertes zu den Vorhersagen

Machen Sie sich mit den Funktionen der Vorhersagen vertraut

¹ Die mySugr App benachrichtigt Nutzer:innen bei einem voraussichtlich niedrigen Glukosewert innerhalb der nächsten 30 Minuten (Vorhersage für niedrigen Glukosewert), liefert Vorhersagen für die voraussichtliche Glukoseentwicklung in den nächsten 2 Stunden (Glukosevorhersage) und zeigt das voraussichtliche Risiko einer nächtlichen Hypoglykämie in den nächsten 7 Stunden (Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung, aktiv zwischen 21:00 und 02:00 Uhr). Für die Nutzung der Vorhersagefunktionen ist eine Internetverbindung erforderlich.

² Der Sensor liefert nach 60 Minuten Aufwärmzeit alle fünf Minuten Glukosewerte.

³ Benutzerhandbuch für mySugr Bolusrechner, mySugr Tagebuch, mySugr Glukoseüberblick

“

Accu-Chek SmartGuide ist mein Wegweiser für den Diabetesalltag, mit dem ich meine aktuellen und zukünftigen Zuckerwerte im Blick behalte.¹ So kann ich lernen, wie ich hohe oder niedrige Werte verhindern kann und habe mein Diabetesmanagement selbst in der Hand.⁴

”



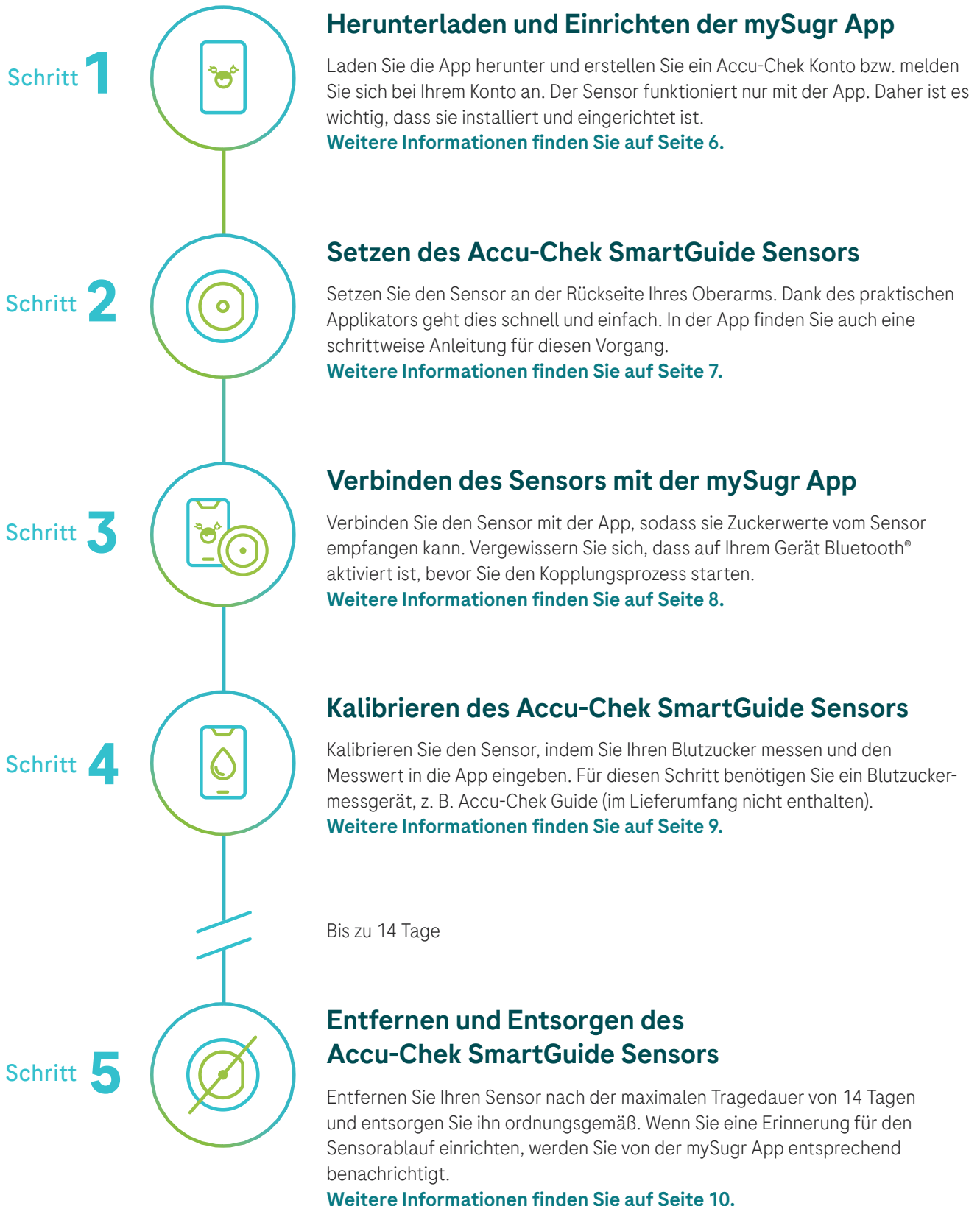
1 Die mySugr App benachrichtigt Nutzer:innen bei einem voraussichtlich niedrigen Glukosewert innerhalb der nächsten 30 Minuten (Vorhersage für niedrigen Glukosewert), liefert Vorhersagen für die voraussichtliche Glukoseentwicklung in den nächsten 2 Stunden (Glukosevorhersage) und zeigt das voraussichtliche Risiko einer nächtlichen Hypoglykämie in den nächsten 7 Stunden (Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung, aktiv zwischen 21:00 und 02:00 Uhr). Für die Nutzung der Vorhersagefunktionen ist eine Internetverbindung erforderlich.

4 Glatzer T, Ehrmann D, Gehr B, et al. Clinical Usage and Potential Benefits of a Continuous Glucose Monitoring Predict App. J Diabetes Sci Technol. 2024;18(5):1009-1013. doi:10.1177/19322968241268353

Erste Schritte

Der Start mit der Accu-Chek SmartGuide CGM-Lösung erfolgt in 5 einfachen Schritten.

Lesen Sie die folgenden Seiten aufmerksam durch und führen Sie die Schritte in der vorgegebenen Reihenfolge aus.





Schritt 1

Herunterladen der mySugr App



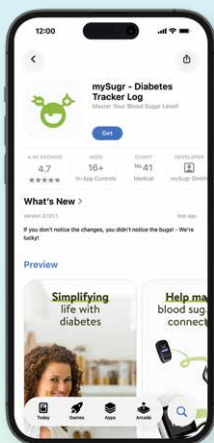
Herunterladen und Einrichten der mySugr App

So erhalten Sie die App, verbinden sie mit Ihrem Accu-Chek Konto und richten sie ein

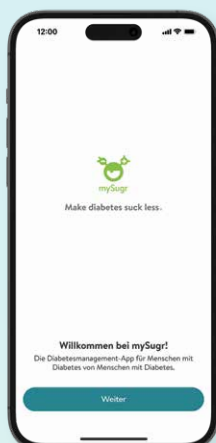
Die App erhält über den verbundenen Sensor Ihre Zuckerwerte und hilft Ihnen dabei, diese zu überwachen. Die App ist die Voraussetzung für die Nutzung des Sensors. Daher müssen Sie die folgenden Schritte abgeschlossen haben, bevor Sie den Sensor setzen.



So laden Sie die App herunter und richten sie ein



1. Laden Sie die App aus dem Apple App Store oder dem Google Play Store herunter und installieren Sie sie.



2. Zuerst müssen Sie entweder ein neues Accu-Chek Konto anlegen oder sich bei Ihrem bestehenden Konto anmelden.



3. Geben Sie als Erstes Ihren Diabetes-Typ und Ihre Insulintherapie an.



4. Vervollständigen Sie Ihre Angaben und legen Sie Ihre gewünschten Maßeinheiten und Zielbereiche fest.



5. Wählen Sie die von Ihnen verwendeten CGM und BGM Geräte aus und erlauben Sie der App, Ihnen Benachrichtigungen zu senden.



Infos zum Accu-Chek Konto

Wenn Sie bereits online oder in der mySugr App ein Accu-Chek Konto erstellt haben, können Sie sich mit den bestehenden Zugangsdaten bei der App anmelden.

Bei Neuanlage eines Accu-Chek Kontos können Sie sich nach Bestätigung Ihrer E-Mail-Adresse in der App anmelden.

Im nächsten Schritt erfahren Sie, wie Sie den Accu-Chek SmartGuide Sensor setzen und mit der mySugr App verbinden.



Schritt 2

Setzen des Sensors



Setzen des Accu-Chek SmartGuide Sensors

So setzen Sie den Sensor einfach und sicher

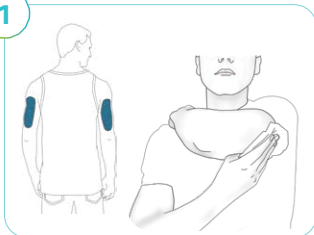
Öffnen Sie die App, in der Sie Schritt für Schritt durch den Setzvorgang geführt werden. Tippen Sie dafür im Menü auf **CGM-Sensor verwalten**, dann auf **Neuen Sensor verbinden** und schließlich auf **Tutorial anzeigen**. Wenn Sie bereit sind, den Sensor zu setzen, tippen Sie auf **Weiter**.



Sie benötigen:

- die mySugr App
- ein neues, unbenutztes Accu-Chek SmartGuide Gerät, bestehend aus dem Applikator und dem Sensor (Abbildung siehe unten)
- Desinfektionslösung für die Setzstelle

1



Sie können den Sensor am rechten oder am linken Oberarm setzen.

Desinfizieren Sie die Setzstelle und lassen Sie die Haut vollständig trocknen. Für eine gute Haftung des Pflasters achten Sie bitte darauf, dass das Desinfektionsmittel **nicht rückfettend** ist.

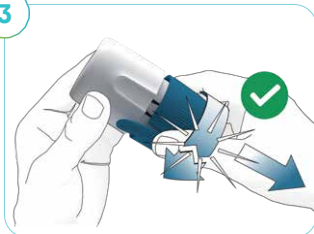
2



Klappen Sie die Lasche (A) leicht auf.

Wenn die Lasche bereits vor dem Gebrauch geöffnet wurde, entsorgen Sie das Gerät und verwenden Sie ein neues.

3



Üben Sie keinen Druck auf das Gerät aus. Drehen Sie die Drehkappe (B), um die Sterilbarriere zu durchbrechen. Hierbei ist ein leichter Widerstand zu überwinden und ein Knackgeräusch zu hören. Ziehen Sie die Drehkappe vom Applikator (C) ab. Die Nadel im Inneren darf nicht berührt werden. Nach dem Entfernen der blauen Drehkappe darf diese nicht wieder aufgesetzt werden.

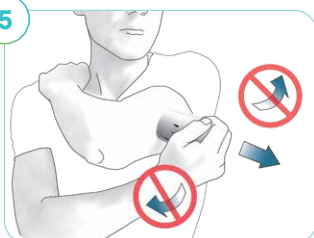
4



Legen Sie die Hand des desinfizierten Arms auf die gegenüberliegende Schulter. Dadurch wird die Haut leicht gestrafft.

Führen Sie die Hand unter den Arm und positionieren Sie den Applikator (C) auf der Setzstelle. Halten Sie den Applikator außen am Gehäuse fest. Drücken Sie den Applikator fest auf, um den Sensor zu setzen.

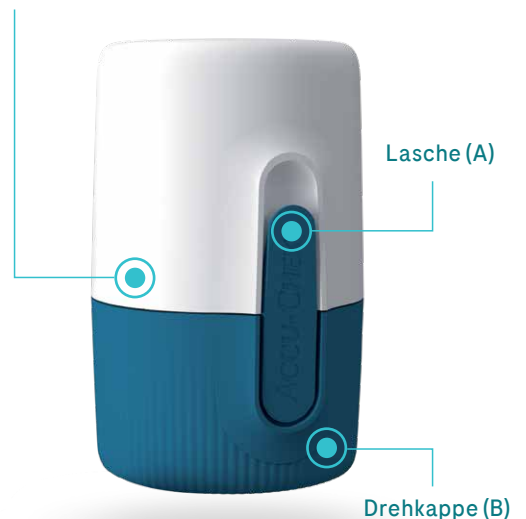
5



Nehmen Sie den Applikator ohne zu drehen oder zu wackeln in dieselbe Richtung ab. Streichen Sie mit dem Finger fest über das Pflaster, um sicherzustellen, dass es richtig sitzt.

Sie können den Sensor nun maximal 14 Tage lang tragen.

Sensorapplikator (C)



Nach dem Setzen des Sensors folgen Sie den Anweisungen zum Verbinden in der App. **Sie benötigen den auf der Drehkappe des Applikators aufgedruckten PIN-Code zu einem späteren Zeitpunkt** - entsorgen Sie sie daher erst nach der erfolgreichen Kopplung.

Im nächsten Schritt erfahren Sie, wie der Sensor mit der App verbunden wird.



Jetzt Videos ansehen:

Über den QR-Code finden Sie hilfreiche Schritt-für-Schritt Anleitungen.

Verbinden des Accu-Chek SmartGuide Sensors mit der mySugr App

So richten Sie die Verbindung zwischen Sensor und App ein

Um Messwerte von Ihrem Sensor zu empfangen, müssen Sie ihn mittels Bluetooth® mit der App verbinden. Stellen Sie sicher, dass Bluetooth® auf Ihrem Smartphone aktiviert ist und dass andere Geräte es erkennen können.

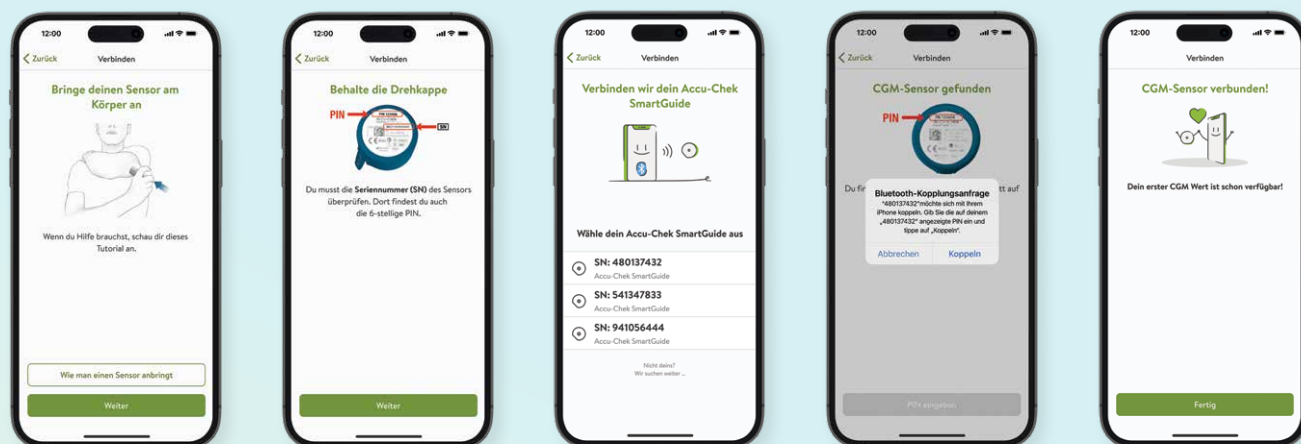
Sie benötigen die Drehkappe des Sensorapplikators, auf der sich eine **Seriennummer** und ein **6-stelliger PIN-Code** befinden, um den Kopplungsprozess abzuschließen.



Sie benötigen:

- die mySugr App
- ein Smartphone mit aktivierter Bluetooth® Funktion
- die Drehkappe des Sensorapplikators mit Seriennummer und PIN-Code

So wird der Sensor mit der App verbunden



1. Tippen Sie nach dem Anbringen des Sensors auf **Weiter**. Die App führt Sie Schritt für Schritt durch den Prozess.
2. Tippen Sie auf **Suche** und erlauben Sie der App, sich mit dem Sensor zu verbinden und von diesem Daten zu empfangen.
3. Ihr Smartphone sucht nach Sensoren in Reichweite. Überprüfen Sie die Seriennummer Ihres Sensors und wählen Sie Ihren Sensor aus.
4. Geben Sie den 6-stelligen PIN-Code von der Drehkappe des Applikators ein und tippen Sie auf **Koppeln**.
5. Nach erfolgreicher Verbindung erhalten Sie Zuckerwerte und Benachrichtigungen, sobald die Aufwärmphase abgeschlossen ist.



Der Sensor ist jetzt mit der mySugr App verbunden.

Es ist eine 1-stündige Aufwärmphase erforderlich, bevor der Sensor mit der Übertragung von Zuckerwerten an die App beginnen kann. In dieser Zeit ist die Grafik auf dem Startbildschirm leer.

Im nächsten Schritt erfahren Sie, wie der Sensor kalibriert wird.



Jetzt Videos ansehen:

Über den QR-Code finden Sie hilfreiche Schritt-für-Schritt Anleitungen.

Kalibrieren des Accu-Chek SmartGuide Sensors

So geben Sie einen Blutzuckerwert für die Kalibrierung ein

Um die vom Sensor gemessenen Zuckerwerte als Grundlage für therapierelevante Entscheidungen nutzen zu können, muss dieser kalibriert werden.

- Ein nicht kalibrierter Sensor befindet sich im **Verlaufsmodus**. Sie können zwar CGM-Werte sehen, dürfen diese aber nicht für Therapieentscheidungen verwenden.
- Ein kalibrierter Sensor befindet sich im **Therapiemodus**. Anhand der bestätigten Werte können Sie Ihre Entscheidungen treffen (z. B. zur Gabe von Insulin).

! Wissenswertes zur Kalibrierung:

- Sie erhalten eine Benachrichtigung, wenn der Sensor zur Kalibrierung bereit ist.
- Kalibrieren Sie erst in **stabiler Stoffwechsellage**, d.h. nicht direkt nach einer Mahlzeit, Insulininjektion oder körperlicher Aktivität.
- Achten Sie auf eine Umgebung mit stabiler Temperatur (starke Sonneneinstrahlung und extreme Temperaturen vermeiden).
- Der Sensormodus wird auf dem Startbildschirm unter dem CGM-Wert angezeigt.

So kalibrieren Sie den Sensor

1

Wenn Sie von der App zu einer Kalibrierung aufgefordert werden, tippen Sie auf die Schaltfläche **Jetzt kalibrieren**.



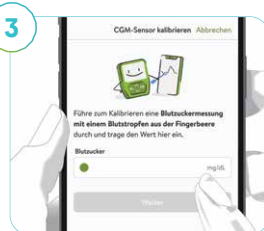
2



Messen Sie mit Ihrem Blutzuckermessgerät (z.B. Accu-Chek Guide) Ihren Blutzucker bei stabiler Stoffwechsellage (Trendpfeil →).

Der Messwert darf nicht älter als 3 Minuten sein, wenn Sie ihn in die App eingeben.

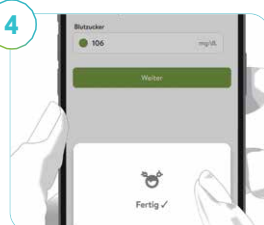
3



Geben Sie Ihren Blutzuckerwert ein und tippen Sie auf **Weiter**. Vergewissern Sie sich, dass der Wert korrekt ist, da Sie ihn später nicht mehr ändern können. Tippen Sie auf **Bestätigen**, um fortzufahren, oder auf **Weiter bearbeiten**, um zum vorherigen Schritt zurückzukehren.

Wenn Sie einen falschen Wert bestätigen, kann das die Genauigkeit des Systems beeinträchtigen. Entsorgen Sie in diesem Fall den Sensor, setzen Sie einen neuen und wiederholen Sie die vorherigen Schritte.

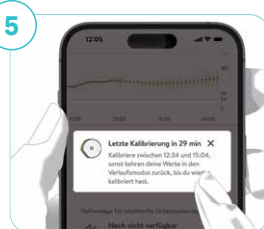
4



Wenn die Kalibrierung erfolgreich war, wird eine Bestätigungsmeldung angezeigt.

Sollte die Kalibrierung fehlschlagen, warten Sie 15 Minuten und wiederholen Sie dann den Vorgang mit einem neuen Messwert Ihres Blutzuckermessgeräts.

5



Kalibrieren Sie den Sensor jedes Mal, wenn Sie von der App dazu aufgefordert werden.

- Die erste Aufforderung erfolgt 12 Stunden nach Setzen des Sensors.
- Eine zweite Aufforderung erfolgt 30 Minuten bis 3 Stunden nach der Erstkalibrierung.

Wenn Sie zur Kalibrierung des Sensors aufgefordert werden, bereiten Sie so bald wie möglich eine Messung bei stabiler Stoffwechsellage vor.

i

Sobald die Kalibrierung abgeschlossen ist, wird der Startbildschirm angezeigt und Sie können anhand der CGM-Werte therapierelevante Entscheidungen treffen.

Im nächsten Schritt erfahren Sie, wie Sie den Accu-Chek SmartGuide Sensor entfernen und entsorgen.



Schritt 5

Entfernen des Sensors

Entfernen und Entsorgen des Sensors

So entfernen und entsorgen Sie einen abgelaufenen Sensor

Jeder Accu-Chek SmartGuide Sensor kann maximal 14 Tage lang getragen werden. Wenn Ihr Sensor abgelaufen ist oder in Kürze abläuft, müssen Sie ihn entfernen und durch einen neuen ersetzen. Es ist wichtig, dass Sie den Sensor vorsichtig von Ihrem Arm abnehmen und gemäß den lokalen Bestimmungen entsorgen.



Benachrichtigungen aktivieren

Die App benachrichtigt Sie, wenn Sie Ihren Accu-Chek SmartGuide Sensor austauschen müssen.

So entfernen Sie den Sensor

1

Tippen Sie in der App auf **Verbindungen** > **Wie man einen Sensor entfernt**, um ein Tutorial anzuschauen. Um nach dem Entfernen einen neuen Sensor zu verbinden, tippen Sie auf **Neuen Sensor verbinden**.



2



Ziehen Sie das Pflaster beginnend von der abgeflachten Seite des Sensors vorsichtig ab.

3



Vergewissern Sie sich, dass sich der Sensorfaden an der Rückseite des entfernten Sensors befindet. Stellen Sie unbedingt sicher, dass dieser aus der Haut gezogen wurde. Sehen Sie sich dazu die Setzstelle genau an und tasten Sie sie ab.

Wenden Sie sich unmittelbar an eine medizinische Fachkraft, wenn:

- der Sensorfaden nicht zusammen mit dem Sensor entfernt wurde.
- Sie an oder in der Nähe der Setzstelle Schmerzen oder ungewöhnliche Reaktionen spüren oder Schwellungen bzw. Rötungen beobachten.

4



Entsorgen Sie den Sensor nach dem Gebrauch ordnungsgemäß. Befolgen Sie dabei die lokalen Vorschriften für die Entsorgung von infektiösem Material.

5



Setzen Sie einen neuen Sensor. Wählen Sie für jeden neuen Sensor eine andere Position an der Rückseite Ihres Oberarms, damit die vorherige Setzstelle gut ausheilen kann. In diesem Zusammenhang empfehlen wir auch, zwischen dem linken und rechten Arm zu wechseln.



Jetzt Videos ansehen:

Über den QR-Code finden Sie hilfreiche Schritt-für-Schritt Anleitungen.



Sie haben nun alle notwendigen Schritte für die Nutzung von Accu-Chek SmartGuide durchlaufen und können starten!

Lernen Sie nun alle Funktionen der App kennen.



Entdecken Sie die mySugr App

So navigieren Sie durch die App und nutzen die wichtigsten Funktionen

Die App stellt eine Verbindung zu Ihrem Sensor her, damit Sie Ihre Zuckerwerte überwachen und Ihre Insulininjektionen, Kohlenhydrataufnahmen und körperlichen Aktivitäten im Blick behalten können.



Zur Verwendung der App benötigen Sie einen **aktivierten und gekoppelten Sensor**.



Denken Sie daran, **die Benachrichtigungen in der App zu aktivieren**, um ihre Funktionen optimal nutzen zu können.

Zu den wichtigsten Funktionen gehören:



Trendpfeile



Tagebuch



Bolusrechner



Grafiken



Benachrichtigungen



Alarme und Erinnerungen



Glukosemuster



Vorhersagefunktionen



Der Startbildschirm

Mein Verlauf

Unter **Mein Verlauf** finden Sie den Startbildschirm. Wischen Sie nach unten, um alle Funktionen zu nutzen.

Reports

Unter **Reports** können Sie ihre Daten der letzten 2 Wochen herunterladen und mit Ihrem behandelndem Praxisteam teilen. Der Report kann ein ambulantantes Glukoseprofil (AGP) oder Glukosemuster enthalten.

Verbindungen

Unter **Verbindungen** können Sie Ihren CGM-Sensor und Blutzuckermessgeräte verwalten. Hier erfahren Sie, wie viel Zeit bis zum Ablauf Ihres Sensors verbleibt, können einen neuen Sensor verbinden oder das Tutorial zum Entfernen eines Sensors anschauen.

Mehr

Unter **Mehr** finden Sie Ihre Konto- und CGM-Einstellungen. Gehen Sie auf CGM-Einstellungen, um Ihre persönlichen Alarm- und Benachrichtigungseinstellungen zu ändern.



Sie können im Bereich Mehr des Menüs jederzeit auf die Benutzerhandbücher zugreifen.



Tippen Sie unten rechts im **Startbildschirm** auf Mehr > CGM-Einstellungen > Alarme, um die **Benachrichtigungseinstellungen** aufzurufen.

- Überprüfen Sie Ihre Benachrichtigungseinstellungen, sobald Sie mit der Nutzung der mySugr App beginnen. Sie können Benachrichtigungen aktivieren, deaktivieren und an Ihre Bedürfnisse und Vorlieben anpassen.
- Vergewissern Sie sich, dass die Benachrichtigungen für die mySugr App auch in den Einstellungen von iOS/Android aktiviert sind.
- Benachrichtigungen helfen Ihnen dabei, schnell auf Ereignisse zu reagieren, auch wenn Sie die mySugr App gerade nicht geöffnet haben.

Überblick

Sobald ein Sensor mit der mySugr App verbunden wurde, werden auf dem Startbildschirm Informationen, z. B. aktueller Zuckerwert, Trends, Benachrichtigungen, Erinnerungen und Glukosevorhersagen, angezeigt.



Tippen Sie auf das Symbol **i** über der Grafik, um die **Kurzanleitung** mit einer Einführung in den Startbildschirm zu öffnen.

Tagebuch

Verwenden Sie das mySugr Tagebuch, um Ihre Blutzuckermesswerte zu erfassen, sowie Informationen über Kohlenhydrataufnahme, Insulininjektionen, Sport oder Krankheit zu protokollieren und Ihre CGM-Werte damit in einen Kontext zu setzen.

Ihr aktueller CGM-Wert mit Trendpfeil

Hier sehen Sie ihren aktuellen Zuckerwert: Grüne Werte liegen innerhalb Ihres Zielbereichs. Die Farbe der Werte zeigt Ihnen, in welchem Bereich Sie sich gerade befinden, während die Richtung des Pfeils die Entwicklung Ihrer Zuckerwerte anzeigt.

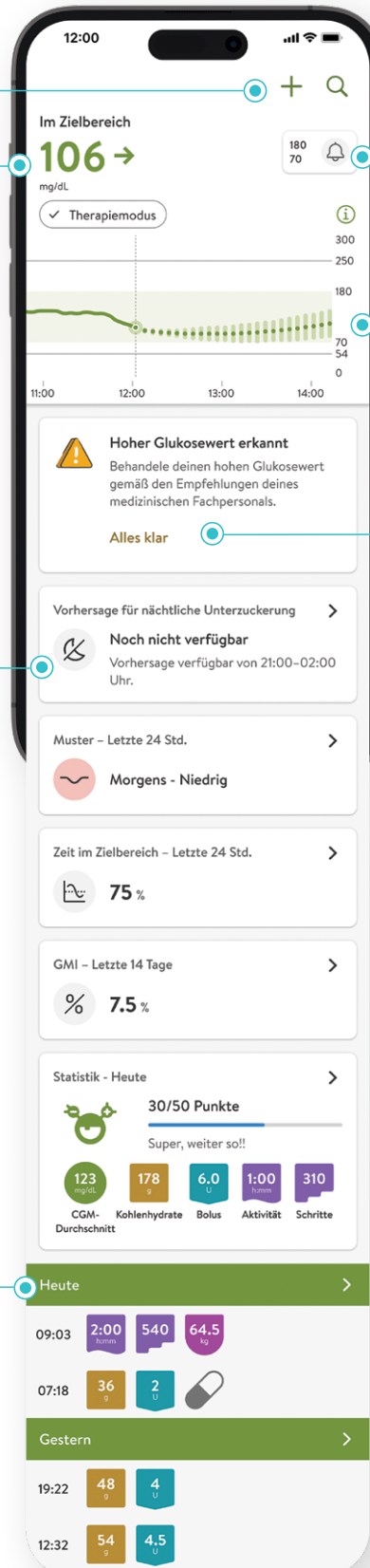
Der aktuelle Modus des Sensors wird unterhalb des CGM-Werts angezeigt. Ein kalibrierter Sensor befindet sich im **Therapiemodus**, ein nicht kalibrierter Sensor im **Verlaufsmodus**.

Infoboxen

Infoboxen enthalten Informationen zu **Vorhersagen für nächtliche Unterzuckerung**, **Muster**, **Zeit im Zielbereich**, **GMI** und der **Statistik**. Tippen Sie auf die Box, um weitere Informationen anzuzeigen.

Ihre neuesten Tagebucheinträge

Im **Tagebuch** sehen Sie Ihre neuesten Blutzuckermesswerte sowie andere dokumentierte Daten.



Individuell anpassbare Einstellungen und Alarme

Hier sehen Sie Ihr aktuelles Alarmprofil. Tippen Sie darauf, um Ihre Alarmwerte für hohe und niedrige Zuckerwerte und mehr anzupassen.

Eine Grafik früherer, aktueller und zukünftiger Zuckerwerte

- **Vergangene CGM-Werte:** Wischen Sie auf der Startbildschirm-Grafik zur Seite, um vergangene CGM-Werte anzuzeigen.
- **2-Stunden-Vorhersage:** Die grünen Punkte zeigen den voraussichtlichen Verlauf Ihres Zuckerspiegels für die nächsten zwei Stunden.

Benachrichtigungen

Hier werden aktuelle Meldungen angezeigt, z. B. dann, wenn der Sensor kalibriert werden sollte. Tippen Sie auf die Schaltflächen im Meldungsbereich, um auf die Meldung zu reagieren.



Vorhersagefunktionen

In Kapitel 3 ab Seite 20 erfahren Sie mehr über die Vorhersagefunktionen und deren Verwendung.



Trendpfeile und Farben

Die Trendpfeile helfen Ihnen, vorausschauend zu handeln, damit Sie in Ihrem Zielbereich bleiben. Sie zeigen anhand der letzten Messwerte, in welche Richtung sich Ihre Zuckerwerte voraussichtlich entwickeln werden. Die Pfeilrichtung und die Farbe des Werts geben wie folgt Aufschluss über die Entwicklung:

Trendpfeile

↑	Schnell steigend	Ihr Zuckerwert steigt schnell (um mehr als 30 mg/dL bzw. 1,7 mmol/L in den nächsten Minuten)
↗	Langsam steigend	Ihr Zuckerwert steigt langsam (um 15–30 mg/dL bzw. 0,8–1,7 mmol/L in den nächsten Minuten)
→	Stabil	Ihr Zuckerwert ist stabil (keine oder nur eine geringfügige Änderung)
↘	Langsam sinkend	Ihr Zuckerwert sinkt langsam (um 15–30 mg/dL bzw. 0,8–1,7 mmol/L in den nächsten Minuten)
↓	Schnell sinkend	Ihr Zuckerwert sinkt schnell (um mehr als 30 mg/dL bzw. 1,7 mmol/L in den nächsten Minuten)

Farben

Sehr hoch 280 mg/dL	Orange – der Zuckerwert ist sehr hoch
Hoch 210 mg/dL	Gelb – der Zuckerwert ist hoch
Im Zielbereich 100 mg/dL	Grün – der Zuckerwert befindet sich im Zielbereich
Niedrig 60 mg/dL	Rot – der Zuckerwert ist niedrig
Sehr niedrig 48 mg/dL	Dunkelrot – der Zuckerwert ist sehr niedrig



Alles auf einen Blick

Hilfreiche Videos, persönliche Beratung sowie nützliche Webinare und Veranstaltungen – unser SmartService begleiten Sie Schritt für Schritt bei Ihrem Start:
www.cgm-smartservice.de



Tagebuch

Im Tagebuch können Sie Ihre Insulininjektionen, Mahlzeiten und mehr dokumentieren, um zu erkennen, wie sich diese Faktoren auf den Verlauf Ihres Zuckerspiegels auswirken. Sie können Ihre Blutzuckerwerte, Kohlenhydrate, Bolusinsulin (U) und Basalinsulin (U) mit Datum und Uhrzeit eintragen. Zudem können Sie Notizen hinzufügen, z. B. zu sportlichen oder anderen Aktivitäten.



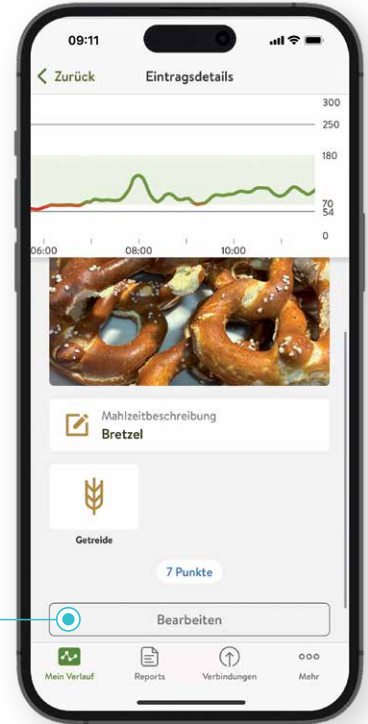
+ Neuen Eintrag hinzufügen

Tippen Sie im Startbildschirm auf das **+Symbol**, um Tagebucheinträge zu erfassen. Befolgen Sie die Schritte zur Eingabe der erforderlichen Angaben und fügen Sie ggf. weitere Informationen im Bereich **Notizen** hinzu.

Hinweis: Bei Android-Geräten befindet sich das **+Symbol** unten rechts.

✎ Eintrag ändern

Wählen Sie einen Eintrag aus, den Sie bearbeiten oder löschen möchten. Beachten Sie dabei, dass Kalibrierungseinträge weder bearbeitet noch gelöscht und gelöschte Einträge nicht wiederhergestellt werden können.



Bolusrechner

Was ist der mySugr Bolusrechner?

Schluss mit dem Rätselraten sowie dem zeit- und arbeitsaufwendigen manuellen Berechnen Ihrer Insulindosen.

Der mySugr Bolusrechner, als Teil des mySugr Tagebuchs, berechnet auf Basis der persönlichen Therapiedaten eine empfohlene Bolusinsulindosis oder Kohlenhydrate für insulinpflichtige Patient:innen. So, kann er Ihnen helfen, die richtige Insulinmenge zu ermitteln, um Mahlzeiten abzudecken.

Vor der Verwendung müssen einige Einstellungen, wie Blutzuckerzielwert, Kohlenhydratfaktor, Insulinkorrekturfaktor und Insulinwirkdauer von Ihrem behandelnden Praxisteam bestimmt werden.

Für mehr Informationen schauen Sie ins

Benutzerhandbuch in der App

Mehr > Benutzerhandbuch oder sprechen Sie Ihr Praxisteam an!

91%

Akzeptierte Bolusempfehlung

Mehr als 91 % der bereitgestellten Bolusempfehlungen werden von den Nutzern akzeptiert.⁵



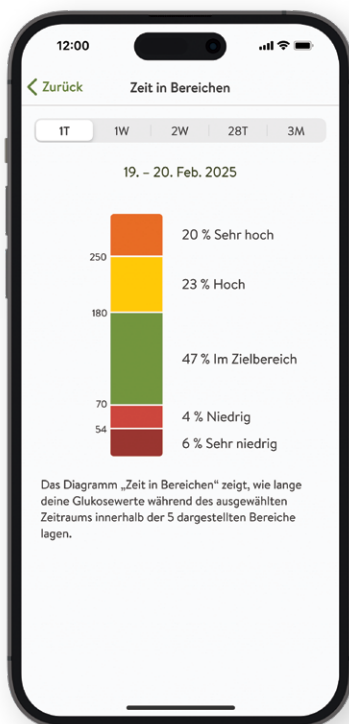
Grafiken und Statistik

Die mySugr App bietet einen optimalen Überblick über die Daten Ihres Sensors, damit Sie mehr über Ihren Diabetes lernen können. Scrollen Sie auf dem Startbildschirm nach unten, um unterschiedlich aufbereitete Daten anzusehen,



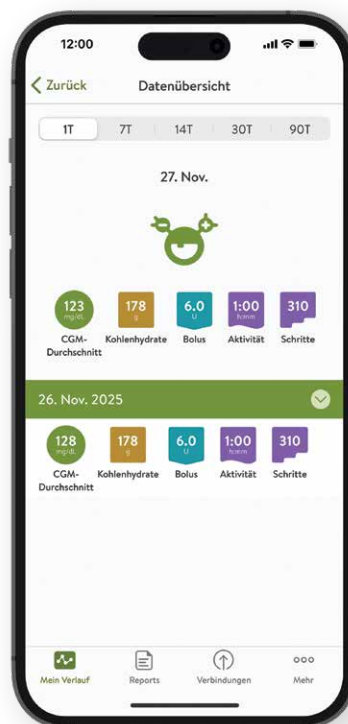
Mein Verlauf

- Erhalten Sie Ihre vergangenen, aktuellen und voraussichtlichen Zuckerwerte auf einen Blick.
- Die Grafik kann auch Daten aus Tagebucheinträgen enthalten, die Kontext zu Ihren Zuckerwerten liefern.



Zeit in Bereichen

- Tippen Sie auf die Infobox für Zeit in Bereichen, um zu sehen, wie häufig Ihre Zuckerwerte in der letzten Zeit (1 Tag, 7, 14, 28 oder 90 Tage) innerhalb bestimmter Bereiche (einschließlich Ihres persönlichen Zielbereichs) lagen.
- Sie sollten versuchen, den Wert so lange wie möglich im **Zielbereich** zu halten (dem grünen Bereich der Grafik).



Statistik

- Tippen Sie auf die Infobox für die Statistik, um die wichtigsten statistischen Daten der letzten Tage (1 Tag, 7, 14, 30 oder 90 Tage) anzuzeigen.
- Sie sehen hier Ihre durchschnittlichen CGM-Werte und andere protokollierte Informationen aus dem Tagebuch.



GMI

Sie können Ihren Glukose-Management-Indikator über einen Zeitraum von 14, 28 oder 90 Tagen auf dem Startbildschirm in den Infoboxen sehen. Tippen Sie auf die Infobox, um mehr über Ihren GMI zu erfahren.



Alarmer und Erinnerungen

Bleiben Sie mithilfe von benutzerdefinierten Benachrichtigungen immer über Ihren Zuckerspiegel und seine Trends auf dem Laufenden. Die mySugr App arbeitet mit verschiedenen Benachrichtigungen, die Sie darauf hinweisen, wenn Ihre Zuckerwerte Aufmerksamkeit brauchen. Sie können diese Benachrichtigungen personalisieren und so an Ihre Bedürfnisse anpassen oder sie ganz ausschalten.

Wichtigkeit von Benachrichtigungen

Schnell und richtig auf Änderungen Ihres Zuckerspiegels zu reagieren, ist ein wichtiger Bestandteil der Diabetestherapie. Nur wenn Sie die Benachrichtigungen in der App aktiviert lassen, erhalten Sie die bestmögliche Unterstützung von Ihrer Accu-Chek SmartGuide CGM-Lösung.

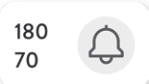
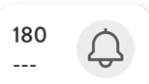
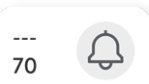
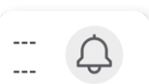
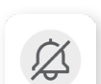
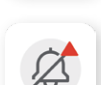
Sie können Alarmer und Erinnerungen über das Glockensymbol  anzeigen und anpassen.

Benachrichtigungen aktivieren nicht vergessen

Tippen Sie in den Einstellungen Ihres Smartphones auf die Option **Benachrichtigungen** und aktivieren Sie **Benachrichtigungen** und **Kritische Hinweise** in der App.

An dem Glockensymbol auf dem Startbildschirm erkennen Sie, ob Sie Benachrichtigungen erhalten oder nicht.

Es gibt 6 Versionen dieses Symbols:

- | | |
|---|--|
|  | Ihr Alarmprofil ist aktiviert. Die Alarmer für hohe und niedrige Glukosewerte sind aktiviert, und die entsprechenden Grenzwerte werden neben der Glocke angezeigt. |
|  | Ihr Alarmprofil ist aktiviert. Der Alarm für hohe Glukosewerte ist aktiviert, der Alarm für niedrige Glukosewerte ist jedoch deaktiviert. |
|  | Ihr Alarmprofil ist aktiviert. Der Alarm für hohe Glukosewerte ist deaktiviert, der Alarm für niedrige Glukosewerte ist jedoch aktiviert. |
|  | Ihr Alarmprofil ist aktiviert. Die Alarmer für hohe und niedrige Glukosewerte sind deaktiviert. |
|  | Eine durchgestrichene Glocke bedeutet, dass Ihr Alarmprofil deaktiviert ist. |
|  | Obwohl Ihr Alarmprofil aktiviert ist, besteht ein Problem mit den Benachrichtigungseinstellungen Ihres Betriebssystems. |



Das **Deaktivieren von Benachrichtigungen** ist möglich, es wird aber aus Sicherheitsgründen davon abgeraten.



Im Bereich **Mehr** des Menüs können Sie jederzeit auf die Benutzerhandbücher zugreifen.

Arten von Alarmen und Erinnerungen



Glukosealarme

Stellen Sie Alarme für Ihre Zuckerwerte ein. Bitte beachten Sie, dass die Grenzwerte dafür außerhalb des persönlichen Zielbereichs liegen müssen.

- Diese Alarme sind standardmäßig aktiviert, können aber auch deaktiviert werden. Davon wird jedoch aus Sicherheitsgründen abgeraten.
- Sie können die Werte, bei denen Alarme ausgelöst werden, selbst auswählen – mit einer Ausnahme: Der Wert für den Alarm für sehr niedrige Glukosewerte ist auf 54 mg/dL (3,0 mmol/L) festgesetzt. Wenn Ihr Zuckerspiegel die definierten Grenzwerte über- bzw. unterschreitet, werden Sie durch entsprechende Alarme zu einer Reaktion aufgefordert.
- Sie können für die Zeit, in der Sie schlafen, andere Blutzuckergrenzwerte auswählen. Mit der Option **Zweitalarme** können Sie Störungen in der Nacht auf ein Minimum reduzieren.



Aktivieren Sie die Benachrichtigungen
in Ihren Smartphone-Einstellungen!



Alarm für Vorhersagen

- Sie erhalten eine Benachrichtigung, wenn in den nächsten 30 Minuten oder nachts ein niedriger Glukosewert vorhergesagt wird.
- Tippen Sie auf **Mehr – CGM-Einstellungen – Alarme** und aktivieren Sie diese Hinweise, um bei Abweichungen schnell reagieren zu können.



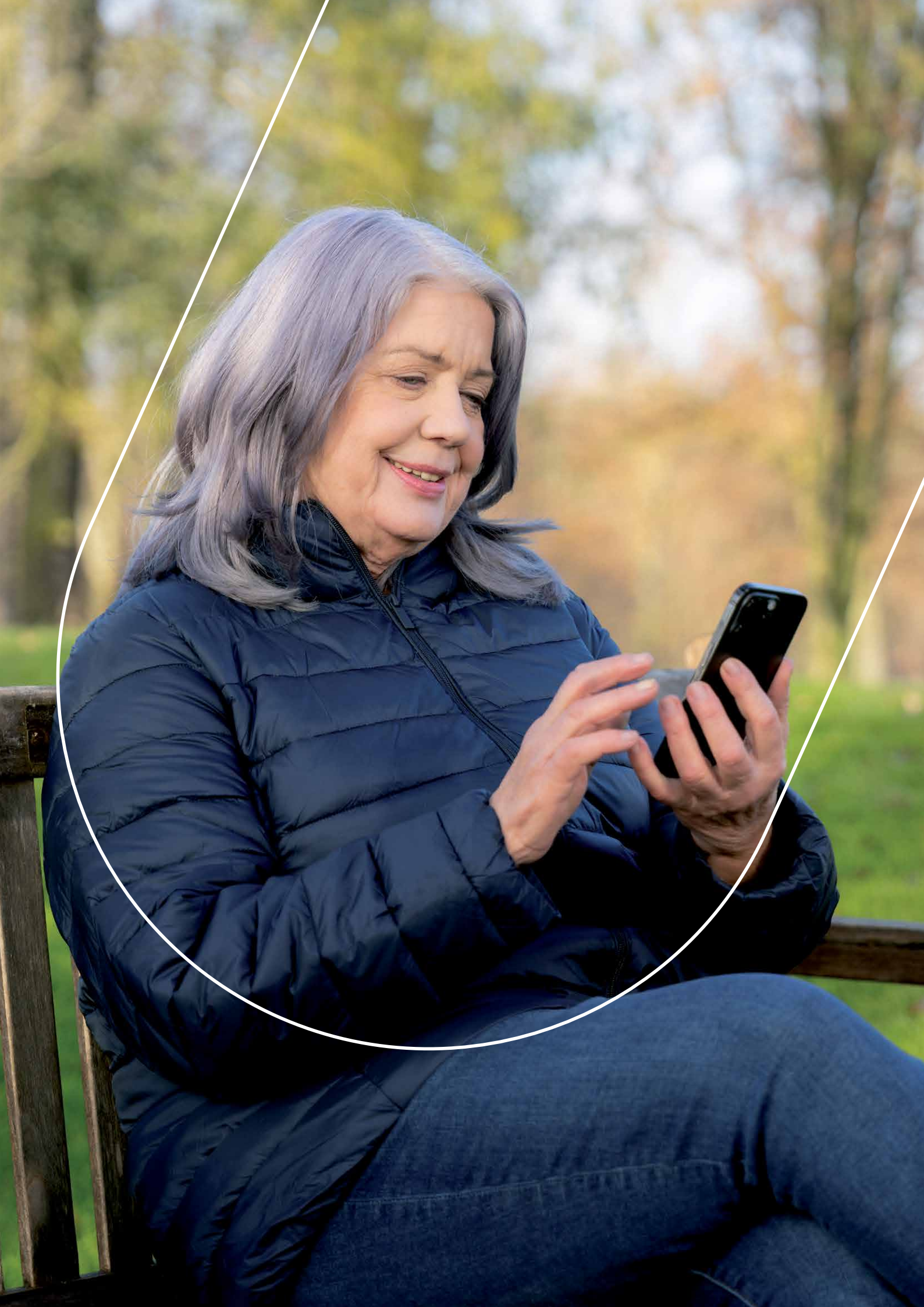
Sensorbenachrichtigungen

- Sie können eine Erinnerung erhalten, wenn Ihr CGM-Sensor in Kürze abläuft oder wenn die Verbindung zwischen App und Sensor unterbrochen wird.
- Tippen Sie auf **Mehr – CGM-Einstellungen – Alarme**, um diese Hinweise zu aktivieren.



„Nicht stören“

- Sie können, falls aktiviert, weiterhin Benachrichtigungen über Zuckerschwankungen erhalten, wenn Ihr Gerät stummgeschaltet oder die Funktion **Nicht stören** aktiviert ist.
- Tippen Sie auf **Mehr > CGM-Einstellungen > Alarme** und aktivieren Sie die kritischen Hinweise. Gewähren Sie der mySugr App über Ihre Telefoneinstellungen Zugriff, damit Sie benachrichtigt werden, wenn bei Ihren Zuckerwerten Handlungsbedarf besteht.



Was bei der Verwendung der Vorhersagefunktionen zu beachten ist



Ihre tatsächlichen Zuckerwerte können von den vorhergesagten Werten abweichen.



Die mySugr App trifft ihre Vorhersagen anhand des vorangegangenen Verlaufs Ihres Zuckerspiegels sowie Ihrer eingegebenen Kohlenhydrataufnahmen und Insulingaben.

Folgendes wird **nicht** berücksichtigt:

Aktionen, die Sie für die Zukunft geplant haben

- Mahlzeiten
- Insulininjektionen
- körperliche Aktivität

Faktoren, die sich verzögert auf den Zuckerspiegel auswirken

- fett- und proteinreiche Nahrung
- Alkoholkonsum

Andere externe Faktoren, die Einfluss auf Ihre Zuckerwerte haben

- Medikation
- Stress
- Krankheit



Im Tagebuch dokumentierte Kohlenhydrataufnahmen und Insulingaben werden in die Vorhersagen einbezogen.

- Vorhersagen, die direkt nach einer Mahlzeit oder einer Insulininjektion getroffen werden, sind möglicherweise weniger genau, wenn die zugehörigen Daten nicht dokumentiert wurden. Die Vorhersagen werden aktualisiert, sobald sich die Wirkung des nicht dokumentierten Ereignisses auf Ihren Zuckerspiegel bemerkbar macht. Wird ein Ereignis dokumentiert, benötigt die App mindestens 20 Minuten, um den neuen Eintrag zu analysieren und das Risiko neu zu berechnen. (Weitere Informationen zum Tagebuch finden Sie auf Seite 15.)



Einige Vorhersagefunktionen sind in den folgenden Situationen möglicherweise vorübergehend nicht verfügbar:

- **Sie haben gerade Kohlenhydrataufnahmen oder Insulingaben im Tagebuch eingetragen**

Die Vorhersagefunktionen sind 20 Minuten lang nicht verfügbar, nachdem Sie Kohlenhydrate (Vorhersage für niedrigen Glukosewert) bzw. Kohlenhydrate und/oder Insulingaben (Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung) manuell oder automatisch durch den Bolusrechner dokumentiert haben. Dies gibt der App Zeit, um die Vorhersage gemäß Ihren Angaben zu aktualisieren. In der Regel wirken sich Kohlenhydrate frühestens 20 Minuten nach dem Verzehr auf den Zuckerspiegel aus.

- **Ihr Zuckerwert ist niedrig (tatsächlich oder laut Vorhersage bald unter 70 mg/dL (3,9 mmol/L) oder unter dem Grenzwert für den Alarm für niedrige Glukosewerte)**

Die mySugr App gibt keine Vorhersagen aus, wenn sich Ihre Zuckerwerte unterhalb 70 mg/dl (3,9 mmol/L) befinden, da sich Ihre Zuckerwerte durch die Kohlenhydrataufnahme schnell ändern. Die Alarmfunktionen sind davon unberührt. In der mySugr App werden Sie auf das Risiko eines niedrigen Zuckerwerts hingewiesen und können Ihre aktuellen Zuckerwerte jederzeit im Blick behalten.

- **Es besteht keine Internetverbindung oder es erfolgt keine Übertragung vom Sensor an die App**

Alle Vorhersagefunktionen stehen nur dann zur Verfügung, wenn das Smartphone über eine aktive Internetverbindung verfügt. Das bedeutet, dass diese Funktionen im Flugmodus nicht abrufbar sind. Wenn die Übertragung der CGM-Daten oder die Kommunikation mit der mySugr App unterbrochen wird, sind möglicherweise keine Vorhersagen verfügbar.

Was ist der Unterschied zwischen Vorhersagen und Glukosealarmen?

Die Vorhersagen zeigen den voraussichtlichen Verlauf Ihres Zuckerspiegels und informieren über potenziell bevorstehende hohe oder niedrige Werte. Die Glukosealarme warnen Sie, wenn Ihre Zuckerwerte tatsächlich die festgelegten Grenzwerte über- oder unterschreiten.

Glukosevorhersagen

Die mySugr App zeigt Vorhersagen Ihrer zukünftigen Zuckerwerte. Damit werden Sie im Vorfeld informiert und können vorausschauend Maßnahmen ergreifen, um potenzielle Schwankungen des Zuckerspiegels zu verhindern, bevor sie auftreten.⁴



Bald niedriger Wert

vor 5 Min.

Zwischen 12:00 und 12:30 fällt dein Wert vielleicht unter 70 mg/dL.

Es gibt 3 verschiedene Glukosevorhersagen:

- **Glukosevorhersage**, die Ihren voraussichtlichen Zuckerspiegel für die nächsten 2 Stunden anzeigt.
- **Vorhersage für niedrigen Glukosewert**, die Sie benachrichtigt, wenn innerhalb der nächsten 30 Minuten der voreingestellte Grenzwert für niedrige Glukose erreicht werden könnte.
- **Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung**, die Ihr Risiko für niedrige Zuckerwerte in der Nacht angibt.

Mithilfe der Vorhersagen können Sie

- ✓ sich auf Änderungen Ihres Zuckerspiegels vorbereiten
- ✓ Schwankungen vermeiden, bevor sie auftreten⁴
- ✓ lernen, wie Sie zukünftige hohe oder niedrige Zuckerwerte vermeiden können

Glukosealarme

Die mySugr App benachrichtigt Sie, wenn Ihr aktueller Zuckerwert zu hoch oder zu niedrig ist, sodass Sie geeignete Maßnahmen ergreifen können, um ihn zu stabilisieren.

Die Alarmgrenzwerte können in der App eingestellt und aktiviert werden. Die App fordert Sie auf, Maßnahmen zu ergreifen, wenn Ihr aktueller Zuckerwert tatsächlich einen der definierten Grenzwerte erreicht.



Sehr niedriger Glukosewert erkannt



Nimm sofort schnell wirkende Kohlenhydrate zu dir gemäß den Empfehlungen deines medizinischen Fachpersonals.

> Alles klar

Es gibt 3 verschiedene Glukosealarme:

- **Alarm für sehr hohe Glukosewerte**, der auf einen Wert zwischen 140 und 400 mg/dL (7,8 und 22,2 mmol/L) eingestellt werden kann.
- **Alarm für niedrige Glukosewerte**, der auf einen Wert zwischen 60 und 140 mg/dL (3,3 und 7,8 mmol/L) eingestellt werden kann.
- **Alarm für sehr niedrige Glukosewerte**, der auf 54 mg/dL (3,0 mmol/L) eingestellt ist und nicht geändert werden kann.

Bitte beachten Sie, dass Grenzwerte für Glukosealarme außerhalb des persönlichen Zielbereichs liegen müssen.

Mithilfe der Alarme können Sie

- ✓ auf Änderungen Ihres Zuckerspiegels reagieren
- ✓ Ihren Zuckerspiegel stabilisieren
- ✓ zu Ihrem Zielbereich zurückkehren



1.

Wichtige Funktionen:

Glukosevorhersage

Die Glukosevorhersage zeigt Ihnen, wie sich Ihr Zuckerspiegel in den nächsten zwei Stunden voraussichtlich entwickeln wird und hilft Ihnen dabei zu lernen, wie Sie hohe oder niedrige Werte vermeiden können.⁴

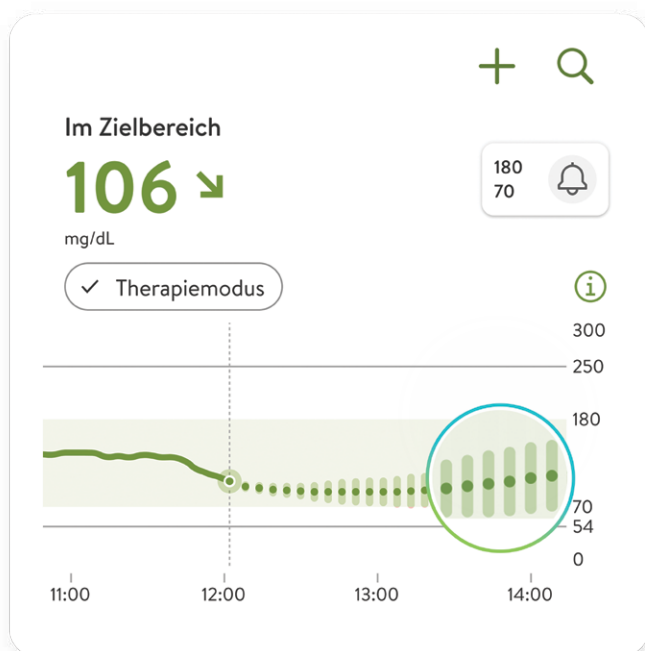
Die Vorhersage wird auf dem Startbildschirm der mySugr App angezeigt und gibt an, wie wahrscheinlich es ist, dass sich Ihre Zuckerwerte weiterhin im Zielbereich befinden oder dieser unter- bzw. überschritten wird. Sie basiert auf Ihren CGM-Werten, den Kohlenhydrat- und Insulindaten aus Ihrem Tagebuch sowie der Tageszeit.



Sie benötigen:

- CGM-Daten von **mindestens einer Stunde**
- Ein Gerät mit Internetverbindung
- Einen aktuellen Zuckerwert von über 70 mg/dL (3,9 mmol/L)

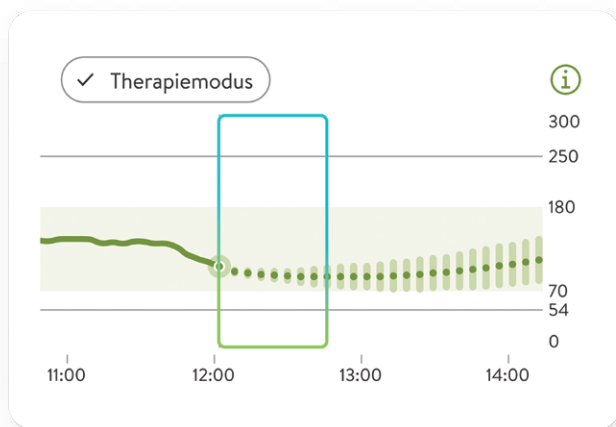
So interpretieren Sie die Grafik



- Der **große Punkt** in der Grafik und der **Wert oberhalb der Grafik** geben beide Ihren aktuellen Zuckerwert an.
- **Links neben dem Punkt** werden Ihre gemessenen Werte der letzten 60 Minuten in Form einer durchgängigen Linie angezeigt.
- Die gepunktete Linie **rechts neben dem Punkt** stellt die bestmögliche Prognose der voraussichtlichen Werte dar. Die senkrechten grauen Balken entlang der gepunkteten Linie geben den Grad der Unschärfe an. Wie bei allen Vorhersagen nimmt die Unschärfe des vorhergesagten Zuckerwertes zu, je weiter er in der Zukunft liegt. Der Grad der Unschärfe wird durch die Länge der grauen Balken dargestellt – je länger der Balken, desto größer die Unschärfe.
Ihre tatsächlichen Zuckerwerte können aber auch außerhalb dieser Balken liegen.
- **Grüne Werte** liegen in Ihrem Zielbereich, während Abweichungen nach oben gelb/orange und Abweichungen nach unten rot/dunkelrot angezeigt werden.

- Orange = sehr hoch
- Gelb = hoch
- Grün = im Zielbereich
- Rot = niedrig
- Dunkelrot = sehr niedrig

Wie Sie auf die Vorhersagen reagieren sollten



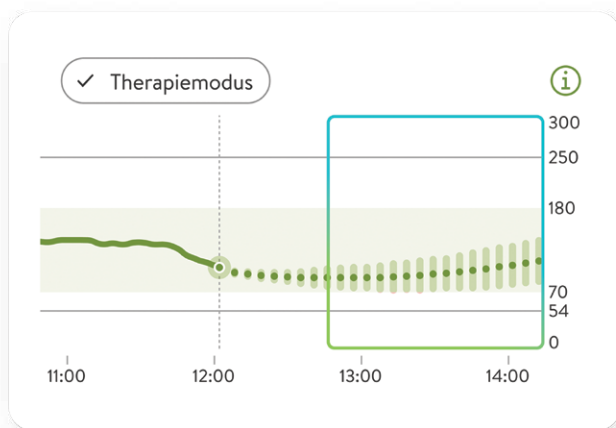
! Genauigkeit: Hoch

Vorhersagen für die nächsten 45 Minuten

Sie können Maßnahmen ergreifen. Wägen Sie jedoch ab, ob Sie sofort reagieren oder noch abwarten sollten. Der richtige Zeitpunkt richtet sich nach:

- der Zeit, für die hohe oder niedrige Werte vorhergesagt wird
- der Art der Maßnahme, die Sie ergreifen möchten.

So können zum Beispiel die Injektion von kurzwirksamem Insulin oder der Verzehr von schnell resorbierbaren Kohlenhydraten Ihren Zuckerspiegel innerhalb von 20 Minuten ändern. Im Gegensatz dazu kann die Wirkung von langsam resorbierbaren Kohlenhydraten (z. B. in einer ausgewogenen Mahlzeit mit Fett und Protein) verzögert sein.



! Genauigkeit: Mittel

Vorhersagen für einen längeren Zeitraum als 45 Minuten

Es ist keine sofortige Aktion erforderlich. Diese Vorhersagen weisen Sie auf mögliche Abweichungen in der Zukunft hin und informieren Sie über Ihren voraussichtlichen Zuckerspiegel.

Da die Vorhersage basierend auf Ihren CGM-Werten alle 5 Minuten aktualisiert wird, sollten Sie die Situation im Auge behalten und für später gegebenenfalls Kohlenhydrate oder Insulin bereithalten.

Wichtige Informationen



In einigen Situationen ist diese Funktion ggf. nicht sehr aussagekräftig oder nicht verfügbar

Die mySugr App kann ihre Vorhersagen nur anhand der gesammelten Daten treffen – es gibt einige Faktoren, die nicht berücksichtigt werden können. **Informationen dazu, was bei der Verwendung der Vorhersagen zu beachten ist, finden Sie auf Seite 20.**



Schwankungen des Zuckerspiegels können die Vorhersage beeinträchtigen

Die Vorhersage ist weniger genau, wenn Ihre Zuckerwerte vor der Vorhersage starke Schwankungen aufwiesen. Starke Schwankungen liegen vor, wenn Ihre Zuckerwerte innerhalb kürzester Zeit stark ansteigen und dann wieder sinken.

Was ist der Unterschied zwischen Trendpfeilen und Vorhersagen?



Trendpfeil

Der Trendpfeil wird auf dem **Startbildschirm** der mySugr App neben dem aktuellen Zuckerwert angezeigt.

Der Pfeil zeigt an, in welche Richtung sich Ihr Zuckerwert grundsätzlich entwickeln könnte, wobei die neuesten CGM-Werte als Grundlage dienen. Der Pfeil zeigt an, ob Ihre Zuckerwerte:

- ↑ schnell steigen
- ↘ langsam sinken
- ↗ langsam steigen
- ↓ schnell sinken
- stabil sind

Mithilfe des Trendpfeils können Sie:

- ✓ Ihren aktuellen Zuckerwert nachvollziehen
- ✓ den aktuellen Trend Ihrer Zuckerwerte erfahren
- ✓ auf die voraussichtliche Entwicklung der Zuckerwerte reagieren



Glukosevorhersage

Die Grafik mit der Glukosevorhersage wird auf dem **Startbildschirm** der mySugr App angezeigt.

Die Grafik prognostiziert Ihre Zuckerwerte für die nächsten 2 Stunden, wobei Ihre CGM-Werte, Ihre Tagebuchdaten und die Tageszeit als Grundlage dienen. Sie liefert detaillierte Angaben zur voraussichtlichen Entwicklung Ihrer Zuckerwerte und hilft Ihnen so, hohe oder niedrige Werte zu vermeiden.⁴

Mithilfe der Vorhersagegrafik können Sie:

- ✓ Ihre zukünftigen Zuckerwerte nachvollziehen
- ✓ erkennen, wann hohe oder niedrige Werte voraussichtlich auftreten können
- ✓ Abweichungen des Zuckerspiegels verhindern und entsprechende Maßnahmen planen

⁶ Die Länge des Balkens dient nur zu Illustrationszwecken.

⁴ Glatzer T, Ehrmann D, Gehr B, et al. Clinical Usage and Potential Benefits of a Continuous Glucose Monitoring Predict App. J Diabetes Sci Technol. 2024;18(5):1009-1013. doi:10.1177/19322968241268353



Wie Anna sich mithilfe der Glukosevorhersage auf ihre Reise vorbereitet

Beispiel aus dem Alltag

Anna hat bereits seit einigen Jahren Diabetes. Sie spritzt mehrmals täglich Insulin, um ihren Zuckerspiegel im Zielbereich zu halten.

Heute besucht sie ihren Bruder, der zwei Stunden entfernt wohnt. Lange Autofahrten sind für Anna oft eine Belastung, weil sie sich Sorgen über eine mögliche Unterzuckerung während der Fahrt macht. Zwei Stunden vor dem Start ihrer Reise hat Anna gefrühstückt und Insulin gespritzt.

Annas Ziele:

- ✓ Wissen, in welche Richtung sich ihre Zuckerwerte bewegen
- ✓ Über ihren Zuckerspiegel auf dem Laufenden bleiben
- ✓ Unterzuckerung vermeiden

1 Vorbereitung mit der 2-Stunden-Glukosevorhersage

Anna überprüft mithilfe der Glukosevorhersage ihre voraussichtlichen Zuckerwerte der nächsten 2 Stunden. Ihre Zuckerwerte liegen derzeit über ihrem Zielbereich und ihre Vorhersagewerte sind ebenfalls leicht erhöht.

Da ihre letzte Insulininjektion erst 2 Stunden zurückliegt, wäre es zu früh, die Werte zu korrigieren. Eine weitere Injektion könnte sich mit der letzten überschneiden und das Risiko für einen niedrigen Zuckerwert erhöhen. Anna nimmt ihren Insulinpen mit und überprüft ihre Zuckerwerte erneut, wenn sie bei ihrem Bruder angekommen ist, um gegebenenfalls zu korrigieren.

2 Den Zuckerspiegel im Blick

Anna vergewissert sich, dass in der mySugr App die Benachrichtigungen aktiviert sind. Auch wenn es unwahrscheinlich ist, dass während ihrer Fahrt eine Unterzuckerung eintreten wird, würde die Vorhersage für für niedrige Glukosewerte sie warnen, wenn innerhalb der nächsten 30 Minuten der voreingestellte Wert für niedrige Glukose erreicht werden könnte.

Und wenn ihr Zuckerspiegel tatsächlich unter den Grenzwert sinken würde, würde sie durch einen Alarm für niedrige Glukosewerte aus der mySugr App darüber informiert.

3 Antritt der Fahrt mit einem Gefühl der Sicherheit

Anna hat für alle Fälle immer einen Müsliriegel und Traubenzucker dabei. Sie befestigt ihr Smartphone in der Halterung, damit sie die Benachrichtigungen auch während der Fahrt hört und bei Bedarf anhalten kann, um die App aufzurufen.

Anna kann ihre Fahrt nun entspannt antreten, denn sie ist gut vorbereitet und bleibt über ihren Zuckerspiegel auf dem Laufenden.

2.

Wichtige Funktionen:

Vorhersage für niedrigen Glukosewert

Fühlen Sie sich einfach beruhigt dank der Vorhersage für niedrige Glukosewerte. Die Funktion informiert Sie, wenn innerhalb der nächsten 30 Minuten der voreingestellte Wert für niedrige Glukose erreicht werden könnte.

Diese Vorhersage basiert auf Ihren letzten CGM-Werten und -Trends sowie den Kohlenhydrataufnahmen, die Sie im Tagebuch dokumentiert haben.



Sie benötigen:

- CGM-Daten von **mindestens 10 Minuten**
- Ein Smartphone mit Internetverbindung
- Aktivierte Benachrichtigungen, auch im Nicht-stören-Modus



Bald niedriger Wert

vor 5 Min.

Zwischen 12:00 und 12:30 fällt dein Wert vielleicht unter 70 mg/dL.



Wie Sie auf die Vorhersage reagieren sollten

Es wird eine Push-Benachrichtigung gesendet, wenn der voreingestellte niedrige Glukosewert in den nächsten 30 Minuten erreicht werden könnte. Der Grenzwert für diese Benachrichtigung kann zwischen 60 und 100 mg/dL (3,3–5,6 mmol/L) liegen und richtet sich nach dem eingestellten Grenzwert für den Alarm für niedrige Glukosewerte.⁷

- Die Benachrichtigung dient dazu, dass Sie rechtzeitig Maßnahmen ergreifen können. Reagieren Sie in dieser Situation sofort und entscheiden Sie, ob und wie viele Kohlenhydrate Sie zu sich nehmen sollten.
- Diese Funktion ist standardmäßig aktiviert, kann aber unter **Mehr – CGM-Einstellungen – Alarmer** ausgeschaltet werden.
- Wenn Sie auf die Benachrichtigung tippen, erhalten Sie weitere Informationen und Vorschläge für geeignete Maßnahmen.

Wenn Sie beim Autofahren die Benachrichtigung **Bald niedriger Wert** erhalten, sollten Sie so schnell wie möglich anhalten und kontrollieren, ob Sie Kohlenhydrate zu sich nehmen müssen.



Sofortiges Handeln kann dazu beitragen, eine Unterzuckerung zu verhindern oder ihre Dauer und Tiefe zu reduzieren.⁴

Wichtige Informationen



In einigen Situationen ist diese Funktion ggf. nicht sehr aussagekräftig oder nicht verfügbar.

Die mySugr App kann ihre Vorhersagen nur anhand der gesammelten Daten treffen – es gibt einige Faktoren, die nicht berücksichtigt werden können. **Informationen dazu, was bei der Verwendung dext Vorhersagen zu beachten ist, finden Sie auf Seite 20.**



Die Vorhersage für niedrigen Glukosewert sollte nicht für die Nacht genutzt werden.

Wenn Sie schlafen, sehen bzw. hören Sie die Benachrichtigung möglicherweise nicht. Verwenden Sie stattdessen die **Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung** und ergreifen Sie vor dem Schlafengehen geeignete Maßnahmen. In der mySugr App kann auch ein **Alarm für niedrige Glukosewerte** aktiviert werden.

⁷ Bitte beachten Sie, dass Grenzwerte für Glukosealarme außerhalb des persönlichen Zielbereichs liegen müssen.

⁴ Glatzer T, Ehrmann D, Gehr B, et al. Clinical Usage and Potential Benefits of a Continuous Glucose Monitoring Predict App. J Diabetes Sci Technol. 2024;18(5):1009-1013. doi:10.1177/19322968241268353



So nutzt Monica beim Walking die Vorhersage für niedrigen Glukosewert

Beispiel aus dem Alltag

Monica hat seit einigen Jahren Diabetes. Obwohl sie mehrmals täglich Insulin spritzt, liegt ihr Zuckerspiegel häufig über dem empfohlenen Zielbereich.

Monicas Arzt hat ihr erklärt, dass sich der Zuckerspiegel durch körperliche Aktivität senken lässt. Sie hat Nordic Walking für sich entdeckt, aber ihr Zuckerwert fällt manchmal unter 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Daher muss sie ab und zu Pausen machen, sich hinsetzen, etwas essen und abwarten, bis es ihr wieder besser geht.

Monicas Ziele:

- ✓ Mehr Bewegung
- ✓ Senkung ihres HbA1c-Spiegels
- ✓ Reduzierung des Unterzuckerungsrisikos

1

Vorbereitung mit der 30-Minuten-Vorhersage für niedrigen Glukosewert

Monica möchte ihren Zuckerspiegel kontrollieren, bevor sie losgeht. Sie sieht sich die aktuellen Werte in der mySugr App an und lässt sich ihre zukünftigen Werte anzeigen.

Ihr Zuckerwert soll laut Vorhersage voraussichtlich im Zielbereich bleiben, also bricht sie auf. Obwohl die potenzielle Abnahme ihres Zuckerwerts durch das Walking nicht in die Vorhersage einbezogen wurde, weiß Monica, dass sie von der Vorhersage für niedrigen Glukosewert informiert wird, wenn innerhalb der nächsten 30 Minuten das Erreichen des voreingestellten Werts für niedrige Glukose wahrscheinlich ist.

2

Einstellen von Benachrichtigungen, um auf dem Laufenden zu bleiben

Obwohl Monica nicht absehen kann, wie stark ihr Zuckerwert während der Aktivität sinken wird, **weiß sie, dass die mySugr App ihren Zuckerspiegel überwacht und sie bei jeder Änderung informieren wird.**

Die Vorhersage für niedrigen Glukosewert ist aktiviert und wird Monica informieren, wenn das Erreichen des Werts für niedrige Glukose wahrscheinlich ist. Sie muss nur sicherstellen, dass sie unterwegs Benachrichtigungen sehen, hören oder fühlen kann.

3

Den Zuckerspiegel auch beim Walking besser unter Kontrolle haben

Wenn Monica eine Benachrichtigung erhält, kann sie eine Pause machen und ihre aktuellen Werte in der mySugr App überprüfen. Sie hat immer Traubenzucker und einen Müsliriegel dabei, falls ein niedriger Zuckerwert vorhergesagt wird und sie ihren Zuckerspiegel stabilisieren muss.

Monica hat nach eigenem Empfinden ihren Diabetes besser unter Kontrolle und weiß, dass sie ihren Zuckerspiegel auch dann anpassen kann, wenn sie mehr Bewegung in ihren Alltag integriert.

3.

Wichtige Funktionen:

Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung

Genießen Sie eine entspannte Nachtruhe mit der Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung, die Ihr Risiko für eine nächtliche Unterzuckerung anzeigt und Ihnen vorbeugende Maßnahmen vorschlägt.

Die Vorhersage basiert auf Ihren Zuckerwerten und -trends, früheren nächtlichen Unterzuckerungen sowie den Insulineinträgen in Ihrem Tagebuch.



Sie benötigen:

- CGM-Daten von **mindestens 24 Stunden**
- Ein Smartphone mit Internetverbindung
- Aktivierte Benachrichtigungen
- Einen aktuellen Zuckerwert von über 70 mg/dL (3,9 mmol/L)

Vorhersage für nächtliche Unt... Jetzt

Sehr hohes Risiko, dass 70 mg/dL zwischen 22:30 und 02:00 unterschritten wird.



Wie die Vorhersage zu verwenden ist

Zwischen 21 und 2 Uhr wird auf dem Startbildschirm der mySugr App Ihr Risiko für niedrige Zuckerwerte für 7 Stunden der Nacht angezeigt. Für diese Funktion gelten Zuckerwerte unter 70 mg/dL (3,9 mmol/L) als niedrig.

- **Sie können die Vorhersage zwischen 21 und 2 Uhr aktiv überprüfen.**

Wenn das Risiko von niedrigen Zuckerwerten für die frühen Nachtstunden (ersten 3,5 Stunden) und die späten Nachtstunden (letzten 3,5 Stunden) unterschiedlich hoch ist, wird in der Vorhersage das Zeitfenster mit einem hohen Risiko besonders gekennzeichnet. Die Vorhersage für die erste Hälfte der Nacht ist präziser, da es leichter ist, kurzfristig zuverlässige Vorhersagen zu treffen als langfristig.

- **Sie können alle 20 Minuten eine aktualisierte Vorhersage anfordern**

Wenn Ihre letzte Kohlenhydrataufnahme und Insulingabe weniger als 20 Minuten zurückliegt und sie diese nicht dokumentiert haben, ist die Aktualisierung weniger genau. In Ihrem Tagebuch dokumentierte Aufnahmen führen dazu, dass die Funktion für die nächsten 20 Minuten nicht verfügbar ist, solange die Vorhersage aktualisiert wird.

- **Sie können eine automatische Benachrichtigung für Nächte mit hohem und sehr hohem Risiko einrichten**

Die Benachrichtigung informiert Sie, wenn während der Nacht ein hohes oder sehr hohes Risiko für niedrige Zuckerwerte besteht. Wählen Sie einfach Ihre normale Schlafenszeit in der Woche aus, damit auf Ihrem Sperrbildschirm zwischen 21 und 2 Uhr eine Erinnerung angezeigt wird, sofern Benachrichtigungen aktiviert sind.

Wie Sie auf die Vorhersagen reagieren sollten

Es gibt 3 unterschiedliche Risikostufen, die farblich gekennzeichnet sind.



Normales Risiko

Grün: durchschnittliches Risiko⁸ für niedrige Zuckerwerte

Ein normales Risiko bedeutet, dass in der Nacht ein durchschnittliches Risiko für niedrige Zuckerwerte besteht. In diesem Fall erhalten Sie von der App keine Benachrichtigung und Sie können sich wie üblich auf Ihre Schlafenszeit vorbereiten.



Hohes bzw. sehr hohes Risiko

Gelb: überdurchschnittlich hohes Risiko⁸ für niedrige Zuckerwerte

Rot: sehr hohes Risiko für niedrige Zuckerwerte

Ein hohes bzw. sehr hohes Risiko bedeutet, dass Sie entscheiden können, ob Sie langsam resorbierbare Kohlenhydrate in einer protein- und fettreichen Mahlzeit vor dem Zubettgehen zu sich nehmen. Auch die Reduktion Ihres Basalinsulins/Ihrer Basalrate kann unter Umständen sinnvoll sein.



Ihre Entscheidung hängt von Ihrer Diabetestherapie, persönlichen Erfahrungen und der Tatsache ab, ob die niedrigen Zuckerwerte für die ersten oder die letzten 3,5 Stunden der Nacht vorhergesagt wurden. Wenn Sie sich nicht sicher sind, besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, welches Vorgehen am besten geeignet ist.



Denken Sie daran, den Alarm für sehr niedrige Glukosewerte in der mySugr App auch für die Nacht zu aktivieren.

Wichtige Informationen



In einigen Situationen ist diese Funktion ggf. weniger aussagekräftig oder nicht verfügbar

Die mySugr App kann ihre Vorhersagen nur anhand der gesammelten Daten treffen – es gibt einige Faktoren, die nicht berücksichtigt werden können. **Informationen dazu, was bei der Verwendung der Vorhersagen zu beachten ist, finden Sie auf Seite 20.**



Ihr Abendessen wirkt sich eventuell auf Ihren Zuckerspiegel aus

Wenn Sie kurz nach einem späten Abendessen und einer Bolusinsulininjektion eine Vorhersage für die Nacht anfordern, ist das Ergebnis ungenau. Zudem wird ein sehr fett- und proteinreiches Abendessen nicht in die Vorhersage einbezogen, da dies Ihren Zuckerspiegel ggf. einige Stunden später erhöhen wird.

⁸ Beobachtetes Durchschnittsrisiko einer Unterzuckerung bei den Teilnehmern der Studie, die zum Trainieren des Algorithmus für die Vorhersage für eine nächtliche Unterzuckerung verwendet wurde.

Wie Paul dank der Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung beruhigter schlafen kann

Beispiel aus dem Alltag

Paul hat seit über 10 Jahren Diabetes und setzt ein kurzwirksames und ein langwirksames Insulinanalogon zur Behandlung ein.

Er hat Angst vor niedrigen Zuckerwerten, insbesondere nachts, da er damit schon in der Vergangenheit Probleme hatte.

Sein Arzt empfahl ihm bei seinem letzten Termin, niedrige Zuckerwerte so gut wie möglich zu vermeiden.

Pauls Ziele:

- ✓ Vermeidung von nächtlichen Unterzuckerungen
- ✓ Reduzierung von Schlafstörungen
- ✓ Werte, die länger im Zielbereich bleiben

1 Vorbereitung mit der 7-Stunden-Vorhersage für das nächtliche Unterzuckerungsrisiko

Bevor Paul schlafen geht, kontrolliert er in der Regel seinen Zuckerwert und spritzt langwirksames Insulin. Heute erhält er um 22 Uhr die **Benachrichtigung „Nächtliche Unterzuckerung vorhergesagt!“**. Dies bedeutet, dass bei ihm ein hohes Risiko für niedrige Zuckerwerte in der ersten Nachthälfte, also zwischen 22:00 und 1:30 Uhr, besteht.

2 Kontrollieren des Risikos einer Unterzuckerung vor dem Schlafengehen

Paul **tippt auf die Benachrichtigung, um weitere Informationen zu sehen**, einschließlich seines letzten Zuckerwerts und Vorschläge für proaktive Maßnahmen zur Stabilisierung. Pauls Zuckerwert liegt aktuell bei 134 mg/dL (7,4 mmol/L). Daher beschließt er, etwas zu essen, um seinen Zuckerspiegel über Nacht stabil zu halten. Ein Snack vor dem Schlafengehen sollte helfen, den vorhergesagten niedrigen Zuckerwert in den nächsten Stunden zu verhindern.

3 Erholsamer Schlaf und ein gutes Gefühl

Nachdem Paul die Vorhersage angesehen und vorausschauend Maßnahmen ergriffen hat, kann er zu **Bett gehen und in Ruhe einschlafen**.

Falls sich das hohe Risiko für niedrige Zuckerwerte während der Nacht häufig wiederholen sollte, wird er sein Diabetesteam fragen, was die möglichen Ursachen sein könnten und ob eine Reduzierung der Dosis seines langwirksamen Insulins sinnvoll wäre.



Sie können Videos aller beschriebenen Szenarien mit der Accu-Chek SmartGuide CGM-Lösung auf unserer Website ansehen. Dort finden Sie auch alle wichtigen Informationen rund um die Einrichtung und Nutzung von Accu-Chek SmartGuide. **Scannen Sie einfach diesen QR-Code!**



Glukosemuster

Diese Funktion erkennt wiederkehrende Muster in Ihren vergangenen Zuckerverläufen und zeigt mögliche Ursachen. So können Sie lernen, welche Aktivitäten möglicherweise zu hohen oder niedrigen Werten geführt haben.



Aktivieren Sie die Benachrichtigungen über das Menü!

Muster Ihrer vergangenen Zuckerwerte können Ihnen dabei helfen, Verbesserungen in Ihrem Diabetesmanagement vorzunehmen.

Ein Muster ist definiert als ein Ereignis, das häufiger als einmal innerhalb eines Tages oder einer Kalenderwoche auftritt (von Montag um 0 Uhr bis Sonntag um 23:59 Uhr). Damit die mySugr App die Muster Ihrer Zuckerwerte zuverlässig erkennen kann, benötigt sie eine ausreichende Menge an Daten aus mehreren Zuckerwerten.



Die Muster im Überblick

Wenn die mySugr App über ausreichend Daten verfügt, um Muster in Ihren Zuckerwerten zu erkennen, werden die Muster angezeigt, und Sie können auf diese tippen, um weitere Informationen zu erhalten.

Aktive Muster der letzten 24 Stunden

Die erkannten Muster für die letzten 24 Stunden werden täglich unter der Grafik auf dem Startbildschirm angezeigt. Werden keine Muster erkannt, zeigt die mySugr App eine Meldung an.

Arten von Glukosemustern

Je nach Häufigkeit des Auftretens und je nach Ursache können Muster sehr unterschiedlich aussehen. Die Muster werden anhand verschiedener Symbole und Farben dargestellt.

Muster-Symbole



Sehr niedrig



Niedrig



Sehr hoch



Hoch



Im Zielbereich

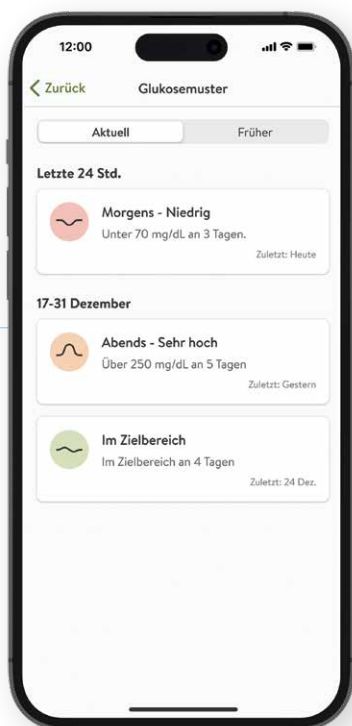


Hohe Schwankung



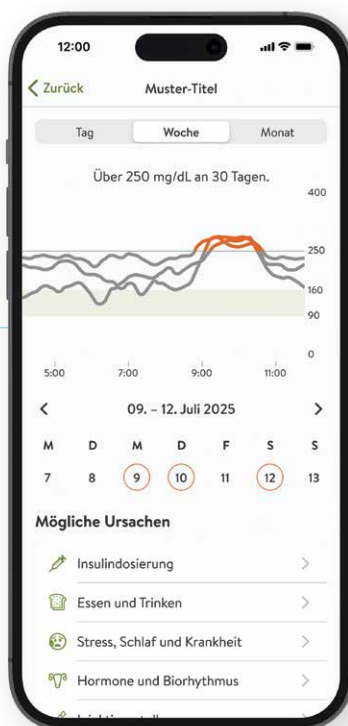
Denken Sie daran, dass Sie unter Mehr jederzeit auf die Benutzerhandbücher zugreifen können.

Anzeigen von Mustern



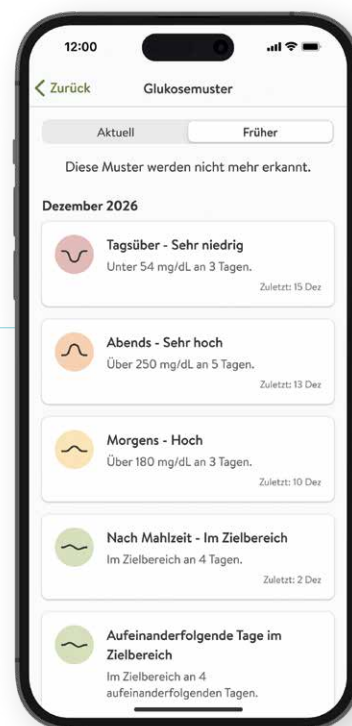
Aktuelle Muster

- Tippen Sie auf die Infobox Muster auf dem Startbildschirm, um weitere Informationen zu Ihren Mustern anzuzeigen.
- Auf der Registerkarte Aktuell werden die Muster der letzten 14 Tage angezeigt.
- Tippen Sie auf ein erkanntes Muster, um weitere Informationen anzuzeigen, z. B. die entsprechenden Einträge zu Kohlenhydraten, Insulin und Blutzucker im mySugr Tagebuch.



Muster im Detail

- Muster in Ihren Glukosedaten werden in Form einer Grafik dargestellt. Sie können die Ansicht auf **Woche** oder **Monat** umstellen.
- Die möglichen Ursachen für das Muster werden unterhalb der Grafik angezeigt.
- Tippen Sie auf die Ursachen, um Vorschläge für Änderungen anzuzeigen.



Muster im zeitlichen Verlauf

- Sie können ein Muster möglicherweise vermeiden, indem Sie Ihr Verhalten ändern.
- Tippen Sie auf **Früher**, um nicht mehr erkannte Muster anzuzeigen, beginnend mit dem Monat, der am kürzesten zurückliegt.
- Sie können alle früheren Muster sehen, die älter als 2 Wochen sind (separate Speicherung für bis zu 6 Monate).

Hinzufügen von Kontext für die Musteranalyse

- Ihre Tagebucheinträge spielen eine wichtige Rolle bei der Erkennung von Mustern. Mahlzeitabhängige Muster können beispielsweise nur erkannt werden, wenn Sie Ihre Mahlzeiten in der App protokollieren.
- Durch das Hinzufügen zusätzlicher Informationen zu Tagebucheinträgen in der mySugr App können Sie Kontext für die Musteranalyse ergänzen und die Qualität der Vorschläge verbessern.
- **Einige Muster werden eventuell nicht erkannt, wenn Daten im Tagebuch fehlen.**



Wenn die mySugr App mögliche Ursachen eines Musters ermittelt hat, werden mehrere Vorschläge angezeigt. Sie sollten **Ihr Diabetesprofil und Ihre Diabetestherapie mit Ihrem Diabetes-Team besprechen**, bevor Sie wesentliche Änderungen vornehmen.

Kontrollmessungen & Kalibrierungen

mit einem Blutzuckermessgerät bei CGM-Anwendung

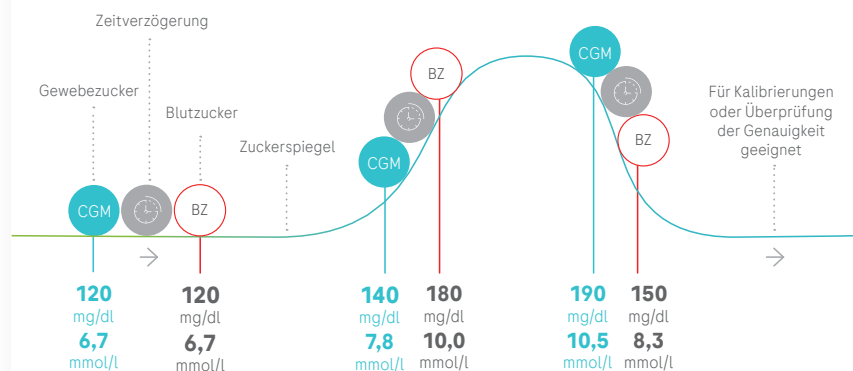
CGM-Lösungen messen den Zuckerwert im Unterhautfettgewebe. Die CGM-Messung erfolgt in Echtzeit, allerdings folgen die angezeigten Gewebezuckerwerte dem Blutzucker in Situationen mit starken Zuckerschwankungen (z.B. körperlicher Aktivität) mit einer gewissen zeitlichen Verzögerung von bis zu 20 Minuten.

Deshalb ist es wichtig, auch bei einem CGM-System auf die eigene Wahrnehmung zu achten und Kontrollmessungen durchzuführen, wenn diese nicht mit den Sensorwerten übereinstimmen.

Auf folgendes ist dabei zu achten:

- Bei Kalibrierungen oder Überprüfung der Sensorgenauigkeit auf einen horizontalen Trendpfeil (→) und eine stabile Stoffwechsellage achten
- Die Hände mit warmem Wasser und einer neutralen Seife waschen
- Die Hände gut abtrocknen und von Rückständen befreien
- Teststreifen mit gültigem Haltbarkeitsdatum verwenden
- Lanzettenwechsel nach jeder Messung

Unterschied zwischen Blutzucker und Gewebezucker



Eine gute Wahl

Blutzuckermessen mit Accu-Chek Guide und Accu-Chek Instant

Accu-Chek Guide – macht vieles leichter

- Praktische Teststreifenbox
- Beleuchteter Teststreifeneinschub
- Hygienischer Auswurfknopf

Accu-Chek Guide
unentgeltlich testen?



Accu-Chek Instant – einfach messen

- Breite Blutauftragsfläche
- Großes beleuchtetes Display
- Intuitive Farbskala

Accu-Chek Instant
unentgeltlich testen?



Haben Sie an alles gedacht?

Checkliste für die technische Einweisung

1 Accu-Chek SmartGuide Sensor

- ☐ Setzen des Sensors
- ☐ Sensortragestellen (Rückseite Oberarm)
- ☐ Aufwärmphase
- ☐ Koppeln des Sensors
- ☐ Kalibrieren
- ☐ Entfernen / Wechseln des Sensors

2 mySugr App

- ☐ Herunterladen der App
- ☐ Erstellung eines neuen Nutzerkontos (= Accu-Chek Konto) oder Anmeldung bei bestehendem Nutzerkonto
- ☐ Ersteinstellung (Diabetestyp, Maßeinheiten festlegen)
- ☐ Übersicht Startbildschirm (Aktueller CGM-Wert, Glukosegrafik, Trendpfeil, Mitteilungen)
- ☐ Therapieeinstellungen (Zielbereich, Glukosealarme)
- ☐ App-Einstellungen (Kritische Hinweise, Erinnerung Sensorablauf, Keine Verbindung)
- ☐ Grafiken (Gesamtverlauf, Zeit in Bereichen, Statistik)
- ☐ Tagebuch
- ☐ Bolusrechner (optional) mit behandelndem Praxisteam besprechen

- ☐ Benachrichtigungen (Vorhersage für niedrigen Glukosewert, Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung, Glukosemuster)
- ☐ Glukosevorhersage (2 Stunden)
- ☐ Unterschied Eingaben/Nichteingabe Mahlzeiten/Insulingaben
- ☐ Vorhersage für niedrigen Glukosewert (30 Minuten)
- ☐ Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung (7 Stunden)
- ☐ Unterschied Trendpfeile / Vorhersagen
- ☐ Glukosemuster
- ☐ Berichte exportieren: Glukosemuster, Glukoseprofil (AGP)

3 Daten mit Ihrem Diabetesteam teilen

- ☐ Freigabe-Code generieren
- ☐ Accu-Chek Konto mit E-Mail verifizieren
- ☐ Datenfreigabe für Drittanbieter erteilen

4 Fragen, Probleme, Reklamationen

- ☐ Webseite
- ☐ Accu-Chek Kundenservice

Danke für Ihr Interesse!

Nun sind Sie bereit für Accu-Chek SmartGuide.

Bei Fragen oder Problemen helfen wir Ihnen gerne jederzeit weiter.



Kontakt



Sie haben Fragen?

Ihr Accu-Chek Kundenservice ist für Sie da!

- Kontaktformular: www.accu-chek.de/kontakt
- E-Mail: smartguide.de@roche.com
- Telefon: 0800 2231123 (Mo-Fr, 08:00–18:00 Uhr)



Weitere Informationen zum Produkt finden Sie auf der Accu-Chek Website unter www.smartguide-cgm.de

Erhalten Sie von Anfang an regelmäßig E-Mails mit Tipps & Tricks für Ihren Start mit Accu-Chek SmartGuide! Einfach bei Ihrer Registrierung zur E-Mail-Kommunikation einwilligen.



Alles auf einen Blick

Hilfreiche Videos, persönliche Beratung sowie nützliche Webinare und Veranstaltungen – unser SmartService begleiten Sie Schritt für Schritt bei Ihrem Start: www.cgm-smartservice.de



ACCU-CHEK, ACCU-CHEK GUIDE, ACCU-CHEK INSTANT, ACCU-CHEK SMARTGUIDE und mySugr sind Marken von Roche. Alle anderen Produktnamen und Markenzeichen sind Eigentum ihrer jeweiligen Eigentümer. Die hier abgebildeten Bildschirme können von den tatsächlichen Bildschirmen in der App abweichen.

© 2026 Roche Diagnostics Deutschland
accu-chek.de | Roche Diagnostics Deutschland GmbH | Sandhofer Straße 116 | 68305 Mannheim