

Ihr Start mit Accu-Chek SmartGuide



Leitfaden zur Nutzung Ihrer neuen CGM-Lösung

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.mein-cgm.de finden Sie alle wichtigen Informationen sowie hilfreiche Videos rund um die Einrichtung und Anwendung von Accu-Chek SmartGuide – einfach QR-Code scannen!



Ihre Accu-Chek SmartGuide CGM-Lösung

Einfach. Vorausschauend. Ihr Wegweiser für den Diabetesalltag: Mit dem Sensor und den beiden miteinander verbundenen Apps behalten Sie Ihre aktuellen und zukünftigen Zuckerwerte* im Blick.



- Accu-Chek SmartGuide sendet Zuckerwerte kontinuierlich** an das Smartphone
- Schnelles & leichtes Setzen mit dem einfachen Applikator
- Tragedauer: maximal 14 Tage
- Aufwärmphase: 1 Stunde ab Setzen des Sensors



- Wissen, wo die Zuckerwerte stehen und in welche Richtung sie sich voraussichtlich bewegen*
- Intelligente Vorhersagen zeigen die voraussichtliche Entwicklung des Zuckerspiegels für bis zu sieben Stunden*
- Individuelle Alarme für zu hohe oder niedrige Zuckerwerte ein- oder ausschalten
- Leicht verständliche Darstellung aller relevanten Informationen für das Diabetesmanagement



Verwendung dieses Leitfadens

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

Seite

5-11

Erste Schritte

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

Seite

13-17

Wissenswertes zur Accu-Chek SmartGuide App

Lernen Sie die wichtigsten Funktionen und Vorteile der Accu-Chek SmartGuide App kennen

Seite

19-33

Wissenswertes zur Accu-Chek SmartGuide Predict App

Machen Sie sich mit den Funktionen und Vorteilen der Accu-Chek SmartGuide Predict App vertraut

* Die Accu-Chek SmartGuide Predict 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.

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

“

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

”



* Die Accu-Chek SmartGuide Predict 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.

¹ 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 6 einfachen Schritten.

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

- Schritt **1**



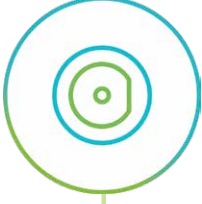
Herunterladen und Einrichten der Accu-Chek SmartGuide App

Laden Sie die App herunter und erstellen Sie ein Accu-Chek Konto bzw. melden Sie sich bei Ihrem Konto an. Der Sensor funktioniert nur mit der App. Daher ist es wichtig, dass sie installiert und eingerichtet ist.
Weitere Informationen finden Sie auf Seite 6.
- Schritt **2**



Herunterladen und Einrichten der Accu-Chek SmartGuide Predict App

Laden Sie die Predict App herunter und melden sich bei Ihrem Accu-Chek Konto an. Nach Abschluss dieses Schritts kann die Accu-Chek SmartGuide Predict App die voraussichtliche Entwicklung Ihrer Zuckerwerte anzeigen.
Weitere Informationen finden Sie auf Seite 7.
- Schritt **3**



Setzen des Accu-Chek SmartGuide Sensors

Setzen Sie den Sensor an der Rückseite Ihres Oberarms. Dank des praktischen Applikators geht dies schnell und einfach. In der App finden Sie auch eine schrittweise Anleitung für diesen Vorgang.
Weitere Informationen finden Sie auf Seite 8.
- Schritt **4**



Koppeln des Sensors mit der Accu-Chek SmartGuide App

Koppeln Sie den Sensor mit der App, sodass sie Zuckerwerte vom Sensor empfangen kann. Vergewissern Sie sich, dass auf Ihrem Gerät Bluetooth® aktiviert ist, bevor Sie den Kopplungsprozess starten.
Weitere Informationen finden Sie auf Seite 9.
- Schritt **5**



Kalibrieren des Accu-Chek SmartGuide Sensors

Kalibrieren Sie den Sensor, indem Sie Ihren Blutzucker messen und den Messwert in die App eingeben. Für diesen Schritt benötigen Sie ein Blutzuckermessgerät, z. B. Accu-Chek Guide (im Lieferumfang nicht enthalten).
Weitere Informationen finden Sie auf Seite 10.
- Schritt **6**



Entfernen und Entsorgen des Accu-Chek SmartGuide Sensors

Entfernen Sie Ihren Sensor nach der maximalen Tragedauer von 14 Tagen und entsorgen Sie ihn ordnungsgemäß. Wenn Sie eine Erinnerung für den Sensorablauf einrichten, werden Sie von der Accu-Chek SmartGuide App entsprechend benachrichtigt.
Weitere Informationen finden Sie auf Seite 11.



Schritt 1

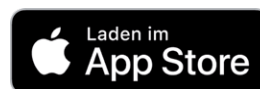
Accu-Chek SmartGuide App einrichten



Herunterladen und Einrichten der Accu-Chek SmartGuide 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.

Legen Sie dann die gewünschten Maßeinheiten für Blutzucker und Kohlenhydrate fest. Bitte beachten Sie, dass diese nachträglich nicht mehr geändert werden können.



4.

Legen Sie nun den gewünschten Zielbereich und die Alarmgrenzwerte (Schritt 4 in der App) fest.



5.

Überprüfen Sie Ihre Eingaben und erlauben Sie der App, Benachrichtigungen (z. B. Glukosealarme) zu versenden.

Jetzt Video ansehen!



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



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 die Accu-Chek SmartGuide Predict App herunterladen und einrichten.



Schritt 2

Accu-Chek SmartGuide
Predict App einrichten

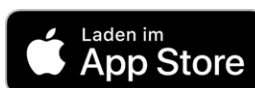


Herunterladen und Einrichten der Accu-Chek SmartGuide Predict App

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

Die Accu-Chek SmartGuide Predict App verwendet Daten aus der Accu-Chek SmartGuide App, um den voraussichtlichen Verlauf Ihrer Zuckerwerte zu zeigen. Vergewissern Sie sich, dass die Accu-Chek SmartGuide App eingerichtet ist, bevor Sie die zugehörige Predict App herunterladen.

Die Kombination beider Apps unterstützt eine optimale Nutzung der CGM-Lösung. Über die Schaltfläche auf dem Startbildschirm können Sie ganz einfach zwischen den Apps wechseln.



So laden Sie die Predict 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.



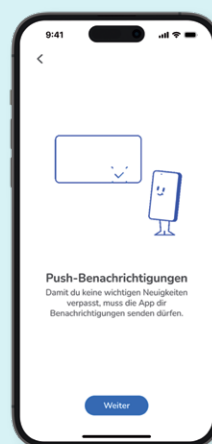
2.

Öffnen Sie die App, sehen Sie sich die Infos zu den wichtigsten Funktionen an, lesen Sie den Haftungsausschluss und tippen Sie auf **Ich habe verstanden**.



3.

Melden Sie sich bei dem selben Accu-Chek Konto an, das Sie auch für die Accu-Chek SmartGuide App verwendet haben.



4.

Aktivieren Sie die Benachrichtigungen auf Ihrem Smartphone und stellen Sie einige persönliche Angaben bereit.



5.

Die Accu-Chek SmartGuide Predict App beginnt nun mit dem Abrufen von Daten aus der Accu-Chek SmartGuide App.

Um die Apps bestmöglich nutzen zu können, ist es wichtig, die Benachrichtigungen zu aktivieren. Weitere Informationen zu den Funktionen der Accu-Chek SmartGuide Predict App finden Sie auf **Seite 19**.

Weitere Informationen



Auf www.mein-cgm.de finden Sie alle wichtigen Informationen sowie hilfreiche Videos rund um die Einrichtung und Anwendung von Accu-Chek SmartGuide – einfach QR-Code scannen!



Wenn die Predict App die benötigten Daten aus der Accu-Chek SmartGuide App abgerufen hat, können Sie die Vorhersagefunktionen nutzen.

Im nächsten Schritt erfahren Sie, wie Sie Ihren ersten Sensor setzen und aktivieren.



Schritt 3

Sensor setzen



Setzen des Accu-Chek SmartGuide Sensors

So setzen Sie den Sensor einfach und sicher

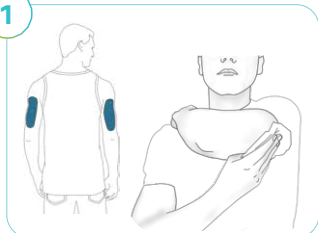
Öffnen Sie die App, in der Sie Schritt für Schritt durch den Setz-vorgang geführt werden. Tippen Sie dafür im Menü auf **CGM-Sensor verwalten**, dann auf **Neuen Sensor koppeln** und schließlich auf **Tutorial anzeigen**. Wenn Sie bereit sind, den Sensor zu setzen, tippen Sie auf **Weiter**.



Sie benötigen:

- die Accu-Chek SmartGuide 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.

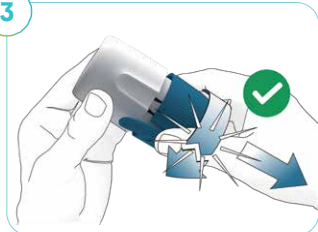
2



Klappen Sie die Lasche (A) leicht auf.

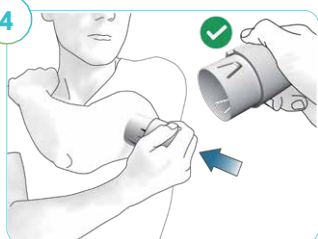
Wenn die Lasche bereits vor dem Gebrauch geöffnet wurde, entsorgen Sie das Gerät und verwenden Sie ein neues.

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.

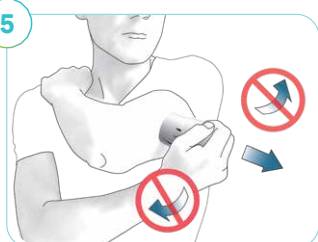
4



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.

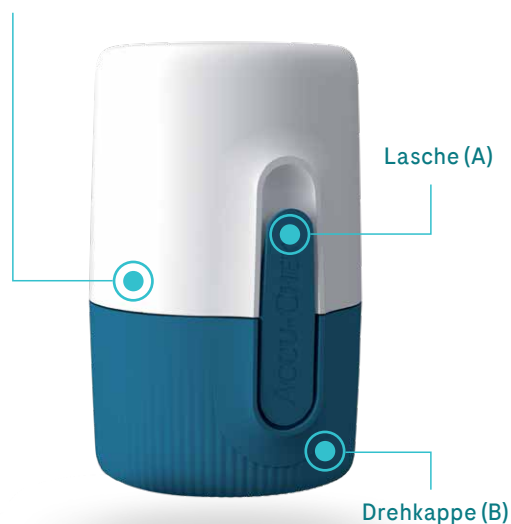
5



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 Koppeln 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 gekoppelt wird.

Jetzt Video ansehen!



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

Koppeln des Accu-Chek SmartGuide Sensors mit der Accu-Chek SmartGuide 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 koppeln. Stellen Sie sicher, dass Bluetooth® auf Ihrem Smartphone aktiviert ist und dass andere Geräte es erkennen können.

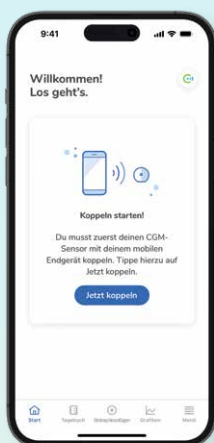
Sie benötigen die Drehkappe des Sensorapplikators, auf der sich eine **Seriennummer** und ein **6-stelliger PIN-Code** befinden, um den Kopplungsprozess abzuschließen.



Sie benötigen:

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

So wird der Sensor mit der App gekoppelt



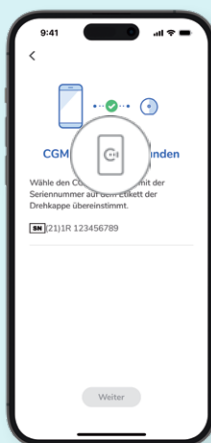
1.

Tippen Sie auf **Jetzt koppeln**, um den Prozess zu starten. Die App führt Sie Schritt für Schritt durch den Prozess.



2.

Tippen Sie auf **Suchen** 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. Suchen Sie die Seriennummer Ihres Sensors, wählen Sie Ihren Sensor aus und tippen Sie auf **Weiter**.



4.

Geben Sie den 6-stelligen PIN-Code von der Drehkappe des Sensorapplikators ein und tippen Sie auf **Koppeln**.



5.

Nach erfolgreicher Kopplung erhalten Sie Zuckerwerte und Benachrichtigungen, sobald die Aufwärmphase abgeschlossen ist.

Weitere Informationen



Auf www.mein-cgm.de finden Sie alle wichtigen Informationen sowie hilfreiche Videos rund um die Einrichtung und Anwendung von Accu-Chek SmartGuide – einfach QR-Code scannen!



Der Sensor ist jetzt mit der Accu-Chek SmartGuide 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.

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 **Verlaufmodus**. 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).

Der Sensormodus wird auf dem Startbildschirm unter dem CGM-Wert angezeigt.

Weitere Informationen



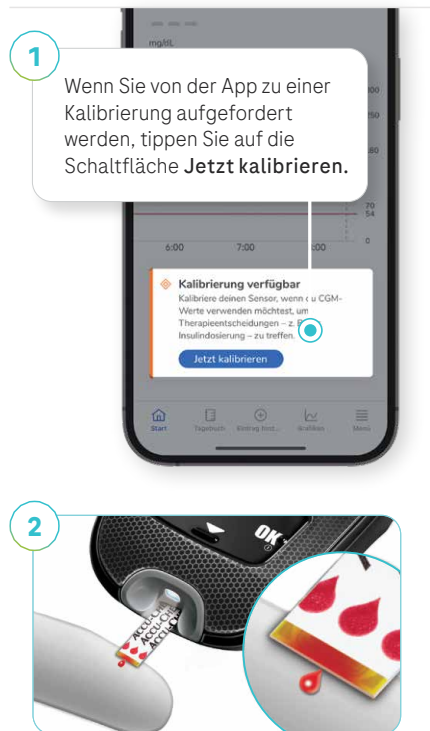
Auf www.mein-cgm.de finden Sie alle wichtigen Informationen sowie hilfreiche Videos rund um die Einrichtung und Anwendung von Accu-Chek SmartGuide – einfach QR-Code scannen!



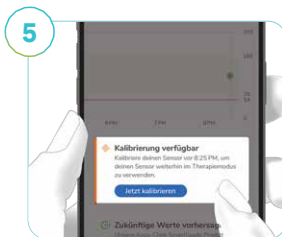
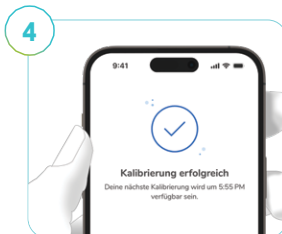
Wissenswertes zur Kalibrierung:

- Sie erhalten eine Benachrichtigung, wenn der Sensor zur Kalibrierung bereit ist
- Achten Sie auf eine Umgebung mit stabiler Temperatur (starke Sonneneinstrahlung und extreme Temperaturen vermeiden).
- Kalibrieren Sie in stabiler Stoffwechsellage, d.h. nicht direkt nach einer Mahlzeit, Insulininjektion oder körperlicher Aktivität.

So kalibrieren Sie den Sensor



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



Geben Sie Ihren Blutzuckerwert ein und tippen Sie auf **Speichern**. Vergewissern Sie sich, dass der Wert korrekt ist, da Sie ihn später nicht mehr ändern können. Tippen Sie auf **Bestätigen**, um fortzufahren, oder auf **Abbrechen**, 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.

Wenn die Kalibrierung erfolgreich war, wird eine Bestätigungsmeldung angezeigt. Tippen Sie auf **OK**, um zum Startbildschirm zu wechseln.

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

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 schnell wie möglich eine Messung vor.

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

Der Messwert muss zwischen 40 und 400 mg/dL (2,2 und 22,2 mmol/L) liegen und darf nicht älter als 3 Minuten sein, wenn Sie ihn in die App eingeben.



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.

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.



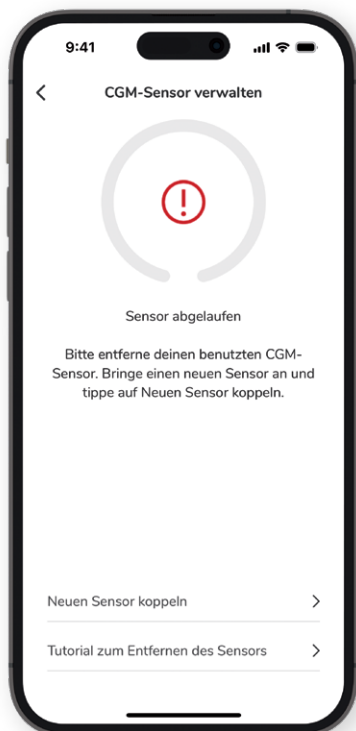
Benachrichtigungen aktivieren

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

So entfernen Sie den Sensor

1

Tippen Sie in der Accu-Chek SmartGuide App auf **Menü** und wählen Sie **CGM-Sensor verwalten**, um zu bestätigen, dass der Sensor ausgetauscht werden muss.



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 Video anschauen!



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 Apps kennen.



Entdecken Sie die Accu-Chek SmartGuide 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.

Zu den wichtigsten Funktionen gehören:



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.

Informationen auf dem Startbildschirm



Ihr aktueller Wert mit Trendpfeil

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

Sensormodus

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

Grafik für die letzten drei Stunden

In der Grafik werden Ihre zuletzt gemessenen Zuckerwerte als Verlauf in Relation zum Zielbereich dargestellt. Eine erweiterte Ansicht dieser Grafik finden Sie im Bereich **Grafiken**.

Ihre neuesten Tagebucheinträge

Im **Tagebuch** sehen Sie Ihren neuesten manuell eingegebenen Blutzuckermesswert sowie andere dokumentierte Daten.



Tagebuch



Eintrag hinzufügen

Im **Tagebuch** können Sie folgende Daten eintragen:

- mit dem Blutzuckermessgerät manuell ermittelte Messwerte
- Informationen zur Kohlenhydrataufnahme und zu Insulininjektionen sowie persönliche Notizen, um die Messwerte in einen Kontext zu setzen



Grafiken

Unter **Grafiken** sehen Sie:

- die Zeit, in der Ihre Zuckerwerte innerhalb der dargestellten Bereiche und in Ihrem persönlichen Zielbereich lagen
- eine grafische Darstellung Ihrer Daten, z. B. Glukosetrends und Statistiken



Menü

Unter **Menü** sehen Sie:

- **Therapieeinstellungen** (Grenzwerte für Glukosealarme, Zielbereich und Maßeinheiten)
- **App-Einstellungen** (Alarme, Erinnerungen und Profilinformationen)



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 Farbe des Werts und die Pfeilrichtung 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 15 Minuten)
↗	Langsam steigend	Ihr Zuckerwert steigt langsam (um 15–30 mg/dL bzw. 0,8–1,7 mmol/L in den nächsten 15 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 15 Minuten)
↓	Schnell sinkend	Ihr Zuckerwert sinkt schnell (um mehr als 30 mg/dL bzw. 1,7 mmol/L in den nächsten 15 Minuten)

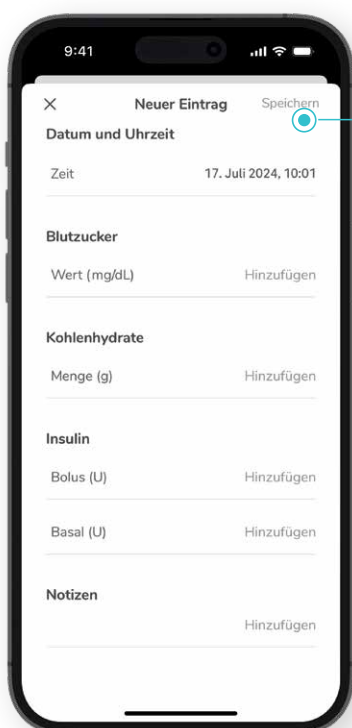
Farben

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



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.

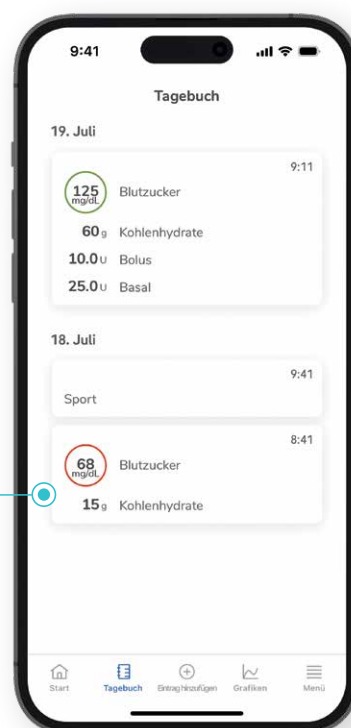


+ Neuen Eintrag hinzufügen

Tippen Sie in der Navigationsleiste unten im Startbildschirm auf **Eintrag hinzufügen**, um eine Aktivität zu dokumentieren. Befolgen Sie die Schritte zur Eingabe der erforderlichen Angaben und fügen Sie ggf. weitere Informationen im Bereich **Notizen** hinzu.

✎ Eintrag bearbeiten

Wählen Sie einen Eintrag aus, den Sie bearbeiten oder löschen möchten. Beachten Sie dabei, dass gelöschte Einträge nicht wiederhergestellt werden können.





Grafiken und Statistik

Die Accu-Chek SmartGuide App bietet einen optimalen Überblick über die Daten Ihres Sensors, damit Sie mehr über Ihren Diabetes lernen können. Tippen Sie auf das **Grafiken**-Symbol in der Navigationsleiste des Startbildschirms, um unterschiedlich aufbereitete Daten anzuzeigen:

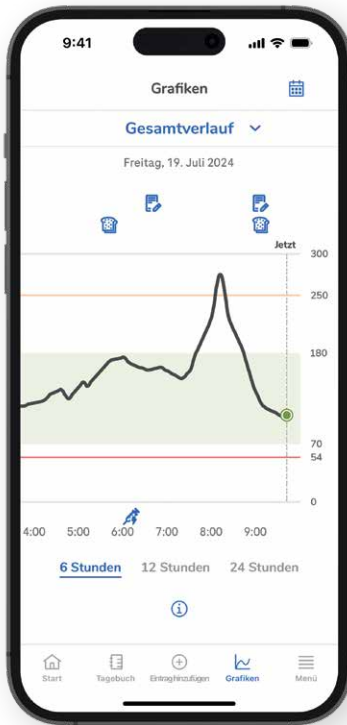
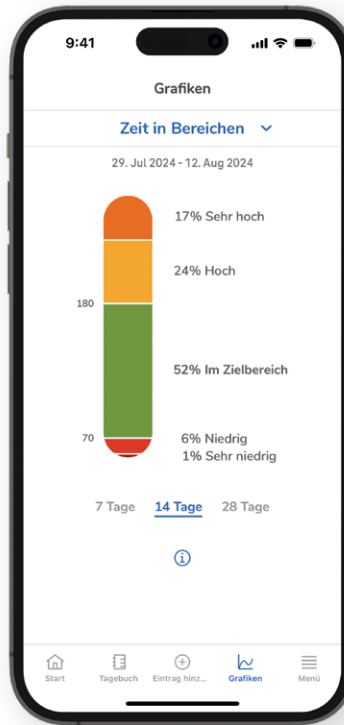


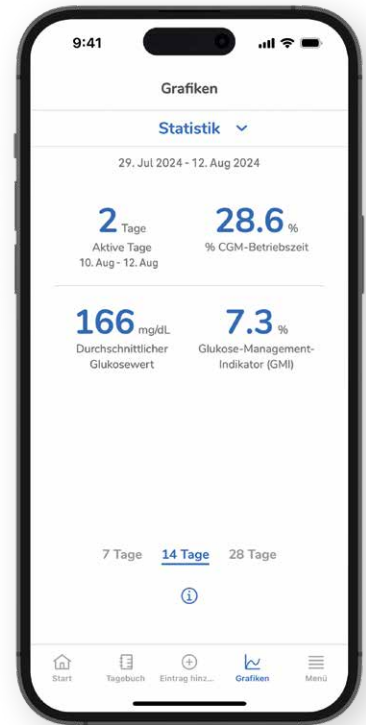
Diagramm „Gesamtverlauf“

- Hier sehen Sie eine erweiterte Version der Grafik auf dem **Startbildschirm**.
- In dieser Grafik werden Ihre Zuckerwerte der letzten 6, 12 bzw. 24 Stunden angezeigt.
- Das Diagramm kann auch Tagebucheinträge enthalten, die Kontext zu Ihren Daten liefern.



Zeit in Bereichen

- Hier sehen Sie, wie häufig Ihre Zuckerwerte in den letzten 7, 14 bzw. 28 Tagen innerhalb bestimmter Bereiche (einschließlich Ihres persönlichen Zielbereichs) lagen.
- Es wird empfohlen, möglichst lange **im grünen Bereich – Ihrem Zielbereich** – zu sein.



Statistik

- Hier werden Daten zu Ihrer CGM-Nutzung und wichtige Messdaten für die letzten 7, 14 bzw. 28 Tage angezeigt.
- Die Statistik zeigt die Betriebszeit Ihrer CGM-Lösung, Durchschnittswerte sowie den Glukose-Management-Indikator (GMI).



Wenn Sie auf das i-Symbol tippen, erhalten Sie weitere Informationen zu den angezeigten Inhalten der App sowie Hinweise zur Nutzung dieser Inhalte.

Denken Sie daran, dass Sie im Bereich „Hilfe“ des Menüs jederzeit auf die Gebrauchsanweisung zugreifen können.



Alarmer und Erinnerungen

Blieben Sie mithilfe von benutzerdefinierten Benachrichtigungen immer über Ihren Zuckerspiegel und seine Trends auf dem Laufenden. Die Accu-Chek SmartGuide 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 im Menü 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 Symbol rechts oben auf dem Startbildschirm erkennen Sie, ob Sie Benachrichtigungen erhalten oder nicht.

Es gibt 3 Versionen dieses Symbols:

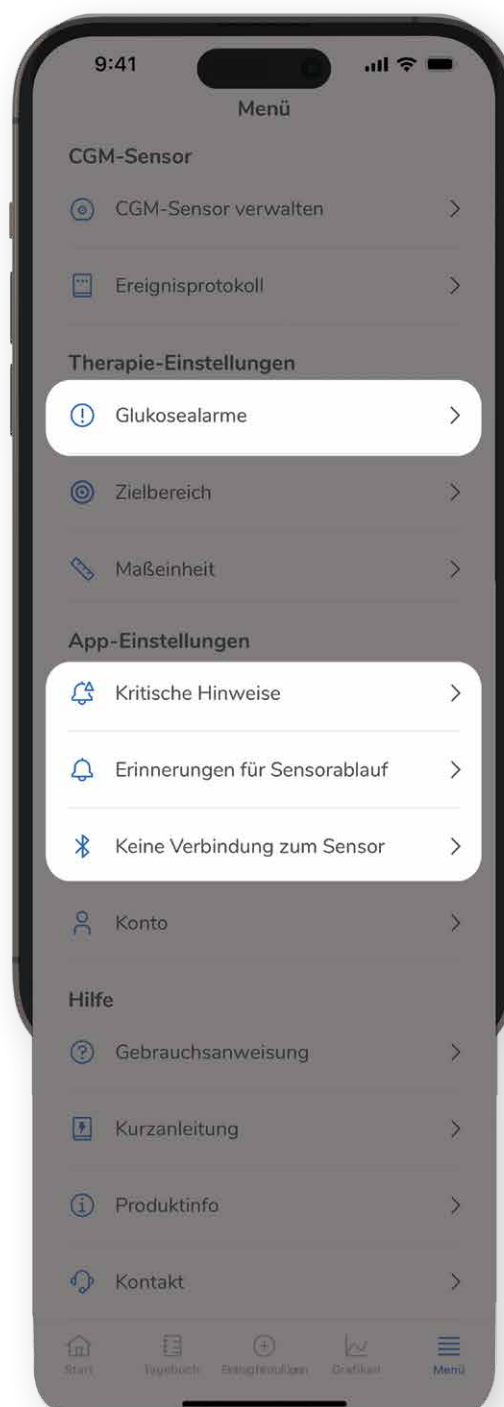
-  Kein Symbol bedeutet, dass Sie Benachrichtigungen wie vorgesehen erhalten. So soll es sein!
-  Eine durchgestrichene Glocke mit einem roten Punkt bedeutet, dass Sie keine Benachrichtigungen erhalten. Tippen Sie auf das Symbol, um mehr zu erfahren und die Einstellungen zu ändern.
-  Eine durchgestrichene Glocke ohne roten Punkt bedeutet, dass Sie bereits auf das Symbol getippt haben, um die dazugehörigen Informationen zu lesen, die Einstellung(en) aber noch nicht korrigiert haben.



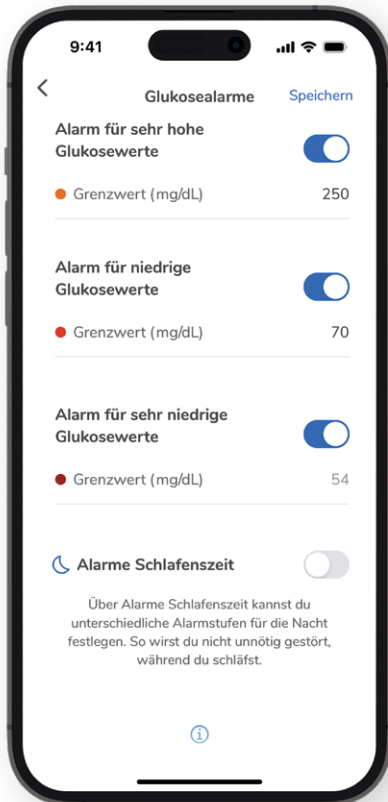
Denken Sie daran, dass Sie im Bereich „Hilfe“ des Menüs jederzeit auf die Gebrauchsanweisung zugreifen können.



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



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 Grenzwerte auswählen. Mit der Option **Alarme Schlafenszeit** können Sie Störungen in der Nacht auf ein Minimum reduzieren.



Aktivieren Sie die Benachrichtigungen
in Ihren Smartphone-Einstellungen!



Kritische Hinweise

- Erhalten Sie wichtige Alarme und Benachrichtigungen, auch wenn Ihr Smartphone im Nicht-stören-Modus oder stumm geschaltet ist.
- Tippen Sie im Menü auf **Kritische Hinweise** bzw. **Nicht stören umgehen** und aktivieren Sie diese, damit Sie jederzeit schnell auf Veränderungen Ihrer Zuckerwerte reagieren können.



Erinnerungen für Sensorablauf

- Die App kann Sie benachrichtigen, wenn Ihr Sensor in Kürze abläuft und ersetzt werden muss.
- Tippen Sie auf **Menü – Erinnerungen für Sensorablauf** und wählen Sie, ob Sie 24 oder 2 Stunden vor dem Ablauf oder zu beiden Zeitpunkten erinnert werden möchten.



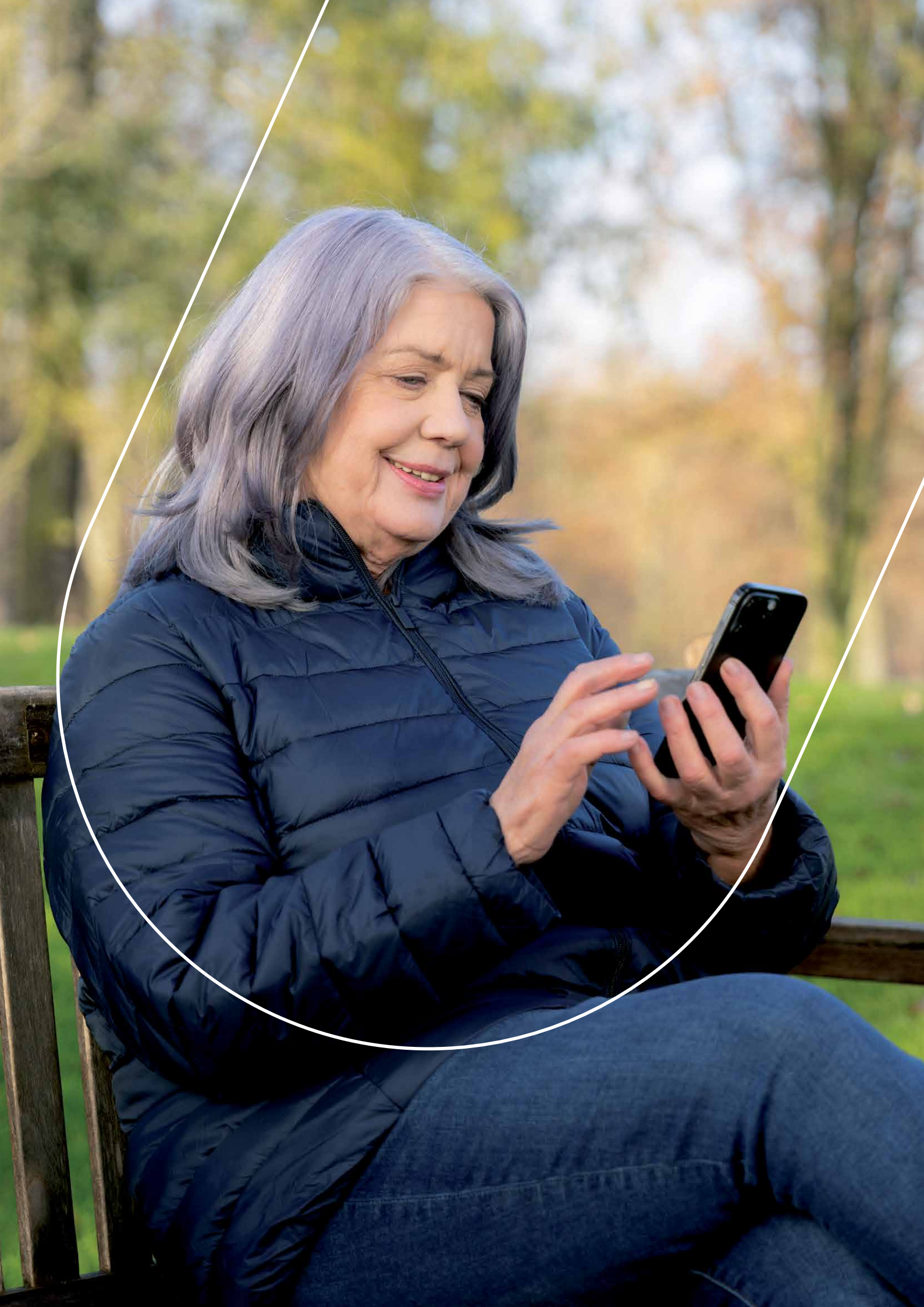
Keine Verbindung zum Sensor

- Die App warnt Sie, wenn die Verbindung zu Ihrem Sensor unterbrochen ist.
- Der Alarm ist standardmäßig aktiviert. Tippen Sie auf **Menü – Keine Verbindung zum Sensor**, um diesen auszuschalten.



Erfahren Sie mehr über die Accu-Chek SmartGuide App

Scannen Sie den QR-Code, um Videos und andere hilfreiche Inhalte zur App und ihren wichtigsten Funktionen abzurufen.



Lernen Sie die Accu-Chek SmartGuide Predict App kennen

So navigieren Sie durch die Predict App und verwenden ihre wichtigsten Funktionen

Die Vorhersagen der Predict App zeigen Ihre voraussichtlichen Zuckerwerte, damit Sie proaktiv Maßnahmen ergreifen und vorausschauend planen können, um hohe oder niedrige Werte zu vermeiden.¹ Die App zeigt die voraussichtliche Entwicklung Ihrer Zuckerwerte in den nächsten 30 Minuten, 2 Stunden und während der Nacht, damit Sie bei Bedarf rechtzeitig Anpassungen vornehmen können.

Zu den wichtigsten Funktionen gehören:

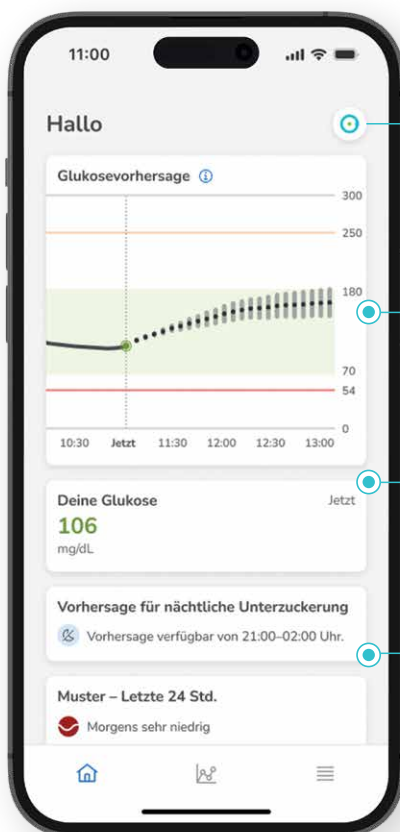
1. Glukosevorhersage
2. Vorhersage für niedrigen Glukosewert
3. Vorhersage für nächtliche Unterzuckerung



Für die Vorhersagefunktionen benötigt die Predict App eine **Internetverbindung** und **CGM-Daten aus der Accu-Chek SmartGuide App**.



Um die App bestmöglich nutzen zu können, denken Sie daran, die **Benachrichtigungen zu aktivieren**.



Informationen auf dem Startbildschirm

Über diese Schaltfläche können Sie schnell und einfach zur **Accu-Chek SmartGuide App** wechseln.

Glukosevorhersage

Die Grafik zeigt den voraussichtlichen Verlauf Ihres Zuckerspiegels für die nächsten zwei Stunden.

Aktueller Wert

Hier sehen Sie Ihren aktuellen Zuckerwert. Die Farbe zeigt an, ob der Wert im Zielbereich liegt oder ob es Abweichungen von diesem Bereich gibt.

Benachrichtigungen

Hier werden Ihre Benachrichtigungen angezeigt. Denken Sie daran, diese zu aktivieren!



Denken Sie daran, dass Sie im Bereich „Hilfe“ des Menüs jederzeit auf die Gebrauchsanweisung zugreifen können.



Tippen Sie unten rechts im **Startbildschirm** auf das **Menü-Symbol**, um die **Benachrichtigungen aufzurufen**.

- Prüfen Sie die Benachrichtigungseinstellungen direkt bei der ersten Verwendung der Accu-Chek SmartGuide Predict App. Sie können die Benachrichtigungen nach Bedarf aktivieren, deaktivieren und anpassen.
- Vergewissern Sie sich, dass die Benachrichtigungen für die Accu-Chek SmartGuide Predict App auch in den Einstellungen Ihres Smartphones aktiviert sind.
- Benachrichtigungen helfen Ihnen dabei, schnell auf Ereignisse reagieren zu können.

Was bei der Verwendung der Vorhersagefunktionen zu beachten ist



Ihre tatsächlichen Zuckerwerte können von den vorhergesagten Werten abweichen.



Die Accu-Chek SmartGuide Predict 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 14.)**



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) 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 Accu-Chek SmartGuide Predict 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 Accu-Chek SmartGuide Predict 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 Accu-Chek SmartGuide 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 in der Accu-Chek SmartGuide Predict App

Die Accu-Chek SmartGuide Predict 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.¹

Vorhersage für niedrigen Glukosewert



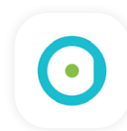
Zwischen 12:30 und 13:00 sinkt dein Wert eventuell unter 70 mg/dL.

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 auftreten¹
- ✓ lernen, wie Sie zukünftige hohe oder niedrige Zuckerwerte vermeiden können



Glukosealarme in der Accu-Chek SmartGuide App

Die Accu-Chek SmartGuide 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.

Schließen

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 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



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.¹

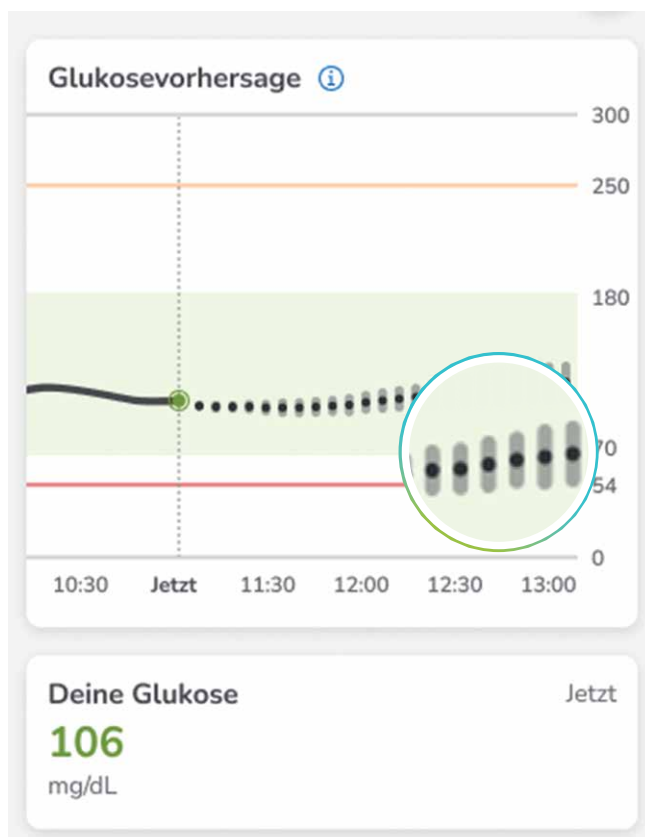
Die Vorhersage wird auf dem Startbildschirm der Accu-Chek SmartGuide Predict App angezeigt und gibt an, wie wahrscheinlich es ist, dass sich Ihre Zuckerwerte weiterhin im Zielbereich befinden oder dieser unter- bzw. überschritten wird. Sie basiert auf Ihren CGM-Werten, den Kohlenhydrat- und Insulindaten 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)

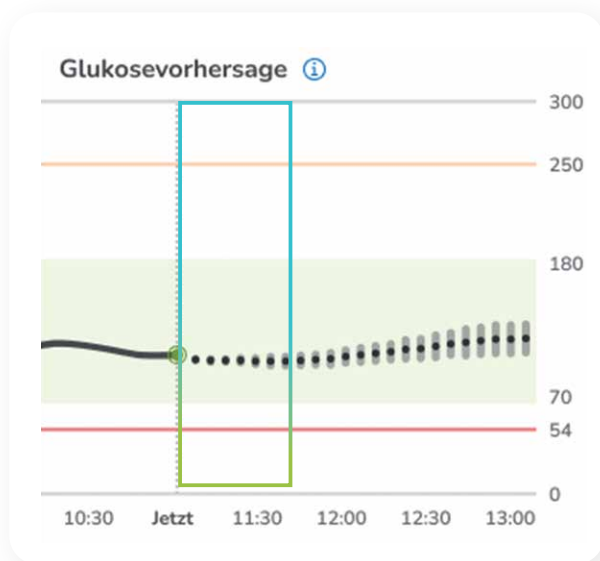
So interpretieren Sie die Grafik



- Der **große Punkt** in der Grafik und der **Wert unterhalb 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



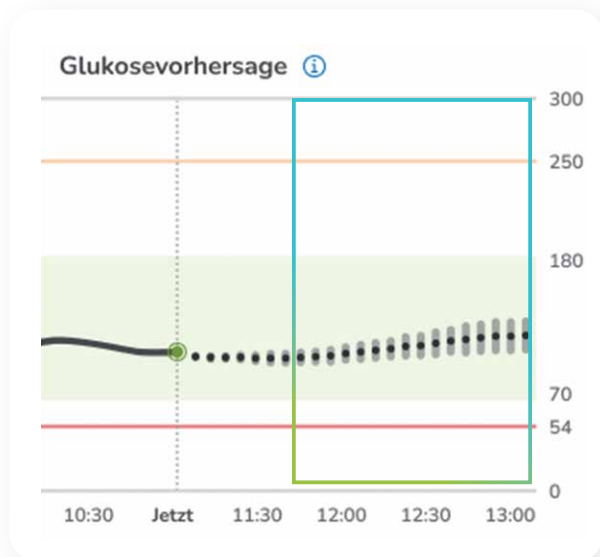
! Genauigkeit: Hoch

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 Accu-Chek SmartGuide Predict 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 Accu-Chek SmartGuide 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 Accu-Chek SmartGuide Predict 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.¹

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

* Die Länge des Balkens dient nur zu Illustrationszwecken.

¹ 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 beiden Apps die Benachrichtigungen aktiviert sind. Auch wenn es unwahrscheinlich ist, dass während ihrer Fahrt eine Unterzuckerung eintreten wird, würde die Vorhersage 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 Accu-Chek SmartGuide 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 Apps aufzurufen.

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



Jetzt Video ansehen!

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 Internet-Verbindung
- Aktivierte Benachrichtigungen, auch im Nicht-stören-Modus



Bald niedriger Wert!
Zwischen 12:30 und 13:00 sinkt dein Wert eventuell unter 70 mg/dL.

Jetzt



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.*

- 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 **Menü – Benachrichtigungen** 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.¹

Wichtige Informationen



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

Die Accu-Chek SmartGuide Predict 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.**



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 Accu-Chek SmartGuide App kann auch ein **Alarm für niedrige Glukosewerte** aktiviert werden.

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

¹ 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 Accu-Chek SmartGuide App an und wechselt zur Accu-Chek SmartGuide Predict App, um ihre zukünftigen Werte angezeigt zu bekommen.

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 Accu-Chek SmartGuide Predict 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 Accu-Chek SmartGuide Predict 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.



Jetzt Video ansehen!

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)

Wie die Vorhersage zu verwenden ist

Zwischen 21 und 2 Uhr wird auf dem Startbildschirm der Accu-Chek SmartGuide Predict 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.



Nächtliche Unterzuckerung vorhergesagt!

Jetzt

Sehr hohes Risiko für das Unterschreiten von 70 mg/dL zwischen 22:30 und 02:00 Uhr.



Wie Sie auf die Vorhersagen reagieren sollten

Es gibt 3 unterschiedliche Risikostufen, die farblich gekennzeichnet sind.



Normales Risiko

Grün: durchschnittliches Risiko* 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 Risiko* 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 Accu-Chek SmartGuide App auch für die Nacht zu aktivieren.

Wichtige Informationen



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

Die Accu-Chek SmartGuide Predict 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.

* 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.



Jetzt Video ansehen!



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.

Einfach QR-Code scannen oder www.mein-cgm.de besuchen.



Glukosemuster

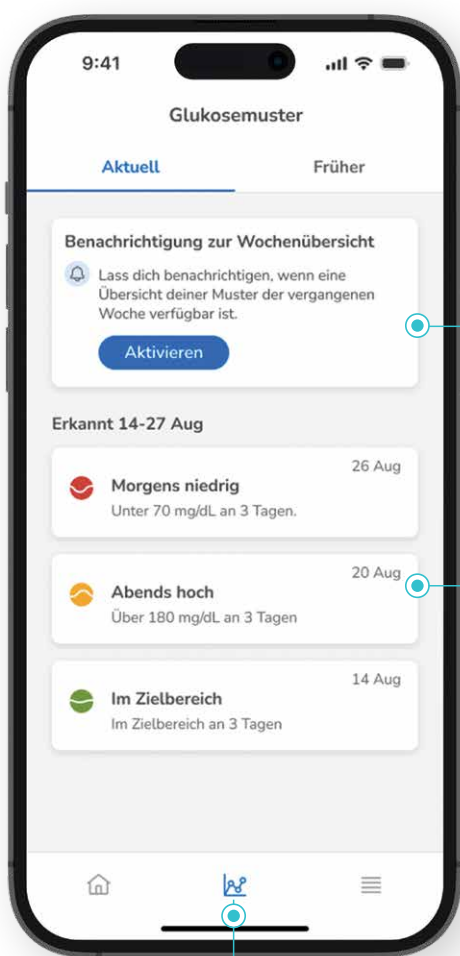
Diese Funktion erkennt wiederkehrende Muster in Ihren vergangenen Zuckerverläufen und zeigt mögliche Ursachen. So können Sie lernen, welche Aktivitäten möglicherweise zu hohen oder niedrigen Werten geführt haben.



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 Accu-Chek SmartGuide Predict App die Muster Ihrer Zuckerwerte zuverlässig erkennen kann, benötigt sie eine ausreichende Menge an Daten aus mehreren Zuckerwerten.



Der Zugriff auf die Muster erfolgt über den **Hauptnavigationsbereich**

Die Muster im Überblick

Wenn die Accu-Chek SmartGuide Predict App über ausreichend Daten verfügt, werden die Muster angezeigt. Durch das Antippen der Muster erhalten Sie weitere Informationen.

Benachrichtigung für die Übersicht aktivieren

Sie können festlegen, ob Sie die **Wöchentliche Musterübersicht** montags erhalten möchten, sobald Ihre Muster der vergangenen Woche ausgewertet wurden. Sie können auch die Tageszeit für den Erhalt der Benachrichtigung auswählen.

Aktive Muster der letzten 7 Tage

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

- Niedrig
- Hoch
- Im Zielbereich
- Schwankend

Farben der Muster-Symbole

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



Denken Sie daran, dass Sie im Bereich „Hilfe“ des Menüs jederzeit auf die Gebrauchsanweisung zugreifen können.



Erfahren Sie mehr über Muster

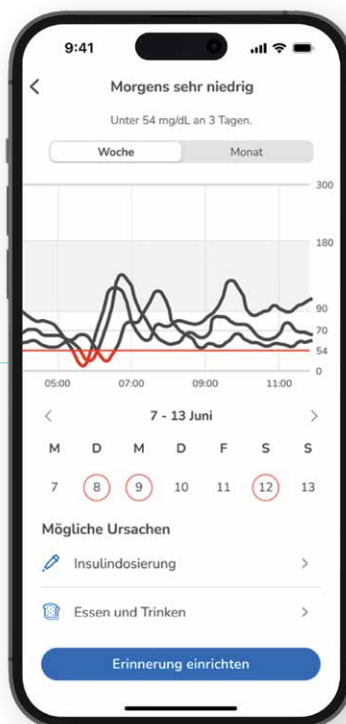
Eine vollständige Liste der verschiedenen Symbole, die in Mustern verwendet werden, und deren Bedeutung finden Sie über den QR-Code.

Anzeigen von Mustern



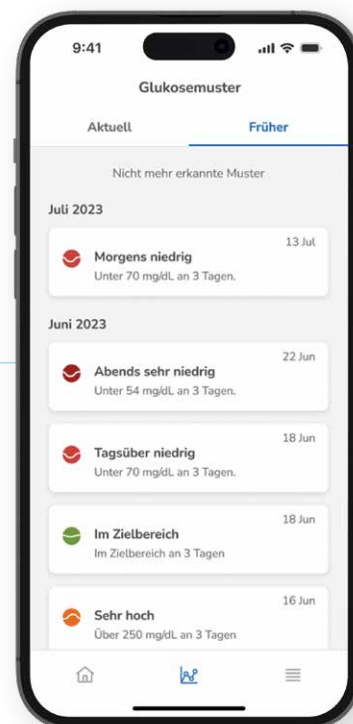
Benachrichtigungen zu Mustern

- Muster aus den letzten 24 Stunden werden auf dem Startbildschirm angezeigt.
- Werden keine Muster erkannt, zeigt die Accu-Chek SmartGuide Predict App eine Meldung an.
- Die Predict App informiert Sie, wenn ein neues Muster erkannt wurde. Wenn Sie auf die Benachrichtigung tippen, werden weitere Informationen angezeigt.



Muster im Detail

- Muster in Ihren Zuckerwerten 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 Anpassungen in Ihrem Diabetesmanagement vornehmen.
- Wenn ein Muster nicht mehr auftritt, verschiebt die Accu-Chek SmartGuide Predict App es auf die Registerkarte **Früher**.
- Auf der Registerkarte „Früher“ sehen Sie alle Muster aus der Vergangenheit.

Verbesserung der Musteranalyse durch Kontext

- Ihre Tagebucheinträge spielen eine wichtige Rolle bei der Erkennung von Mustern. Mahlzeitabhängige Muster können beispielsweise nur erkannt werden, wenn Sie Ihre Mahlzeiten im Tagebuch der Accu-Chek SmartGuide App dokumentieren.
- Durch die Eingabe von zusätzlichen Informationen zu Tagebucheinträgen in Ihrer Accu-Chek SmartGuide App können Sie die Musteranalyse ergänzen und die Qualität der Vorschläge verbessern.
- Einige Muster werden eventuell nicht erkannt, wenn Daten im Tagebuch fehlen.

Einrichten von Erinnerungen

- Sie können bestimmte Muster, die Sie verbessern möchten, aktiv nachverfolgen, indem Sie Erinnerungen (z. B. Push-Benachrichtigungen) einstellen.
- Ist eine Erinnerung für ein einmal erkanntes Muster eingerichtet, werden Sie im Voraus per Nachricht informiert, sodass ein erneutes Auftreten des Ereignisses möglicherweise vermieden werden kann.



Für die Ermittlung möglicher Ursachen eines Musters, werden mehrere Vorschläge angezeigt. Sie sollten Ihr **Glukoseprofil und Ihre Diabetestherapie mit Ihrem Diabetesteam besprechen**, bevor Sie wesentliche Änderungen vornehmen.

Erfahren Sie mehr über die Predict App



Scannen Sie den QR-Code, um Videos und andere Inhalte zur Accu-Chek SmartGuide Predict App und ihren wichtigsten Funktionen abzurufen.

Kontrollmessungen

mit einem Blutzuckermessgerät bei CGM-Anwendung

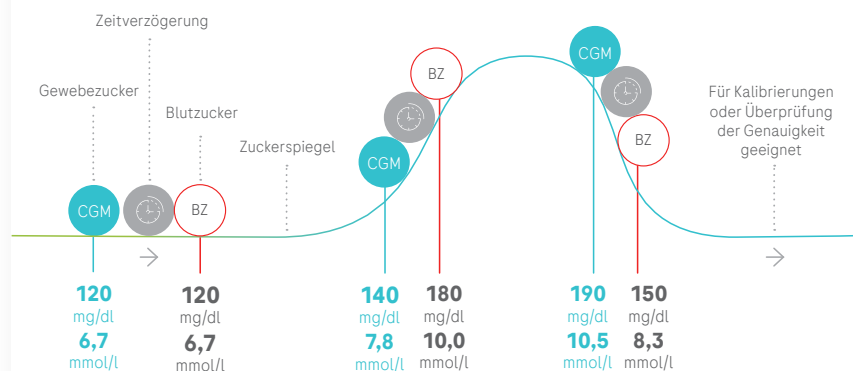
CGM-Lösungen messen nicht den Blutzucker, sondern den Glukosewert im Unterhautfettgewebe. Das bedeutet, dass eine CGM-Messung zwar in Echtzeit erfolgt, die Blutzuckerwerte allerdings mit einer gewissen Verzögerung angezeigt werden.

Ein veränderter Blutzucker kann sich bei schnellen Änderungen erst nach bis zu 20 Minuten im Unterhautfettgewebe bemerkbar machen. 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?



Unser Accu-Chek Kundenservice ist gerne für Sie da.
Kostenfreie Telefonnummer: 0800 4466800 (Mo-Fr, 08:00-18:00 Uhr)

Haben Sie an alles gedacht?

Checkliste für die technische Einweisung

1

Accu-Chek SmartGuide 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

2

Accu-Chek SmartGuide Sensor

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

3

Accu-Chek SmartGuide Predict App

- ☐ Herunterladen der App
- ☐ Anmelden mit Accu-Chek Konto (Siehe Accu-Chek SmartGuide App)
- ☐ Wechsel zwischen den Apps
- ☐ 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)

4

Daten mit dem Diabetesteam teilen

- ☐ Freigabe-Code generieren

5

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

Auf www.mein-cgm.de finden Sie alle wichtigen Informationen
sowie hilfreiche Videos rund um die Einrichtung und Anwendung
von Accu-Chek SmartGuide – einfach QR-Code scannen!

