

# Návod na použitie Denníka mySugr

Version: 3.92.43\_Android - 2022-11-14

## 1 Indikácie pre použitie

### 1.1 Zamýšľané použitie

mySugr Denník (aplikácia mySugr) sa používa na podporu liečby diabetu prostredníctvom manažmentu každodenných údajov súvisiacich s diabetom a je zameraná na podporu optimalizácie liečby. Môžeš si manuálne vytvárať záznamy denníka, ktoré obsahujú informácie o Tvojej liečbe inzulínom, súčasnej a cieľovej hladine glukózy v krvi, prijme sacharidov a podrobnosti o Tvojich aktivitách. Okrem toho môžeš synchronizovať ďalšie zariadenia určené na liečbu, ako napríklad glukomery, aby sa minimalizovali chyby spôsobené ručným zadávaním hodnôt a zvýšila Tvoja istota pri používaní.

mySugr Denník podporuje optimalizáciu liečby dvoma spôsobmi:

- 1) Monitorovanie: Monitorovanie Tvojich parametrov v každodennom živote Ti pomáha prijímať rozhodnutia spojené s liečbou, pretože si lepšie informovaný. Môžeš tiež generovať správy s údajmi o liečbe, ktoré potom môžeš prediskutovať s Tvojím lekárom.
- 2) Dodržiavanie liečby: mySugr Denník Ti poskytuje motivačné výzvy, spätnú väzbu o aktuálnom stave Tvojej liečby a odmeňuje Ťa za to, že máš motiváciu dodržiavať svoju liečbu a tým zvyšuješ súlad s liečbou.

### 1.2 Pre koho je určený mySugr Denník?

mySugr Denník bol vyvinutý na mieru pre ľudí:

- ktorým bol diagnostikovaný diabetes
- ktorí majú 16 a viac rokov
- ktorí sú pod dohľadom lekára alebo iného odborného zdravotníckeho personálu
- ktorí sú fyzicky a duševne schopní samostatne manažovať svoju liečbu diabetu
- sú schopní efektívne používať smartfón

### 1.3 Na akých zariadeniach funguje mySugr Denník?

mySugr Denník možno používať na akomkoľvek zariadení iOS s verziou iOS 14.2 alebo novšou. Dostupný je tiež na väčšine smartfónov so systémom Android s verziou Android 8.0 alebo novšou. mySugr Denník by sa nemal používať na zariadeniach s rootom a ani na smartfónoch s jailbreakom.

### 1.4 Prostredie na používanie

mySugr Denník možno, ako mobilnú aplikáciu, používať v akomkoľvek prostredí, kde sa bežne používa smartfón, a

preto jej používanie nie je obmedzené na použitie v interiéri.

## 2 Kontraindikácie

Žiadne známe

## 3 Varovania



### 3.1 Lekárske poradenstvo

mySugr Denník sa používa na podporu liečby diabetu, nemôže však nahradiť návštevu Tvojho lekára/tímu starostlivosti o diabetes. Stále budeš potrebovať profesionálnu a pravidelnú kontrolu dlhodobých hodnôt glukózy v krvi (HbA1c) a budeš musieť pokračovať v nezávislom manažmente Tvojich hladín glukózy v krvi.

### 3.2 Odporúčané aktualizácie

Na zaistenie bezpečného a optimálneho fungovania mySugr Denníka odporúčame aktualizovať softvér hneď, ako bude nová aktualizácia k dispozícii.

## 4 Hlavné funkcie

### 4.1 Súhrn

Aplikácia mySugr Ti pomôže zjednodušiť Tvoje každodenné riadenie diabetu a optimalizovať celkovú liečbu diabetu, možné to však bude len vtedy, ak v rámci svojej starostlivosti budeš zohrávať aktívnu a intenzívnu úlohu, najmä pokiaľ ide o zadávanie informácií do aplikácie. Aby sme Ťa stále motivovali a udržali Tvoj záujem, pridali sme do aplikácie mySugr niekoľko zábavných prvkov. Dôležité je zadávať čo najväčší počet informácií a byť k sebe stopercentne úprimný. Len tak môžeš mať úžitok zo zaznamenávania svojich informácií. Zadávanie nepravdivých alebo neúplných údajov Ti nepomôže.

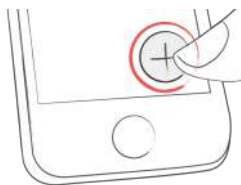
Kľúčové funkcie aplikácie mySugr:

- bleskové zadávanie údajov,
- individuálne prispôsobená obrazovka pre zápis údajov,
- podrobná analýza Tvojho dňa,
- praktické funkcie na pridávanie fotiek (viac obrázkov pre každý záznam),
- vzrušujúce výzvy,
- viaceré formáty správ (PDF, CSV, Excel),
- prehľadné grafy,
- užitočné pripomienky merania glukózy v krvi (funkcia je dostupná len vo vybraných krajinách),
- integrácia aplikácie Apple Health,
- bezpečné zálohovanie údajov,
- rýchla synchronizácia viacerých zariadení,
- integrácia Accu-Chek Aviva/Performa Connect/Guide/Instant/Mobile,
- integrácia Beurer GL 50 evo (len pre Nemecko a Taliansko),
- integrácia Ascensia Contour Next One (v závislosti od dostupnosti),
- integrácia pier Novo Pen 6/Novo Pen Echo+,
- integrácia inteligentného tlačidla Lilly Tempo Smart Button.

UPOZORNENIE: Úplný zoznam dostupných zariadení nájdete v sekcii „Pripojenia“ v aplikácii mySugr.

## 4.2 Hlavné funkcie

Rýchle a jednoduché zadávanie údajov.



Inteligentné vyhľadávanie.



Úhľadné a jasné grafy.



Šikovná foto funkcia (viac obrázkov pre jeden záznam).



Vzrušujúce výzvy.



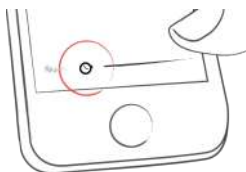
Viaceré formáty správ PDF, CSV, Excel (PDF a Excel iba vo verzii mySugr PRO).



Spätná väzba vyvolávajúca úsmev.



Praktické pripomienky merania.



Rýchla synchronizácia viacerých zariadení (mySugr PRO).



## 5 Začíname

### 5.1 Inštalácia

**iOS:** Vo svojom zariadení so systémom iOS si otvor App Store a vyhľadaj „mySugr“. Klikni na ikonu, aby sa zobrazili podrobnosti, potom stlač tlačidlo „Stiahnuť“ a následne „Inštalovať“, čím sa spustí proces inštalácie. Možno sa bude od Teba vyžadovať heslo do Tvojho App Store; po zadaní sa aplikácia mySugr začne sťahovať a inštalovať.

**Android:** Vo svojom zariadení so systémom Android si otvor Play Store a vyhľadaj „mySugr“. Klikni na ikonu, aby sa zobrazili podrobnosti, potom stlač tlačidlo „Inštalovať“, čím sa spustí proces inštalácie. Budeš musieť súhlasiť s podmienkami stiahnutia od spoločnosti Google. Následne sa aplikácia mySugr začne sťahovať a inštalovať.



Ak chceš používať aplikáciu mySugr, musíš si vytvoriť účet. Je to potrebné na neskoršie exportovanie Tvojich údajov.



## 5.2 Domov

### 5.2.1 Ak meriaš glukózu v krvi výlučne glukomerom (alebo používaš pripojenie CGM v reálnom čase, iné než Eversense)

Dve najčastejšie používané funkcie sú **zväčšovacie sklo**, ktoré sa používa na vyhľadávanie záznamov (verzia mySugr PRO) a **znak plus**, ktorý sa používa na vytvorenie nového záznamu.



Pod grafom sa zobrazujú štatistiky aktuálneho dňa:

- Priemerná hodnota glukózy v krvi
- Odchýlka glukózy v krvi
- Hypoglykémie a hyperglykémie

A pod týmito štatistikami nájdeš polia s informáciami o jednotkách inzulínu, sacharidoch a ďalšie informácie.



Pod grafom môžeš vidieť dlaždice, ktoré obsahujú nasledujúce informácie pre konkrétne dni:

- priemerná hodnota glukózy v krvi
- odchýlka glukózy v krvi
- počet hyperglykémii a hypoglykémii
- inzulínový pomer
- podaný bolus alebo inzulín v čase jedla
- objem skonzumovaných sacharidov
- trvanie aktivity
- lieky
- hmotnosť
- krvný tlak



### 5.2.2 Ak používaš pripojenie Eversense CGM v reálnom čase

V hornej časti je zobrazená najnovšia hodnota CGM. Ak je hodnota staršia ako 10 minút, červená značka zobrazí, aká stará je táto hodnota.



Nižšie nájdeš graf. Zobrazuje hodnoty CGM v podobe krivky spolu so značkami pre terapeutické udalosti.

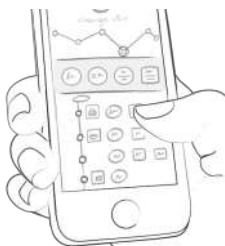
Staršie údaje môžeš zobraziť posúvaním grafu do strán. V takom prípade sa nahradí vysoká hodnota CGM menším číslom, čo predstavuje hodnoty CGM z minulosti. Ak chceš znova zobraziť najnovšiu hodnotu CGM, musíš posunúť graf úplne doprava.



Niekedy sa pod grafom zobrazia políčka s informáciami. Zobrazujú sa napríklad v prípade problému s pripojením CGM.



Nižšie nájdeš zoznam záznamov denníka s najnovšími záznamami denníka v hornej časti. Ak chceš zobrazit' staršie hodnoty, môžeš posúvať zoznam smerom hore a dole.

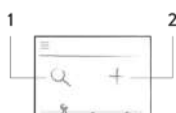


## 5.3 Vysvetlenia pojmov, ikon a farieb

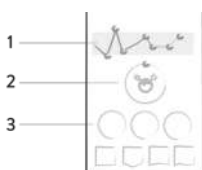
### 5.3.1 Ak meriaš glukózu v krvi výlučne glukomerom (alebo používaš pripojenie CGM v reálnom čase, iné než Eversense)

1) Klepnutie na ikonu **Zväčšovacie sklo** na hlavnom paneli Ti umožňuje vyhľadávať záznamy, značky, polohy atď.

2) Klepnutie na **Znamienko Plus** Ti umožňuje pridať záznam.



Farby prvkov na hlavnom paneli (3) a príšerke (2) aktívne reagujú na Tvoju hladinu glukózy aktuálneho dňa. Farba grafu sa prispôsobuje konkrétnemu času dňa (1).



Každá značka na displeji pre nový záznam opisuje situáciu, scenár, určitý kontext, náladu alebo emóciu. Priamo pod každou ikonou sa nachádza opis textu každej značky.



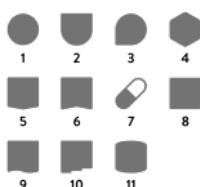
Farby, ktoré sa používajú vo variabilných oblastiach aplikácie mySugr, sú opísané vyššie, a to na základe cieľových rozpätí, ktoré používateľ uvedie v nastaveniach.

- Červená: Glukóza v krvi nie je v cieľovom rozpätí
- Zelená: Glukóza v krvi je v cieľovom rozpätí
- Oranžová: Glukóza v krvi nie je dobrá, ale je ok



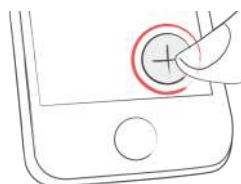
V aplikácii vidíš rozličné dlaždice v jedenástich rôznych tvaroch:

- 1) Glukóza v krvi
- 2) Hmotnosť
- 3) HbA1c
- 4) Ketóny
- 5) Bolusový inzulín
- 6) Bazálny inzulín
- 7) Tablety
- 8) Jedlo
- 9) Aktivita
- 10) Kroky
- 11) Krvný tlak



### 5.3.2 Ak používaš pripojenie Eversense CGM v reálnom čase

Klepnutím na symbol Plus môžeš pridať položku.





Farba hodnoty CGM v hornej časti sa mení podľa toho, aká vysoká alebo nízka je Tvoja hodnota:

- Červená: glukóza je v pásme hypo- alebo hyperglykémie
- Zelená: glukóza je v cieľovom rozpätí
- Oranžová: glukóza je mimo cieľového rozpätia, nie však v pásme hypo- alebo hyperglykémie

Rozpätia môžeš zmeniť na obrazovke nastavení.

Rovnaké farebné označenie platí pre krivku CGM a pre meranie glukózy v krvi v grafe a v zozname.



Značky v grafe majú ikony odkazujúce na typ údajov. Značky sa tiež farebne odlišujú v závislosti od typu údajov.

- 1) Kvapka: meranie glukózy v krvi
- 2) Injekčná striekačka: injekcia bolusového inzulínu
- 3) Jablko: sacharidy
- 4) Injekčná striekačka s bodkami dole: injekcia bazálneho inzulínu



Každá značka na displeji pre nový záznam opisuje situáciu, scenár, určitý kontext, náladu alebo emóciu. Priamo pod každou ikonou sa nachádza opis textu každej značky.



## 5.4 Profil

Pre prístup k ponuke Profil a nastavenia použi bočné menu.



Zmeň si svoje osobné nastavenia, nastavenia pre liečbu a aplikáciu. Ak chceš, môžeš zadať konkrétnejšie informácie o sebe, svojom type diabetu a o svojom dátume diagnózy diabetu. V prípade potreby si môžeš zmeniť heslo v spodnej časti.



Zadaj svoje meno, e-mailovú adresu, pohlavie a dátum narodenia. Ak budeš musieť v budúcnosti zmeniť svoju e-mailovú adresu, urobíš to tu. Takisto si môžeš zmeniť svoje heslo alebo sa odhlásiť. A napokon môžeš svoju diabetickú príšerku pomenovať! Tak začni, buď kreatívny!



Aby mohla aplikácia mySugr správne fungovať, potrebuje nejaké podrobnosti o Tvojom manažmente diabetu. Napríklad, Tvoje jednotky glukózy v krvi (mg/dL alebo mmol/L), ako si meriaš sacharidy a ako si podávaš inzulín (inzulínová pumpa, inzulínové pero/striekačky alebo žiadny inzulín). Ak používaš inzulínovú pumpu, môžeš zadať svoju bazálnu dávku, rozhodnúť sa, či ju chceš zobrazenú v grafoch a či ju chceš zobrazenú v 30-minútových prírastkoch. Ak užívaš lieky na perorálne použitie (tabletky), tu môžeš zadať ich názvy, aby si si ich mohol vybrať pri vytváraní nového záznamu. Ak chceš, môžeš zadať aj mnohé ďalšie podrobnosti (vek, typ diabetu, cieľové rozpätia glukózy v krvi, cieľovú hmotnosť atď.). Dokonca môžeš zadať informácie o svojich diabetických zariadeniach. Ak nemôžeš nájsť konkrétne zariadenie, nechaj ho teraz prázdne – ale daj nám o tom vedieť, aby sme ho mohli pridať do zoznamu.



Celkový bazálny inzulín počas 24 hodín je uvedený v pravom hornom rohu. Klepnutím na zelené začiar knutie (pravý horný roh) si uložíš svoju bazálnu dávku alebo na „x“ (ľavý horný roh) to zrušíš a vrátiš sa na obrazovku s nastaveniami.



Tu môžeš definovať svoje zariadenia na liečbu diabetu a užívané lieky. Nevidíš v zozname svoje zariadenie alebo liek? Nemaj obavy, výber môžeš preskočiť – daj nám však vedieť, aby sme ho mohli pridať. Prepnutím príslušného prepínača si vyber, či chceš zapnúť alebo vypnúť zvukovú signalizáciu príšerky a či chceš dostávať týždennú správu e-mailom. Taktiež môžeš zmeniť nastavenia Bolusovej kalkulačky (ak je v Tvojej krajine dostupná).



## 5.5 Správanie sa aplikácie pri zmene časového pásma

### 5.5.1 Ak meriaš glukózu v krvi výlučne glukomerom (alebo používaš pripojenie CGM v reálnom čase, iné než Eversense)

V grafe sú záznamy denníka zoradené podľa miestneho času. Časová stupnica grafu je nastavená na časové pásmo telefónu.

V zozname sú záznamy denníka zoradené podľa miestneho času a časové označenie záznamu denníka v zozname je nastavené na časové pásmo, v ktorom bol záznam vytvorený. Ak bol záznam vytvorený v časovom pásme odlišnom od aktuálneho časového pásma telefónu, zobrazí sa ďalší štítok označujúci, v ktorom časovom pásme bol tento záznam vytvorený (pozri časové pásma GMT, „GMT“ znamená Greenwich Mean Time).

### 5.5.2 Ak používaš pripojenie Eversense CGM v reálnom čase

V grafe a zozname sú záznamy denníka a záznamy CGM vždy zoradené podľa absolútneho času (čas UTC), čo znamená, že chronológia udalostí zostane nedotknutá.

Časová stupnica grafu je nastavená na časové pásmo telefónu. Všetky záznamy CGM a záznamy denníka v grafe sú nastavené v čase tak, akoby boli v aktuálnom časovom pásme.

Naproti tomu časové označenie záznamu denníka v zozname je nastavené na časové pásmo, v ktorom bol záznam vytvorený. Ak bol záznam vytvorený v časovom pásme odlišnom od aktuálneho časového pásma telefónu, zobrazí sa ďalší štítok označujúci, v ktorom časovom pásme bol tento záznam vytvorený (pozri časové pásma GMT, „GMT“ znamená Greenwich Mean Time).

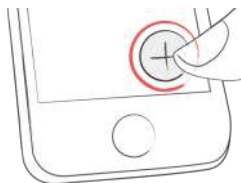
## 6 Záznamy

### 6.1 Pridať záznam

Otvor aplikáciu mySugr.



Klepní na znamienko plus.



Zmeň dátum, čas a prípadne polohu.



Odfot' si svoje jedlo.



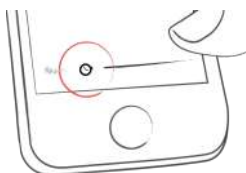
Zadaj glukózu v krvi, sacharidy, typ jedla, informácie o inzulíne, lieky, aktivitu, hmotnosť, HbA1c, ketóny a poznámky.



Zvoľ značky.



Ťapnutím na ikonu pripomienky sa zobrazí menu pre pripomienku. Presuň posúvač na želaný čas (mySugr Pro).



Ulož záznam.



Dokázal si to!



## 6.2 Upraviť záznam

Klepni na záznam, ktorý chceš upraviť, alebo potiahni prstom doprava a klikni na upraviť.



Uprav záznam.



Klepnutím na zelené začiar knutie uložíš zmeny alebo klepnutím na „x“ ich zrušíš a vrátiš sa späť.



### 6.3 Vymazať záznam

Klepní na záznam, ktorý chceš odstrániť, alebo potiahni prstom doprava a záznam vymaže.



Vymazať záznam.



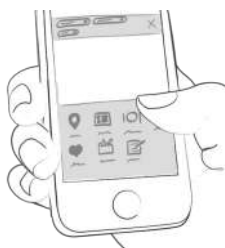
### 6.4 Vyhľadať záznam

(Nie je k dispozícii od v3.92.43)

Klepní na zväčšovacie sklo.

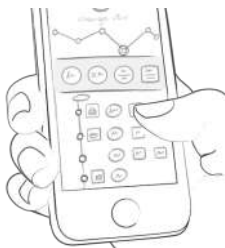


Na získanie vhodných výsledkov vyhľadávania použi filter.



## 6.5 Vid' predchádzajúce záznamy

Ak chceš zobrazit' viac údajov, môžeš posúvať záznamy nahor a nadol alebo môžeš potiahnuť prstom po grafe doľava a doprava.



## 7 Získať body

Body získaš za všetko, čo pre seba urobíš, a cieľom je každý deň vyplniť kruh s bodmi.



Koľko bodov získam?

- **1 bod:** značky, viac fotiek, lieky, poznámky, značky jedla
- **2 body:** glukóza v krvi, záznam jedla, poloha, bolus (inzulínová pumpa) / krátkodobó účinkujúci inzulín (inzulínové pero/striekačka), popis jedla, dočasná bazálna dávka (inzulínová pumpa) / dlhodobó účinkujúci inzulín (inzulínové pero/striekačka), krvný tlak, hmotnosť, ketóny
- **3 body:** prvá fotka, aktivita, popis aktivity, HbA1c



Získaj denne 50 bodov a skrot' svoju príšerku! (Nie je k dispozícii pre používateľov Eversense CGM)



## 8 Odhadovaná hodnota HbA1c

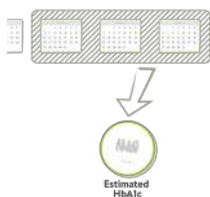
V grafe v pravo hore sa zobrazuje odhadovaná hodnota HbA1c – za predpokladu, že si si zaznamenal/-a dostatočné množstvo hodnôt glukózy v krvi (viac sa o tom dozvieš neskôr). Poznámka: táto hodnota je len odhad a je založená na Tvojich zaznamenaných hladinách glukózy v krvi. Tento výsledok sa môže líšiť od laboratórnych výsledkov.



Aby sa vypočítala odhadnutá hodnota HbA1c, potrebuje mySugr Denník priemerne 3 hodnoty glukózy v krvi denne po dobu minimálne 7 dní. Aby si získal/-a presnejší odhad, zadaj viac hodnôt.



Maximálna doba výpočtu je 90 dní.



## 9 Koučing a odborný zdravotnícky personál

### 9.1 Koučing

Koučovanie nájdeš v bočnom menu (v krajinách, kde je táto služba dostupná).



Klepnutím zbalíš alebo rozbalíš správy. Zobrazit' a odoslať správy môžeš tu.





Odznaky označujú neprečítané správy.



## 9.2 Odborný zdravotnícky personál

Vyhľadaj lekára výberom možnosti „Zdrav. pers.“ v bočnej ponuke (v krajinách, kde je táto služba k dispozícii).



Ťuknutím na poznámku/komentár v zozname zobrazíš poznámku/komentáre od odborného zdravotníckeho personálu. Zároveň máš možnosť na poznámku odborného zdravotníckeho personálu odpovedať prostredníctvom komentárov.



Odznak v ponuke bočného panela, ako aj zvýraznený názov v zozname doručenej pošty označujú neprečítanú poznámku.



Najnovšie správy sa zobrazujú v hornej časti zoznamu.



Neodoslané komentáre sú označené nasledujúcimi varovnými ikonami:



Prebieha odosielanie komentára



Komentár nebol doručený

## 10 Výzvy

Výzvy nájdeš v bočnom menu.



Výzvy sú zvyčajne zamerané na dosiahnutie cieľov súvisiacich s lepším celkovým zdravím alebo manažmentom diabetu, ako je častejšia kontrola cukru v krvi alebo častejšie cvičenie.



## 11 Importovať údaje

### 11.1 Hardvér

Ak chceš importovať údaje zo svojho zariadenia, musíš ho najskôr pripojiť k aplikácii mySugr.

Pred pripojením skontroluj, či nie je Tvoje zariadenie už pripojené k Tvojmu smartfónu. Ak tomu tak je, prejdí na nastavenie Bluetooth v smartfóne a zariadenie odstráň.

Ak to Tvoje zariadenie umožňuje, odstráň tiež predchádzajúce pripojenia so smartfónom z nastavení svojho zariadenia. Môže to spôsobiť chyby (platí pre Accu-Chek Guide).



V menu zvol „Pripojenia“.



Zo zoznamu si vyber svoje zariadenie.



Klikni na „Pripojiť“ a postupuj podľa pokynov zobrazených v aplikácii mySugr.



Po úspešnom pripojení Tvojho zariadenia sa hodnoty automaticky synchronizujú s aplikáciou mySugr. Táto synchronizácia prebieha vždy, keď je spustená aplikácia mySugr, na telefóne je aktivovaná funkcia Bluetooth a keď pracuješ so zariadením tak, aby dochádzalo k odosielaní údajov.



Ak sa zistia duplicitné záznamy (napríklad výsledok merania v pamäti glukomera, ktorý bol takisto ručne zadáný do aplikácie mySugr), automaticky sa zlúčia.

K tomu dôjde len vtedy, ak ručný záznam zodpovedá importovanému záznamu z hľadiska množstva a dátumu/času.

**POZOR:** Hodnoty importované z pripojených zariadení nie je možné zmeniť!



### 11.1.1 Glukomery

Mimoriadne vysoké alebo nízke hodnoty sa označujú takto: Hodnoty pod 20 mg/dL sa zobrazujú ako Lo, hodnoty vyššie než 600 mg/dL sa zobrazujú ako Hi. To isté platí pre ekvivalentné hodnoty v mmol/L.



Po importe všetkých údajov môžeš vykonať meranie naživo. Prejdi na domovskú obrazovku aplikácie mySugr a potom do svojho glukomera vlož testovací prúžok.



Po vyzvaní na Tvojom glukomeri aplikuj vzorku krvi na testovací prúžok a čakaj na výsledok ako obvykle. Hodnota sa preniesie do aplikácie mySugr spolu s aktuálnym dátumom a časom. Ak chceš, môžeš tiež k záznamu pridať ďalšie informácie.



## 11.2 Synchronizácia času na glukomere Accu-Chek Instant

Ak chceš synchronizovať čas medzi svojím smartfónom a glukomerom Accu-Chek Instant, musíš glukomer zapnúť, kým je aplikácia otvorená.

## 11.3 Importovať údaje CGM

### 11.3.1 Importovanie údajov CGM cez Apple Health (len v systéme iOS)

Uisti sa, že v nastaveniach mySugr je zapnutá Apple Health a v nastavení Apple Health je zapnuté zdieľanie glukózy v krvi. Otvor aplikáciu mySugr a údaje CGM sa zobrazia v grafe.

\*Poznámka k systému Dexcom: Apple Health zobrazí zdieľané informácie o glukóze s trojhodinovým oneskorením.

Nezobrazí tak informácie o glukóze v reálnom čase.

### 11.3.2 Skryť údaje CGM

Dvojitým klepnutím na graf otvor prekryvajúci ovládací panel, v ktorom môžeš povoliť alebo zakázať viditeľnosť údajov CGM v Tvojom grafe. (Nie je k dispozícii pre používateľov Eversense CGM)

## 12 Exportovať údaje

Zvoliť „Správy“ z bočného menu.



V prípade potreby zmeníš formát súboru a časový interval (verzia mySugr PRO) a klepni na „Exportovať“. Keď sa dostaneš na svoju obrazovku, klepni na tlačidlo v pravom hornom rohu (dole vľavo od verzie iOS 10) pre prístup k možnostiam odosielania a ukladania.



## 13 Apple Health

Aplikáciu Apple Health môžeš aktivovať v bočnom menu v časti „Pripojenia“. Aplikáciu Google Fit možno aktivovať v bočnom menu

S aplikáciou Apple Health môžeš zdieľať údaje medzi aplikáciou mySugr a inými aplikáciami pre zdravie.



## 14 Štatistika

### 14.1 Všetky krajiny okrem Austrálie a Saudskej Arábie

(Nie je k dispozícii pre používateľov Eversense CGM)

Potiahni prstom denný prehľad doľava a prejdeš na zobrazenie štatistiky.



Dostaneš sa k prehľadu za posledných 7 dní. Zase potiahni prstom doľava a ocitneš sa v 14-dňovom prehľade.



Body zobrazujú, kde sa nachádzaš v čase. Zase potiahni prstom doľava a dostaneš sa k mesačnému prehľadu. Budeš tu môcť dokonca vidieť svoj štvrtročný prehľad!



Potiahni prstom nadol a uvidíš grafy zobrazujúce minulé údaje!



Modrá oblasť zobrazuje Tvoj priemerný počet denných záznamov, celkový počet záznamov a počet bodov, ktoré si už nazbieral.



## 14.2 Len Austrália a Saudská Arábia

(Nie je k dispozícii pre používateľov Eversense CGM)

Ak chceš zobrazit' svoje údaje z minulosti, ťapni na položku „Prejsť na štatistiku“ pod svojim denným prehľadom.



Môžeš tiež otvoriť menu vľavo hore a vybrať ponuku „Štatistika“.



Potiahni prstom doľava a doprava alebo ťapni na šípky a prepínaj si medzi týždennými, dvojtýždňovými, mesačnými a štvrťročnými štatistikami. Aktuálne zobrazené obdobie a dátumy sa zobrazia medzi navigačnými šípkami.



Ak chceš zobrazit' grafy s predchádzajúcimi údajmi, potiahni prstom nadol.



Ak chceš zobrazit' podrobné štatistiky, klikni na šípky nad grafmi.



V hornej časti obrazovky sa zobrazuje priemerný počet denných záznamov, celkový počet záznamov a počet nazbieraných bodov.



Ak sa chceš vrátiť na domovskú obrazovku, ťapni na šípku vľavo hore.



## 15 Odinštalovanie

### 15.1 Odinštalovanie iOS

Klepni a podrž prst na ikone aplikácie mySugr, kým sa nezačne triasť. Klepni na malý znak „x“, ktorý sa zobrazí v hornom rohu. Zobrazí sa správa s požiadavkou potvrdiť odinštalovanie (stlačením tlačidla „Vymazať“) alebo zrušiť (stlačením tlačidla „Zrušiť“).



### 15.2 Odinštalovanie Android



Vyhľadaj aplikácie v nastaveniach svojho telefónu so systémom Android. V zozname nájdí aplikáciu mySugr a klepni na „Odinštalovať“. To je všetko!



## 16 Odstránenie účtu

Pomocou bočnej ponuky prejdí na možnosť Profil a nastavenia a ťapni na „Nastavenia“ (Android) alebo pomocou ponuky „Viac“ na panele kariet prejdí na možnosť Profil a nastavenia a ťukni na „Ďalšie nastavenia“ (iOS).

Ťukni na „Odstrániť môj účet“ a potom stlač „Odstrániť“. Otvorí sa dialógové okno, stlačením tlačidla „Odstrániť“ definitívne potvrdí odstránenie alebo stlačením tlačidla „Zrušiť“ akciu zruš.



Upozorňujeme, že po ťuknutí na tlačidlo „Odstrániť“ budú všetky Tvoje údaje vymazané, a nebudú sa dať obnoviť. Tvoj účet bude odstránený.

## 17 Bezpečnosť údajov

Tvoje údaje sú u nás v bezpečí – je to pre nás veľmi dôležité (aj my sme používateľmi aplikácie mySugr). mySugr implementuje požiadavky na bezpečnosť údajov a ochranu osobných údajov podľa všeobecného nariadenia o ochrane údajov.

Ďalšie informácie nájdeš v našich zásadách ochrany osobných údajov v rámci [Podmienok používania a licencie](#).

## 18 Podpora

### 18.1 Riešenie problémov

Záleží nám na Tebe. Preto máme ľudí s diabetom, ktorí sa postarajú o Tvoje otázky, starosti a obavy.

Rýchle riešenie problémov nájdeš na [stránke pre často kladené otázky](#)

### 18.2 Podpora

Ak máš otázky týkajúce sa aplikácie mySugr, potrebuješ pomoc s aplikáciou, alebo si si všimol/všimla chybu alebo problém, kontaktuj nás ihneď na adrese [support@mysugr.com](mailto:support@mysugr.com).

Môžeš nám tiež zavolať:

+1 (855) 337-7847 (bezplatné linka v USA)

+44 800-011-9897 (bezplatné linka v Spojenom kráľovstve)

+43 720 884555 (Rakúsko)

+49 511 874 26938 (Nemecko)

V prípade vážneho incidentu v súvislosti s používaním mySugr Denníka kontaktuj zákaznícku podporu mySugr a príslušný miestny úrad.

## 19 Výrobca



mySugr GmbH

Trattnerhof 1/5 OG

A-1010 Viedeň, Rakúsko

Telefón:

+1 (855) 337-7847 (bezplatná linka v USA),

+44 800-011-9897 (bezplatná linka v Spojenom kráľovstve),

+43 720 884555 (Rakúsko)

+ 49 511 874 26938 (Nemecko)

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

Výkonný riaditeľ: Joerg Hoelzing

Registračné číslo výrobcu: FN 376086v

Sídlo súdu: Obchodný súd vo Viedni, Rakúsko

IČ DPH: ATU67061939



2022-11-14

Verzia návodu na použitie 3.92.43 (sk)



0 1 2 3

## 20 Informácie o krajine

### 20.1 Austrália

Austrálsky sponzor:

Roche Diabetes Care Australia

2 Julius Avenue

North Ryde NSW 2113

## 20.2 Brazília

Zaregistrované spoločnosťou: 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 - Brazília

Technický manažér: Caroline O. Gaspar CRF/SP: 76.652

Reg. ANVISA: 81414021713

## 20.3 Filipíny

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 Saudská Arábia

Nasledujúce funkcie nie sú dostupné v Saudskej Arábii:

- Týždenné e-mailové správy (pozri 5.4. Profil)
- Nastavenia bazálnej dávky (pozri 5.4. Profil)
- Funkcia vyhľadávania (pozri 6.4. Vyhľadať záznam)

## 20.5 Švajčiarsko

CH-REP

Roche Diabetes Care (Schweiz) AG

Industriestrasse 7

CH-6343 Rotkreuz