

MySugr logiraamatu kasutamisjuhend

Version: 3.92.43_Android - 2022-11-14

1 Kasutusnäidustused

1.1 Sihipärane kasutamine

mySugr päevik (mySugr rakenduses) toetab diabeedi ravi tänu igapäevasele diabeediga seotud andmete haldusele ja rakenduse kasutamine võimaldab ravi optimeerida. Saad käsitsi luua logikirjeid, mis sisaldavad teavet sinu insuliinravi, praeguse veresuhkru taseme ja selle eesmärkväärtuse, süsivesikute tarbimise ning aktiivsuse kohta. Lisaks saad sünkroonida teisi raviseadmeid (näiteks glükomeetreid), mis aitab vältida väärtuste käsitsi sisestamisel tekkida võivaid vigu, ja tõstab kindlustunnet andmete kasutamisel.

mySugr-i päevik toetab ravi optimeerimist kahel viisil:

- 1) Monitooring: põhjalik parameetrite igapäevane jälgimine aitab sul langetada teadlikumaid raviga seotud otsuseid. Lisaks saad luua andmete aruandeid ja kasutada neid ravi puudutavates aruteludes tervishoiuspetsialistiga.
- 2) Ravisooustumus: mySugr päevik pakub sulle motiveerivaid stiimuleid, tagasisidet praeguse ravi kohta ja boonuseid, mis aitavad hoida motivatsiooni, tagada raviskeemi järgimist ning tõsta seeläbi ravisooustumust.

1.2 Kellele on mySugri logiraamat mõeldud?

MySugr logiraamat on kohandatud inimestele,

- kellel on diagnoositud diabeet;
- kes on 16 aastased ja vanemad;
- kelle ravi jälgib arst või muu tervishoiuspetsialist;
- kes on füüsiliselt ja vaimselt suutelised iseseisvalt oma diabeedi raviga toime tulema;
- kes on võimelised nutitelefoni asjatundlikult kasutama.

1.3 Millistes seadmetes mySugri logiraamat töötab?

Rakenduse mySugr päevikut saab kasutada iOS seadmetes operatsioonisüsteemiga 14.2 või uuemaga. Samuti on see kasutatav enamikus Android-nutitelefonides, mille operatsioonisüsteemi versioon on Android 8.0 või uuem. Rakenduse mySugr päevikut pole soovitatav kasutada ruuditud seadmetes ega nutitelefonides, kuhu on installitud Jailbreak.

1.4 Kasutuskeskkond

Mobiilirakendusena saab mySugr päevikut kasutada mis tahes keskkonnas, kus kasutaja tavaliselt kasutab nutitelefoni, ja seega ei ole see piiratud ainult siseruumides kasutamisega.

2 Vastunäidustused

Teadaolevalt puuduvad

3 Hoiatused



3.1 Meditsiinilised soovitused

mySugr päevik on registreeritud meditsiiniline vahend, mis toetab diabeedi ravi, kuid ei saa asendada visiite arsti või diabeedi ravimeeskonna juurde. Tervishoiuspetsialist peab sinu pikaajalised veresuhkru väärtused (HbA1c) siiski regulaarselt üle vaatama ja pead ise oma veresuhkrut kontrolli all hoidma.

3.2 Soovitatavad värskendused

mySugri logiraamatu turvalise ja optimaalse talitluse tagamiseks on sul soovitatav installida tarkvaravärskendused kohe, kui need on saadaval.

4 Põhifunktsioonid

4.1 Ülevaade

mySugr soovib muuta sinu igapäevast diabeedi juhtimist lihtsamaks ja optimeerida sinu üldist diabeediravi, kuid see on võimalik ainult siis, kui sa võtad oma hoolduses aktiivse ja intensiivse rolli, eriti seoses teabe sisestamisega rakendusse. Selleks, et hoida sind motiveerituna ja huvitatuna, oleme lisanud mySugr rakendusse mõned lõbusad elemendid. Oluline on sisestada võimalikult palju teavet ja olla enda suhtes täiesti aus. See on ainus viis, kuidas oma teabe salvestamisest kasu saada. Valede või vigaste andmete sisestamine ei aita sind.

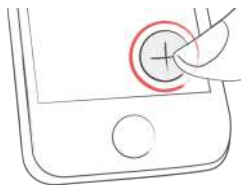
mySugr põhifunktsioonid:

- Välkkiire andmete sisestamine
- Isikupärastatud logimisekraan
- Sinu päeva üksikasjalik analüüs
- Praktilised fotofunktsioonid (mitu pilti ühe kirje kohta)
- Põnevad väljakutsed
- Mitu aruandeformati (PDF, CSV, Excel)
- Selged graafikud
- Praktilised veresuhkru meeldetuletused (saadaval ainult valitud riikides).
- Apple Health integratsioon
- Turvaline andmete varundamine
- Kiire sünkroonimine mitme seadmega
- Accu-Chek Aviva/Performa Connect/Guide/Instant/Mobile integratsioon
- Beurer GL 50 evo integratsioon (ainult Saksamaa ja Itaalia)
- Ascensia Contour Next One integratsioon (kui saadaval)
- Novo Pen 6 / Novo Pen Echo+ integratsioonid
- Lilly Tempo Smart Button integratsioon

LAHTIÜTLEMINE: Täielik nimekiri saadavalolevatest seadmetest on leitav rakenduse mySugr jaotisest "Ühendused".

4.2 Põhifunktsioonid

Kiire ja lihtne andmesisestus.



Nutikas otsing.



Ülevaatlilikud ja selged graafikud.



Mugav fotode lisamise funktsioon (mitu pilti kirje kohta).



Põnevad katsumused.



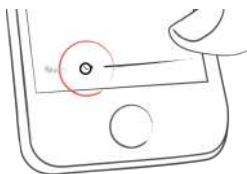
Mitmesugused aruande vormingud: PDF, CSV, Excel (PDF-vorming ja programmiga Excel ühilduv vorming vaid rakenduse mySugr versioonis PRO).



Naeratust näole toov tagasiside.



Praktilised veresuhkru mõõtmise meeldetuletused.



Kiire seadmetevaheline sünkroonimine (rakenduse mySugr versioon PRO).



5 Alustamine

5.1 Installimine

iOS: avage operatsioonisüsteemiga iOS seadmes rakenduste pood ja otsige rakendust „mySugr“. Klõpsake üksikasjadega tutvumiseks ikoonil, vajutage seejärel suvandile „Hangi“ ja siis valikule „Installi“, et käivitada installiprotsess. Teilt võidakse küsida rakenduste poe parooli; pärast selle sisestamist algab rakenduse mySugr allalaadimine ja installimine.

Android: avage oma Android-seadmes Play pood ja otsige rakendust „mySugr“. Klõpsake üksikasjadega tutvumiseks ikoonil ja vajutage seejärel suvandile „Installi“, et käivitada installiprotsess. Teil palutakse nõustuda Google'i allalaadimistingimustega. Seejärel algab rakenduse mySugr allalaadimine ja installimine.



Rakenduse mySugr kasutamiseks peate looma konto. See on vajalik hilisemaks andmete eksportimiseks.



5.2 Avaekraan

5.2.1 Kui mõõdad veresuhkru taset ainult glükomeetriga (või kasutate reaalaajas CGM-ühendust, mis pole Eversense)

Kaks kõige sagedamini kasutatavat ikooni on suurendusklaasi sümbol, mida kasutatakse kirjetete otsimiseks (rakenduse mySugr versioonis PRO), ja plussmärgi sümbol, mida kasutatakse uue kirje lisamiseks.



Graafiku all on kuvatud statistika:

- keskmine glükoosiväärtus;
- vere glükoosisisalduse kõrvalekalle;
- hüpoglükeemia ja hüperglükeemia esinemisjuhud.

Nende parameetrite alt leiad väljad, mis sisaldavad teavet insuliini ühikute, süsivesikute ja paljude muude näitajate kohta.



Graafiku all on kuvatud paanid, mis sisaldavad alljärgnevat teavet konkreetsete päevade kohta:

- veresuhkru keskmine tase,
- vere glükoosisisalduse kõrvalekalle,
- hüperglükeemia ja hüpoglükeemia esinemisjuhtude hulk,
- insuliini suhtarv,
- manustatud boolusinsuliin ehk söögiinsuliin,
- tarbitud süsivesikute kogus,
- tegevuse kestus,
- tabletid,
- kaal,
- vererõhk.



5.2.2 Kui kasutad Eversense reaalaajas CGM-ühendust

Ülaosas näed uusimat CGM-i väärtust. Kui väärtus on 10 minutit vana või vanem, näitab punane silt, kui vana väärtus on.



Altpoolt leiad graafiku. See näitab PVJ väärtusi kõverana koos terapeutiliste sündmuste markeritega.

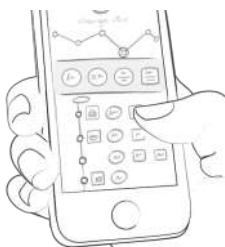
Vanemate andmete kuvamiseks võid graafikut küljele kerida. Kui teed seda, asendatakse suur PVJ väärtus väiksema arvuga, näidates sulle PVJ väärtusi minevikust. Pane tähele, et värskema PVJ väärtuse uuesti nägemiseks pead graafikut kerima lõpuni paremale.



Mõnikord näed graafiku all kaste teabega. Need näitavad näiteks seda kui sinu CGM-ühendusega on probleeme.



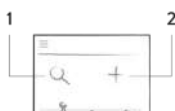
Altpoolt leiad logikirjete loendi, ülaosas on uusimad logikirjed. Vanemate väärtuste kuvamiseks võid loendit üles ja alla kerida.



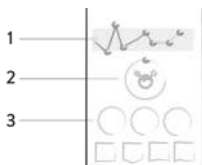
5.3 Terminite, ikoonide ja värvuskoodide selgitus

5.3.1 Kui mõõdad veresuhkru taset ainult glükomeetriga (või kasutad reaaliajas CGM-ühendust, mis pole Eversense)

- 1) Armatuurlaual suurendusklaasi ikooni puudutamisel saate otsida kirjeid, märgiseid, asukohti jne.
- 2) Kui puudutate plussmärgi sümbolit, saate lisada uue kirje.



Armatuurlaual olevate elementide (3) ja diabeedikolli (2) värvuskood oleneb konkreetse päeva vere glükoosisisaldusest. Graafikute värvuskoodi kohandatakse kellaajaga (1).



Uue kirje loomisel saad kasutada silte olukorra, stsenaariumi, konteksti, meeleolu või emotsiooni kirjeldamiseks. Otse iga ikooni all on iga sildi tekstikirjeldus.



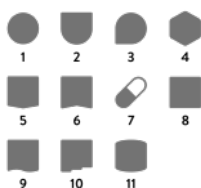
MySugr rakenduse erinevatel ülal kirjeldatud elementidel kasutatavad värvuskoodid põhinevad kasutaja sätete ekraanil määratud sihtvahemikel.

- Punane: vere glükoosisisaldus ei ole sihtvahemikus.
- Roheline: vere glükoosisisaldus on sihtvahemikus.
- Oranž: vere glükoosisisaldus pole suurepärane, kuid jääb normipiiridesse.



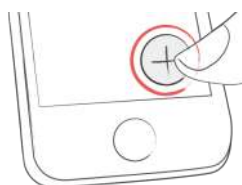
Rakenduses näete üheteistkümne erineva kujuga plaate:

- 1) Veresuhkur
- 2) Kaal
- 3) HbA1c
- 4) Ketooneid
- 5) Boolusinsuliin
- 6) Basaal insuliin
- 7) Tabletid
- 8) Toit
- 9) Aktiivsus
- 10) Sammud
- 11) Vererõhk



5.3.2 Kui kasutad Eversense reaalaajas CGM-ühendust

Kui puudutad nuppu **Plussmärk** saad kirje lisada.



PVJ-i väärtuse ülaosa värv kohandab seda, kui kõrge või madal sinu väärtus on:

- Punane: hüpo- või hüperglükoos
- Roheline: glükoos sihtvahemikus
- Oranž: glükoos väljaspool sihtvahemikku, kuid mitte hüpo-ega hüperisisalduses

Vahemikke saad muuta sätete ekraanil.

Sama värvi kodeerimine kehtib PVJ-kõvera ja graafikus ja loendis sisalduvate veresuhkru mõõtmiste kohta.



Graafiku markeritel on ikoonid, mis viitavad andmete tüübile. Markerid ja loendielemendid on ka erinevat värvi, sõltuvalt andmetüübist.

- 1) Tilk: veresuhkru mõõtmine
- 2) Süstal: boolusinsuliini süst
- 3) Õun: süsivesikud
- 4) Süstal, mille all asuvad punktid: basaalsüsti süst



Uue kirje loomisel saad kasutada silte olukorra, stsenaariumi, konteksti, meeleolu või emotsiooni kirjeldamiseks. Otse iga ikooni all on iga sildi tekstikirjeldus.



5.4 Profil

Kasutage külghüppel, et luua juurdepääs erinevatele suvanditele Profil ja sätet.



Saate muuta oma isikuandmeid ning ravi ja rakendusega seotud sätteid. Soovi korral saate sisestada üksikasjalikumad teavet enda, diabeedi tüübi ja diabeedi diagnoosimise aja kohta. Vajaduse korral saate allosas oma parooli muuta.



Sisestage oma nimi, meiliaadress, sugu ja sünniaeg. Kui peate tulevikus oma meiliaadressi muutma, saate seda teha just sellel lehel. Lisaks saate muuta oma parooli või logida välja. Muu hulgas saate anda oma diabeedikollile ka nime. Andke tuld ja olge loominguline!



Rakendus mySugr vajab nõuetekohaseks funktsioneerimiseks mõningaid üksikasju teie diabeedi ravi kohta. Peame teadma näiteks teie veresuhkru mõõtühikut (mg/dL või mmol/L), kuidas te süsivesikuid mõõdate, ning kui kasutate insuliini, siis kuidas te seda manustate (pumbaga või eeltäidetud süstaldega / süstaldega). Kui kasutate insuliinipumpa, saate sisestada basaalsinsuliini annuse, määrata, kas vastavaid andmeid kuvatakse graafikutel, ning täpsustada, kas tahate, et neid kuvataks 30-minutilise intervalliga. Kui võtate suukaudseid preparaate (tablette), saate siia sisestada nende nimetused, et nad oleksid uue kirje loomisel hõlpsalt valitavad. Soovi korral saate sisestada ka teisi andmeid (vanus, diabeedi tüüp, veresuhkru sihtvahemik, kaalu eesmärkväärtus jne). Lisaks saate sisestada üksikasju diabeedi ravis kasutatavate seadmete ja abivahendite kohta. Kui te ei leia loendist konkreetset seadet, jätke see väli alguses tühjaks, kuid teavitage meid kindlasti, et saaksime vastava seadme loendisse lisada.



24-tunnise ajaperioodi basaalsinsuliini koguhulk on kuvatud ülemises parempoolses nurgas. Basaalsinsuliini annuste salvestamiseks puudutage rohelist linnukese sümbolit (ülemises parempoolses nurgas) või valige loobumiseks ja sätete ekraanile naasmiseks „x“ (ülemises vasakpoolses nurgas).



Täpsustage siin oma diabeedi ravis kasutatavad seadmed ja ravimid. Kas Teie seade või ravim pole loendis kuvatud? Ärge muretsege – jätke see väli alguses vahele, kuid teavitage meid kindlasti, et saaksime vastava seadme või ravimi loendisse lisada. Saate kasutada vastavaid liugnuppe, et lülitada diabeedikolli heliefektid sisse või välja ning määrata, kas soovite saada e-posti teel nädalaaruandeid. Siin saate muuta ka boolusinsuliini kalkulaatori sätteid (kui see on teie riigis saadaval).



5.5 Rakenduse käitumine ajavööndi muutmisel

5.5.1 Kui mõõdad veresuhkru taset ainult glükomeetriga (või kasutad reaalaajas CGM-ühendust, mis pole Eversense)

Graafikus järjestatakse logikirjed kohaliku aja järgi. Graafiku ajaskaala on seatud telefoni ajavööndile.

Loendis järjestatakse logikirjed kohaliku aja järgi ja loendis oleva logikirje ajasilt on seatud ajavööndile, kus kirje loodi. Kui kirje on loodud telefoni praegusest ajavööndist erinevas ajavööndis, kuvatakse täiendav silt, mis näitab, millises ajavööndis see kirje loodi (vt GMT nihkeajavööndid, "GMT" tähistab Greenwichi aega).

5.5.2 Kui kasutad Eversense reaalaajas CGM-ühendust

Graafikus ja loendis järjestatakse logikirjed ja PVJ-kirjed alati nende absoluutse aja (UTC aja) järgi, see tähendab, et sündmuste kronoloogia jääb puutumatuks.

Graafiku ajakava on seatud telefoni ajavööndiga. Kõik PVJ-i kanded ja logi sissekanded graafikul on seatud kellaajale, nagu oleksid nad praeguses ajavööndis.

Vastupidiselt on loendis oleva logikirje ajamärgis seatud ajavööndisse, milles kirje loodi. Kui kirje on loodud telefoni praegusest ajavööndist erinevas ajavööndis, kuvatakse täiendav silt, mis näitab, millises ajavööndis see kirje loodi (vt GMT nihkeajavööndid, "GMT" tähistab Greenwichi aega).

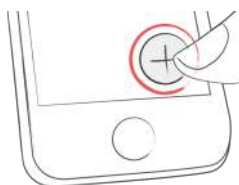
6 Kirjed

6.1 Kirje lisamine

Avage rakendus mySugr.



Puudutage plussmärgi sümbolit.



Saate vajaduse korral kuupäeva, kellaaega ja asukohta muuta.



Jäädvustage oma toidust foto.



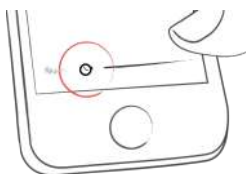
Sisesta andmeid veresuhkru, süsivesikute, toidu tüübi, insuliini detailide, tablettide, aktiivsuse, kaalu, HbA1c ja ketoonide kohta ning lisa märkmeid.



Valige märgised.



Meeldetuletuste menüü avamiseks puuduta meeldetuletuse ikooni. Liiguta liugur soovitud kellaaajale (mySugr Pro).



Salvestage kirje.



Tehtud!



6.2 Kirje redigeerimine

Puudutage kirjet, mida soovite redigeerida, või libistage paremale ja klõpsake valikul „Redigeeri“.



Redigeerige kirjet.



Puudutage tehtud muudatuste salvestamiseks rohelist linnukese sümbolit või puudutage loobumiseks ja tagasi minemiseks valikut „x“.



6.3 Kirje kustutamine

Puudutage kirjet, mida soovite kustutada, või nipsake kirje kustutamiseks paremale.



Kustutage kirje.



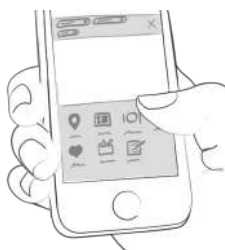
6.4 Kirje otsimine

(Pole saadaval alates v3.92.43)

Puudutage suurendusklaasi sümbolit.

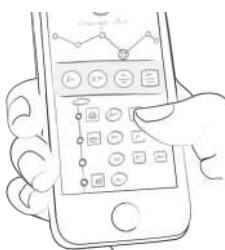


Kasutage soovitud tulemuste valjaotsimiseks filtrit.



6.5 Vaata varasemaid kirjeid

Keri kirjetes üles ja alla või puuduta graafikut ja lohista seda navigeerimiseks vasakule ja paremale, et näha rohkem andmeid.



7 Punktide teenimine

Saad punkte iga tegevuse eest, mille teed enda eest hoolitsemiseks, ja eesmärk on täita ring punktidega iga päev.



Kui palju punkte ma saan?

- **1 punkt:** märgised, lisapildid, tablettide andmed, märkmed, toidu märgised
- **2 punkti:** veresuhkru andmed, toidukirje, asukoht, boolusinsuliin (pump) / lühitoimeline insuliin (pliiats / süstal), toidu kirjeldus, ajutine basaalmaär (pump) / pikatoimeline insuliin (pliiats / süstal), vererõhk, kaal, ketoonid
- **3 punkti:** esimene pilt, aktiivsus, aktiivsuse kirjeldus, HbA1c



Saa 50 punkti päevas ja taltsuta oma koletist! (Ei ole saadaval Eversense CGM kasutajatele)

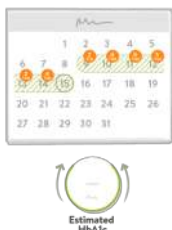


8 Hinnanguline HbA1c

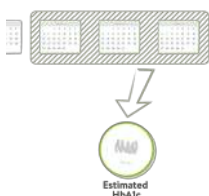
Graafiku parempoolses ülaosas on kuvatud sinu hinnanguline HbA1c – eeldusel, et oled loginud piisavalt veresuhkru väärtuseid (selgitame seda lähemalt mujal). Märkus. See väärtus on üksnes hinnanguline ja põhineb sinu logitud veresuhkru sisaldusest, mistõttu ei pruugi tulemus ühtida laboratoorsete väärtustega.



Hinnangulise HbA1c arvutamiseks vajab mySugri logiraamat minimaalselt 7 järjestikusel päeval mõõdetud kolme veresuhkru väärtuse keskmist päeva kohta. Täpsema hinnangu saamiseks sisesta rohkem väärtuseid.



Arvutamisel kasutatava perioodi maksimaalne kestus on 90 päeva.



9 Nõustaja ja tervishoiutöötaja (Tervishoiutöötaja)

9.1 Nõustamiskeskus

Leiate suvandi „Nõustamiskeskus“ külgmenüüst (riikides, kus see teenus on saadaval).



Puudutage sõnumite ahendamiseks või laiendamiseks. Siin saate sõnumeid vaadata ja saata.



Märgid tähistavad lugemata sõnumeid.



9.2 Tervishoiutöötaja

Leia tervishoiutöötaja valides "Tervishoiutöötaja" tööriistariba menüüs (riikides, kus see teenus on saadaval).



Puuduta loendis märkust/kommentaari, et vaadata tervishoiutöötaja märkust/kommentaari. Samuti on sul võimalus vastata tervishoiutöötaja märkusele kommentaaridega.



Märk külgriba menüüs ja esiletõstetud pealkiri postkasti loendis näitavad lugemata märkust.



Viimased sõnumid kuvatakse loendi ülaosas.



Saatmata kommentaarid on tähistatud järgmiste hoiatusikoonidega:



Kommentaari saatmine on töös



Kommentaari ei toimetatud kohale

10 Väljakutsed

Katsumused leiate külgmenüüst.



Üldjuhul on katsumused orienteeritud parema üldise tervisliku seisundi või diabeedi raviga seotud eesmärkide saavutamisele, näiteks võib katsumuse keskmes olla veresuhkru sagedasem kontrollimine või füüsilise aktiivsuse suurendamine.



11 Andmete importimine

11.1 Riistvara

Andmete importimiseks oma seadmest pead selle kõigepealt ühendama mySugriga.

Enne ühendamist veendu, et sinu seade ei ole juba nutitelefoniga ühendatud. Kui see on ühendatud, mine oma nutitelefoni Bluetoothi seadistustesse ja eemalda oma seade.

Kui sinu seade seda lubab, eemalda ka eelmine sidumine nutitelefoniga seadme seadetest. See võib tekitada vigu (puudutab Accu-Chek Guide'i).



Valige menüüst "Ühendused".



Valige loendist oma seade.



Klõpsa valikul „Ühenda“ ja järgi mySugr rakenduse kuvatavaid juhiseid.



Pärast seadme edukat ühendamist sünkroonitakse sinu andmed automaatselt mySugr rakendusega. See sünkroniseerimine toimub iga kord, kui mySugr-rakendus töötab, Bluetooth on sinu telefonis aktiveeritud ja sa suhtled oma seadmega viisil, mis paneb selle andmeid saatma.



Kui tuvastatakse topeltkanded (näiteks mõõtja mälus olev näit, mis on sisestatud ka käsitsi rakendusse mySugr), liidetakse need automaatselt.

See toimub ainult siis, kui käsitsi tehtud kanne vastab imporditud kande koguse ja kuupäeva/kellaaja poolest.

TÄHELEPANU: Ühendatud seadmetest imporditud väärtusi ei saa muuta!



11.1.1 Glükomeetrid

Äärmiselt kõrged või madalad väärtused märgitakse sellistena: väärtused alla 20 mg/dL kuvatakse Lo-na, väärtused üle 600 mg/dL kuvatakse Hi-na. Sama kehtib ka samaväärsete väärtuste kohta mmol/L.



Kui kõik andmed on imporditud, saate teha reaalajas mõõtmise. Minge rakenduse mySugri armatuurlauale ja sisestage seejärel glükomeetrisse testriba.



Kui glükomeeter seda nõuab, kanna testribale vereproov ja oota tulemust, nagu tavaliselt teeksid. Väärtus kantakse koos praeguse kuupäeva ja kellaaajaga rakendusse mySugr. Soovi korral saad kirjele lisada ka täiendavat teavet.



11.2 Pideva glükoosimonitooringu Accu-Chek Instant andmete importimisaeg

Selleks, et sünkroonida kellaaega telefoni ja arvesti vahel, peate oma Accu-Chek Instant glükomeetri sisse lülitama, kui rakendus on avatud.

11.3 Pideva glükoosimonitooringu andmete importimine

11.3.1 Pideva glükoosimonitooringu andmete importimine Apple'i rakenduse Health kaudu (ainult iOS)

Veenduge, et Apple'i rakendus Health oleks rakenduse mySugr sätetes lubatud, ning kontrollige, kas veresuhkru andmete jagamine on Apple'i rakenduse Health sätetes lubatud. Avage rakendus mySugr ja pideva glükoosimonitooringu andmed kuvatakse graafikule.

*Märkus ettevõtte Dexcom süsteemi kasutajatele: rakendus Health kuvab jagaja glükoosiandmeid kolmetunnise viivitusega. See ei kuva reaalajas teavet veresuhkru kohta.

11.3.2 Peida CGM-i andmed

Topeltpuuduta graafikut, et avada ülekattega juhtpaneel, kus saad graafikus lubada või keelata CGM-i andmete nähtavuse. (Pole saadaval Eversense CGM-i kasutajatele)

12 Andmete eksportimine

Valige külghülgmenüüst „Aruanded“.



Vajaduse korral muutke failivormingut ja ajaperioodi (mySugr PRO) ning puudutage valikut „Eksporti“. Kui eksport avaneb ekraanil puuduta üleval paremal (alates operatsioonisüsteemist iOS 10 all vasakul) asuvat nuppu, et luua juurdepääs saatmise ja salvestamise suvanditele.



13 Apple'i rakendus Health

Apple'i rakenduse Health saate aktiveerida külghülgmenüü suvandist „Ühendused“. Rakendus Google Fit on aktiveeritav külghülgmenüüst.

Apple'i rakendusega Health saate andmeid rakenduse mySugr ja muude tervishoiuprogrammide vahel jagada.



14 Statistika

14.1 Kõik riigid peale Austraalia ja Saudi Araabia

(Ei ole saadaval Eversense CGM kasutajatele)

Libista päevaülevaadet vasakule, et jõuda statistika vaatesse.



Teile antakse viimase 7 päeva ülevaade. 14 päeva ülevaate saamiseks nipsake uuesti vasakule.



Punktid tähistavad ajalist positsiooni. Nipsake kuu ülevaate kuvamiseks uuesti vasakule. Siin saate vaadata isegi kvartali ülevaadet!



Viimaseid andmeid kajastavate graafikute vaatamiseks kerige alla!



Sinine ala annab ülevaate keskmisest igapäevaste logide arvust, logide koguarvust ja sellest, kui palju punkte olete juba kogunud.



14.2 Ainult Austraalia ja Saudi Araabia

(Ei ole saadaval Eversense CGM kasutajatele)

Varasemate andmete vaatamiseks puuduta oma päevase ülevaate all "Mine statistikasse".



Samuti saad avada vasakpoolse ülemise menüü ja valida "Statistika".



Nipsa vasakule ja paremale või puuduta vahetamiseks nooli, et vahetada nädala, kahe nädala, kuu ja kvartali statistika vahel. Hetkel kuvatav periood ja kuupäevad ilmuvad navigeerimisnoolte vahele.



Keri alla, et näha varasemaid andmeid kuvavaid graafikuid.



Üksikasjaliku statistika vaatamiseks klõpsa graafikute kohal olevatel nooltel.



Ekraani ülaosas kuvatakse sinu keskmised päevalogid, logide kogusumma ja juba kogutud punktide arv.



Avakuvale naasmiseks puuduta vasakpoolset ülemist noolt.



15 Desinstallimine

15.1 Operatsioonisüsteemiga iOS telefonist desinstallimine

Puudutage pikalt rakenduse mySugr ikooni, kuni see hakkab värisema. Puudutage ülemises nurgas kuvatavat väikest ikooni „x“. Kuvatakse teade, mis palub teil desinstallimise kinnitada (vajutage selleks valikule „Kustuta“) või desinstallimisest loobuda (vajutage selleks valikule „Loobu“).



15.2 Android-telefonist desinstallimine

Avage Android-telefoni „Sätted“, valige suvand „Rakendused“, leidke loendist mySugr rakendus ja puudutage valikut „Desinstalli“. Nii lihtne see ongi!



16 Konto kustutamine

Kasuta profiili ja seadete avamiseks külghmenüüd ning puuduta valikut „Seaded“ (Android) või kasuta profiili ja seadete avamiseks vahekaartide riba menüüd „Veel“ ja puuduta valikut „Muud seaded“ (iOS).

Puuduta valikut "Kustuta minu konto" ja seejärel vajuta "Kustuta". Avaneb dialoog, kustutamise lõplikuks kinnitamiseks vajuta "Kustuta" või kustutamise tühistamiseks "Tühista".



Pane tähele, et kui vajutad nuppu "Kustuta", kaovad kõik sinu andmed, seda ei saa tagasi võtta. Sinu konto kustutatakse.

17 Andmeturve

Sinu andmed on meiega kaitstud – see on meie jaoks väga oluline (oleme ka mySugri kasutajad). mySugr rakendab andmeturbe ja isikuandmete kaitse nõudeid vastavalt isikuandmete kaitse üldmäärusele.

Lisateabe saamiseks vaata meie [õuete ja tingimuste](#) privaatsusteatis.

18 Kasutajatugi

18.1 Törkeotsing

Hoolime teist! Seetõttu kuuluvad meie meeskonda diabeetikud, kes oskavad vastata teie küsimustele ning aidata probleemide ja murede korral.

Kiireks törkeotsinguks külastage meie [korduma kippuvate küsimuste lehte](#)

18.2 Kasutajatugi

Kui sul on mySugr'i kohta küsimusi, vajad rakenduse kasutamisel abi või tuvastasid vea või probleemi, võta meiega viivitamatult ühendust, kirjutades aadressil support@mysugr.com.

Samuti võid helistada alljärgnevatel numbritel.
+ 1 855 337 7847 (tasuta number Ameerika Ühendriikides)
+ 44 800 011 9897 (tasuta number Ühendkuningriigis)
+ 43 720 884 555 (Austria)
+ 49 511 8742 6938 (Saksamaa)

Selle meditsiiniseadme kasutamisega seotud tõsiste vahejuhtumite korral pöördu mySugri klienditoe ja kohaliku kompetentse asutuse poole.

19 Tootja



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Viin, Austria

Telefon:
+1 855 337 7847 (tasuta number Ameerika Ühendriikides),
+44 800 011 9897 (tasuta number Ühendkuningriigis),
+43 720 884 555 (Austria)
+ 49 511 8742 6938 (Saksamaa)

E-post: support@mysugr.com

Tegevdirektor: Joerg Hoelzing
Tootja registrinumber: FN 376086v
Jurisdiktsioon: Viini kaubanduskohus, Austria
Käibemaksukohustuslasena registreerimise number:
ATU67061939



2022-11-14
Kasutusjuhendi versioon 3.92.43 (et)



20 Riigi teave

20.1 Austraalia

Austraalia sponsor:
Roche Diabetes Care Australia
2 Julius Avenue

North Ryde NSW 2113

20.2 Brasiilia

Registreeritud: Roche Diabetes Care Brasil Ltda.

CNPJ: 23.552.212/0001-87

Rua Dr. Rubens Gomes Bueno, 691 - 2º andar - Várzea de Baixo

São Paulo/SP - CEP: 04730-903 - Brasiilia

Tehniline juht: Caroline O. Gaspar CRF/SP: 76.652

Reg. ANVISA: 81414021713

20.3 Filipiinid

CDRRHR-CMDN-2022-945733

Imported and Distributed by:

Roche (Philippines) Inc.

Unit 801 8th Flr., The Finance Centre

26th St. corner 9th Avenue

Bonifacio Global City, Taguig

20.4 Saudi Araabia

Järgmised funktsioonid pole Saudi Araabias saadaval:

- Iganädalased meiliaruanded (vt 5.4. Profilis)
- Basaalinsuliini annuse sätted (vt 5.4. Profilis)
- Otsingufunktsioon (vt 6.4. Kirje otsimine)

20.5 Šveits

CH-REP

Roche Diabetes Care (Schweiz) AG

Industriestrasse 7

CH-6343 Rotkreuz