

mySugr Kayıt Defteri Kullanım Kılavuzu

Version: 3.92.43_Android - 2022-11-14

1 Kullanım endikasyonları

1.1 Kullanım amacı

mySugr Kayıt Defteri (mySugr Uygulaması), diyabetle ilişkili verileri günlük olarak yöneterek diyabet tedavisini desteklemek için kullanılır ve tedavinin en iyi düzeyde olmasını desteklemeyi amaçlar. İnsülin tedavin, mevcut ve hedef kan şekeri seviyelerin, karbonhidrat alımın ve aktivitelerine ilgili detaylar hakkında bilgiler içeren günlük kayıtlarını manuel olarak oluşturabilirsin. Ayrıca, manuel olarak girilen değerler nedeniyle oluşan hataları azaltmak ve kullanımla ilgili olarak güvenini artırmak için kan şekeri ölçüm cihazı gibi diğer tedavi cihazlarıyla senkronizasyon gerçekleştirebilirsin.

mySugr Kayıt Defteri, tedavi optimizasyonunu iki şekilde destekler:

- 1) İzleme: günlük hayatındaki parametreleri izleyerek, tedavi kararlarını daha bilinçli şekilde vermene yardımcı olur. Ayrıca, tedavi verilerini sağlık profesyonelinle görüşmek için veri raporları oluşturabilirsin.
- 2) Tedavi Uyum: mySugr Kayıt Defteri, seni motive ederek harekete geçirir, mevcut tedavi durumun hakkında geri bildirim sağlar ve tedavine bağlı kalmak için motive kalabilmen açısından seni ödüllendirerek tedavi uyumunu artırır.

1.2 mySugr Kayıt Defteri kimler içindir?

mySugr mySugr Uygulaması aşağıdaki kişiler için özel olarak hazırlanmıştır:

- diyabet tanısı olanlar
- 16 yaş ve üzerinde olanlar
- bir doktorun veya başka bir sağlık uzmanının gözetiminde olanlar
- diyabet tedavilerini bağımsız olarak yönetmek için fiziksel ve ruhsal yeterliliğe sahip olanlar
- akıllı telefonu yeterli ölçüde kullanabilenler

1.3 mySugr Kayıt Defteriö hangi cihazlarda çalışır?

mySugr Kayıt Defteri, iOS 14.2 ya da daha üst sürümlerdeki her iOS cihazında kullanılabilir. Ayrıca, Android 8.0 ya da daha üst sürümlerdeki çoğu Android akıllı telefonda da kullanılabilir. mySugr Kayıt Defteri, kök erişimi olan cihazlarda veya Jailbreak yüklenmiş akıllı telefonlarda kullanılmamalıdır.

1.4 Kullanım ortamı

Bir cep telefonu uygulaması olan mySugr Kayıt Defteri, kullanıcının cep telefonu kullanımına genel olarak izin verilen ortamlarda kullanılabildiği için sadece kapalı mekanda kullanımla sınırlı değildir.

2 Kontrendikasyonlar

Yoktur

3 Uyarılar



3.1 Tıbbi tavsiye

mySugr Kayıt Defteri, diyabet tedavisini desteklemek amacıyla kullanılır ancak hiçbir zaman doktor/diyabet tedavi ekibi kontrolünün yerini tutmaz. Uzun süreli kan şekeri değerlerin için (HbA1c) düzenli uzman kontrollerini yaptırman ve kan şekeri düzeylerini bağımsız olarak yönetmeye devam etmen gerekir.

3.2 Önerilen güncellemeler

mySugr Kayıt Defteri güvenli olarak ve en iyi şekilde çalıştırabilmek için piyasaya sürülen yazılım güncellemelerini hemen kurmanız önerilir.

4 Önemli özellikler

4.1 Özet

mySugr Uygulaması diyabet yönetimini kolaylaştırmak ve genel olarak günlük diyabet tedavini optimize etmek istiyor ancak bu, kendi sağlığın için senin özellikle uygulamaya bilgilerini girme konusunda ne kadar aktif ve yoğun olarak çabaladığına bağlı. Kayıt yapmanın sıkıcı bir hale gelmemesi ve motivasyonunu kaybetmemen için mySugr Uygulamasına birkaç eğlenceli öge ekledik. Önemli olan, mümkün olduğunca çok kayıt yapman ve kendine karşı tamamen dürüst olman. Bu, kayıtlarından faydalanmanın tek yolu. Yanlış ya da eksik veriler sana yardım edemez.

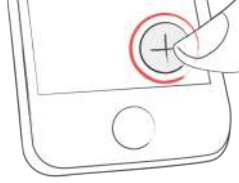
mySugr'ın temel özellikleri:

- Hızlı veri girişı
- Kişiselleştirilmiş oturum açma ekranı
- Gününün detaylı analizi
- Kullanışlı fotoğraf fonksiyonları (kayıt başına birden çok resim)
- Eğlenceli mücadeleler
- Çoklu rapor biçimleri (PDF, CSV, Excel)
- Anlaşılır grafikler
- Pratik kan şekeri hatırlatmaları (yalnızca belirli ülkelerde kullanılabilir)
- Apple Health entegrasyonu
- Güvenli veri yedekleme
- Hızlı çoklu cihaz arası senkronizasyon
- Accu-Chek Aviva/Performa Connect/Guide/Instant/Mobile entegrasyonu
- Beurer GL 50 evo entegrasyonu (sadece Almanya ve İtalya)
- Ascensia Contour Next One entegrasyonu (mevcut olduğu yerlerde)
- Novo Pen 6 / Novo Pen Echo+ entegrasyonları
- Lilly Tempo Smart Button entegrasyonu

YASAL UYARI: Mevcut cihazların tam listesi için lütfen mySugr uygulamasındaki "Bağlantılar" bölümünü kontrol et.

4.2 Önemli özellikler

Hızlı ve kolay veri girişı.



Akıllı arama.



Düzenli ve anlaşılır grafikler.



Kullanışlı fotoğraf fonksiyonu (kayıt başına birden çok resim).



Eğlenceli mücadeleler.



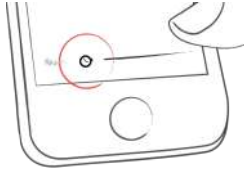
Farklı rapor biçimleri: PDF, CSV, Excel (PDF ve Excel sadece mySugr PRO'da).



Motive edici bildirimler.



Pratik kan şekeri hatırlatıcısı.



Birkaç cihaz arasında hızlı veri senkronizasyonu (mySugr PRO).



5 İlk adımlar

5.1 Kurulum

iOS: iOS cihazında App Store'u açıp "mySugr" için arama yap. Ayrıntıları görmek için uygulamaya tıkla, "İndir"e ve sonra "Yükle"ye dokunarak yükleme işlemini başlat. App Store parolan istenir. Parolayı girdikten sonra mySugr Uygulamasını indirilip yüklenmeye başlar.

Android: Android cihazında Play Store'u açıp "mySugr" için arama yap. Ayrıntıları görmek için uygulamaya tıkla ve sonra "Yükle"e dokunarak yükleme işlemini başlat. Google indirme koşullarını kabul etmen istenir. Bundan sonra mySugr Uygulaması indirilip yüklenmeye başlar.



mySugr Uygulamasını kullanabilmek için önce kayıt olmalısın. Bu adım daha sonra verilerini dışa aktarabilmen için gereklidir.



5.2 Ana sayfa

5.2.1 Kan şekerini sadece ölçüm cihazıyla ölçüyorsan (veya Eversense olmayan gerçek zamanlı bir CGM bağlantısı kullanıyorsan)

En çok kullanılan iki özellik, kayıt araması yapmak için (mySugr PRO) gerekli olan **Büyüteç** ve yeni kayıt yapmak için gerekli olan **Artı Simgesi**'dir.



Grafiğin altında, günün istatistiğini görürsün:

- Kan şekeri ortalaması
- Kan şekeri sapmaları
- Hipolar ve hiperler

Ayrıca bu istatistiklerin altında insülin, karbonhidrat ve daha fazlasının miktarları hakkında bilgi veren alanları bulabilirsin.



Grafiğin altında, belirli günler için şu bilgileri içeren karolar görürsün:

- Kan şekeri ortalaması
- kan şekeri sapmaları
- hipo ve hiper sayıları
- insülin oranı
- alınan bolus veya yemek zamanı insülin miktarı
- alınan karbonhidrat miktarı
- aktivite süresi
- ilaçlar
- kilo
- tansiyon



5.2.2 Eversense gerçek zamanlı CGM bağlantısı kullanıyorsan

En üstte son CGM değerini görebilirsin. Değer 10 dakika öncesine ait veya daha eskiyse, kırmızı bir etiket değerin ne kadar eski olduğunu gösterir.



Aşağıda bir grafik göreceksin. CGM değerlerini, tedavi etkinlikleri işaretleriyle birlikte bir eğri şeklinde gösterir.

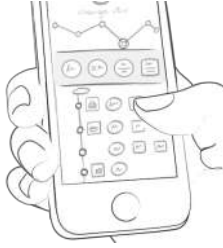
Daha eski verileri görüntülemek için grafiği yanlara doğru kaydırabilirsin. Bunu yaptığında, büyük CGM değeri, daha küçük bir sayı ile değiştirilerek sana geçmişteki CGM değerleri gösterilir. En son CGM değerini tekrar görmek için grafiği tamamen sağa kaydırman gerekir.



Bazen grafiğin altında bilgiler içeren kutular göreceksin. Bunlar, örneğin, CGM bağlantınla ilgili bir sorun olduğunda görünür.



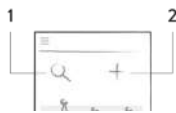
Aşağıda, en yeni kayıtlar üstte olacak şekilde bir kayıt listesi bulacaksın. Eski değerleri görmek için listeyi yukarı ve aşağı doğru kaydırabilirsin.



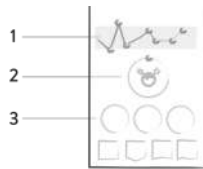
5.3 Terim, ikon ve renklerin açıklaması

5.3.1 Kan şekerini sadece ölçüm cihazıyla ölçüyorsan (veya Eversense olmayan gerçek zamanlı bir CGM bağlantısı kullanıyorsan)

- 1) Büyüteç'e dokunarak kayıtlar, etiketler, lokasyonlar gibi farklı konularda aramalar yapabilirsin.
- 2) Artı Simgesi'ne dokunarak yeni bir kayıt yapabilirsin.



Ana sayfadaki öğelerin (3) ve canavarının (2) rengi o güne ait kan şekeri değerlerine göre değişir. Grafiğin rengi günün saatine göre değişir (1).



Yeni bir kayıt oluşturduğunda etiketleri bir durumu, senaryoyu, bağlamı, ruh veya duygu durumunu ifade etmek için kullanabilirsin. Her ikonun altında her etiket için ayrı bir açıklama bulunur.



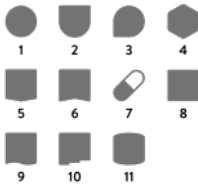
Renkler yukarıda açıklandığı şekilde, mySugr Uygulamasının farklı alanlarında kullanılır ve kullanıcılar tarafından ayarlarda tanımlanmış olan hedef aralığı baz alınır.

- Kırmızı: kan şekeri hedef aralığında değil
- Yeşil: kan şekeri hedef aralığında
- Turuncu: kan şekeri çok iyi değil, fakat çok kötü de değil



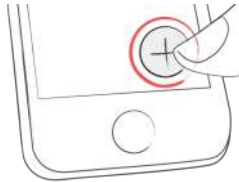
Uygulamanın içinde on bir farklı şekilde sunulan kutucuk çeşitleri görebilirsin:

- 1) Kan şekeri
- 2) Ağırlık
- 3) HbA1c
- 4) Ketonlar
- 5) Bolus insülin
- 6) Bazal insülin
- 7) İlaçlar
- 8) Yemek
- 9) Aktivite
- 10) Adımlar
- 11) Tansiyon



5.3.2 Eversense gerçek zamanlı CGM bağlantısı kullanıyorsan

Artı İşaretine dokunarak bir kayıt ekleyebilirsin.



Üstteki CGM değerinin rengi, değer ne kadar yüksek veya düşük olduğuna göre uyarlanır:

- Kırmızı: Glikoz hipo veya hiper
- Yeşil: Glikoz hedef aralıkta
- Turuncu: Glikoz hedef aralığın dışında ama hipo veya hiper değil

Ayarlar ekranından aralıkları değiştirebilirsin.

Aynı renk kodlaması CGM eğrisi ve grafik ve listedeki kan şekeri ölçümleri için de geçerlidir.



Grafikteki işaretlerde veri tipini belirten simgeler bulunur. İşaretler veri tipine bağlı olarak farklı renklere sahiptir.

- 1) Damla: Kan şekeri ölçümü
- 2) Şırınga: Bolus insülin enjeksiyonu
- 3) Elma: Karbonhidrat
- 4) Altında noktalar olan şırınga: Bazal insülin enjeksiyonu



Yeni bir kayıt oluşturduğunda etiketleri bir durumu, senaryoyu, bağlamı, ruh veya duygu durumunu ifade etmek için kullanabilirsin. Her ikonun altında her etiket için ayrı bir açıklama bulunur.



5.4 Profil

Profil & Ayarlar bölümüne yan menüden ulaşabilirsin.



Kişisel bilgilerini, tedavi ayarlarını, uygulamanın genel ayarlarını değiştir. Eğer istersen kendin hakkında ek bilgiler, diyabet tipin ya da teşhis tarihini de girebilirsin. Gerekirse aşağıdan parolanı değiştirebilirsin.



Sana ait isim, e-posta adresi, cinsiyet ve doğum tarihi gibi bilgilerini gir. Gelecekte gerekirse burada e-posta adresini değiştirebilirsin. Ayrıca şifreni değiştirebilir veya çıkış yapabilirsin. Son olarak önemli bir hatırlatma daha, diyabet canavarına bir isim ver! Devam et, yaratıcı ol!



mySugr'ın düzgün çalışması için diyabet yönetimin hakkında bazı detayları bilmesi gerekir. Mesela kan şekerini ölçtüğün birim (mg/dL veya mmol/L), karbonhidratlarını nasıl saydığın, insülini alış şeklin (pompa, kalem/şırınga veya hiçbiri). İnsülin pompası kullananlar buraya bazal değerlerini girebilir ve bu değerlerin grafiklerde gösterilmesini veya 30 dakikalık artış halinde gösterilmesini isteyip istemediklerini ayarlayabilirler. Oral olarak aldığın ilaçların isimlerini bir kez girdiğinde, ilaçların isimleri gelecekte yapacağın kayıtlar için kaydedilmiş olur. İstersen başka birçok bilgi de ekleyebilirsin (yaş, diyabet türü, hedef kan şekeri oranı, hedef ağırlık, vb.). Hatta diyabet cihazların hakkında ayrıntılar da ekleyebilirsin. Cihazını bulamıyorsan burayı şimdilik boş bırak, ancak lütfen eksikliği bize bildir ki cihazı listeye ekleyelim.



24 saatlik toplam bazal insülin değeri sağ üst köşede gösterilir. Sağ üst köşedeki yeşil tik işaretine tıklayarak bazal değerlerini kaydedebilir ya da sol üst köşedeki "x" işaretine tıklayarak iptal edip Ayarlar ekranına dönebilirsin.



Burada diyabet cihaz ve ilaç bilgilerini ekleyebilirsiniz. Listede cihazını veya ilacını görmüyor musun? Endişelenme, bu adımı geçebilirsiniz. Ancak lütfen eksikliği bize bildir ki listeye ekleyelim. Canavar seslerini açıp kapatmak için ve haftalık e-posta raporunu almak istiyorsan ilgili düğmeyi aç. Bunların dışında bolus hesaplayıcısının ayarlarını da değiştirebilirsin (eğer bulunduğun ülkede kullanılabilir ise).



5.5 Saat dilimini değiştirirken uygulama davranışı

5.5.1 Kan şekerini sadece ölçüm cihazıyla ölçüyorsan (veya Eversense olmayan gerçek zamanlı bir CGM bağlantısı kullanıyorsan)

Grafikteki kayıtlar yerel saate göre sıralanır. Grafiğin zaman ölçeği telefonun saat dilimine ayarlanır.

Listedeki kayıtlar yerel saate göre sıralanır ve listedeki kaydın saat etiketi kaydın oluşturulduğu saat dilimine ayarlanır. Telefonun geçerli saat diliminden farklı bir saat diliminde bir kayıt oluşturulmuşsa bu kaydın hangi saat diliminde oluşturulduğunu gösteren ek bir etiket gösterilir (bkz. saat dilimlerinin GMT'ye göre farkı, "GMT" Greenwich Ortalama Saati anlamına gelir).

5.5.2 Eversense gerçek zamanlı CGM bağlantısı kullanıyorsan

Grafikte ve listede kayıtlar ve CGM kayıtları her zaman mutlak zamanlarına (UTC saati) göre sıralanır, bu da olay kronolojisinin bozulmadan kaldığı anlamına gelir.

Grafiğin zaman ölçeği telefonun saat dilimine ayarlıdır. Grafikteki tüm CGM kayıtları ve günlük kayıtları sanki geçerli saat dilimindeymiş gibi bir saate ayarlanır.

Bunun aksine, listedeki bir kaydın saat etiketi kaydın oluşturulduğu saat dilimine ayarlanır. Telefonun geçerli saat diliminden farklı bir saat diliminde bir kayıt oluşturulmuşsa bu kaydın hangi saat diliminde oluşturulduğunu gösteren ek bir etiket gösterilir (bkz. saat dilimlerinin GMT'ye göre farkı, "GMT" Greenwich Ortalama Saati anlamına gelir).

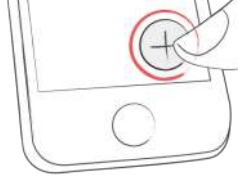
6 Kayıtlar

6.1 Bir kayıt yap

mySugr Uygulamasını aç.



Artı işaretine tıkla.



Gerekli olduğunda tarih, zaman ve lokasyonu değiştir.



Yemeğinin fotoğrafını çek.



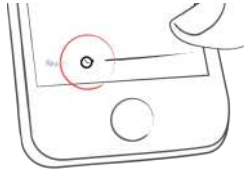
Kan şekeri değerini, karbonhidratları, besin çeşidini, insülin ayrıntılarını, ilaçları, aktiviteyi, kiloyu, HbA1c'yi, ketonları ve notları gir.



Etiketleri seç.



Hatırlatıcı menüsüne gitmek için hatırlatıcı simgesine tıkla.
Regülatörü istediğin zamana göre ayarla (mySugr Pro).



Girişi kaydet.



Başardın!



6.2 Bir kayıt düzenle

Düzenlemek istediğin kayda dokun ya da sağa doğru kaydırıp Düzenle'ye tıkla.



Kaydı düzenle.



Yeşil tik işaretine dokunarak değişiklikleri onayla ya da değişiklikleri iptal edip geri dönmek için "x" işaretine dokun.



6.3 Bir kayıt sil

Silmek istediğin kaydın üstüne tıkla ya da kaydı silmek için sağa kaydır.



Kaydı sil.



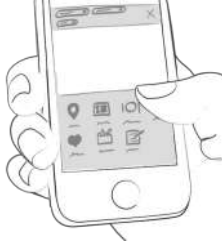
6.4 Bir kaydı arama

(v3.92.43 itibariyle kullanılamayacaktır)

Büyüteç'e tıkla.

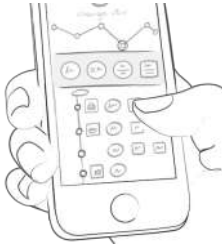


Filtre kullan ve hedeflediğin arama sonuçlarını elde et.



6.5 Önceki kayıtlara bak

Gezinmek için kayıtlarını aşağı ve yukarı kaydır ve daha fazla veri görmek için grafiğini sağa ve sola kaydır.



7 Puan topla

Kendinle ilgilenmek adına yaptığın her şey için puan kazanırsın. Amaç, her gün ilerleme dairesini dolduracak kadar

puan almaktır.



Ne kadar puan kazanırım?

- **1 Puan:** Etiketleme; daha fazla fotoğraf, ilaç, not ve beslenme ile ilgili etiketlemeler
- **2 Puan:** Kan şekeri, öğün kayıtları, konum, bolus (pompa) / kısa etkili (kalem/şırınga), öğün tanımı, geçici bazal değerler (pompa) / uzun etkili insülin (kalem/şırınga), tansiyon, vücut ağırlığı, ketonlar
- **3 Puan:** İlk fotoğraf, aktivite, aktivite açıklaması, HbA1c



Günde 50 puan al ve diyabet canavarını evcilleştir!
(Eversense CGM kullanıcıları için mevcut değil)



8 Tahmini HbA1c

Grafiğin sağ üst kısmında kaydettiğin kan şekeri değerlerine göre hesaplanmış olan tahmini HbA1c değerini gösterilmektedir (daha fazla bilgi için sonrakine geç). Not: Belirlenen değer yaptığın kan şekeri düzeyi kayıtlarını baz alan tahmini değerlerdir. Bulduğumuz sonuç laboratuvar değerlerinden farklı olabilir.



Tahmini HbA1c değerini hesaplamak için mySugr Kayıt Defteri bir haftalık zaman aralığında günde ortalama üç değere ihtiyaç duyar. Ne kadar çok kayıt yaparsan tahmin gerçeğe o kadar yakın olur.



Maksimum hesaplama periyodu 90 gündür.



9 Koçluk ve sağlık profesyoneli (HCP)

9.1 Coaching

Coaching'i yan menüde bulabilirsin (bu hizmetin kullanılabilir olduğu ülkelerde).



Genişletmek ya da kapatmak için mesajın üzerine tıkla. Burada mesajları görüntüleyebilir veya gönderebilirsin.



İşaretler okunmamış mesajları gösterir.



9.2 Sağlık profesyoneli

Yan menüde "HCP"yi seçerek HCP'yi bulabilirsin (bu hizmetin mevcut olduğu ülkelerde).



Sağlık profesyonelinden gelen notu/yorumu görmek için listedeki listedeki nota/yoruma dokun. Aynı zamanda sağlık profesyonelinin notuna yorumlarla yanıt verebilirsin.



Kenar çubuğu menüsündeki işaret ve gelen kutusu listesinde vurgulanan başlık, okunmamış bir notu gösterir.



En yeni mesajlar listenin en üstünde gösterilir.



Gönderilmemiş olan yorumlar aşağıdaki uyarı simgeleriyle işaretlenir:



Yorum gönderiliyor



Yorum gönderilemedi

10 Mücadeleler

Yan menüde mücadeleleri bulabilirsiniz.



Kan şekerini daha sık kontrol etmek ya da daha fazla spor yapmak gibi daha sağlıklı bir yaşam için gerekli hedeflere ulaşman konusunda mücadeleler sana yardımcı olur.



11 Verileri içe aktar

11.1 Donanım

Verileri cihazından içe aktarmak için öncelikle mySugr ile bağlamalısın.

Bağlantı kurmadan önce lütfen cihazının akıllı telefonuna bağlı olmadığından emin ol. Bağlı ise telefonunun Bluetooth ayarlarına git ve cihazını kaldır.

Cihazın izin veriyorsa, cihazın ile akıllı telefonun arasındaki önceki eşleşmeyi de cihazından kaldır. Bu hatalara neden olabilir (Accu-Chek Guide için geçerlidir).



Menüden "Bağlantılar"ı seç.



Listeden kullandığın cihazı seç.



"Bağlan"a tıkla ve mySugr Uygulamasında gösterilen talimatları takip et.



Ölçüm cihazını eşleştirdikten sonra verilerin otomatik olarak mySugr uygulaması ile senkronize edilir. Bu senkronizasyon; mySugr uygulaması açıkken, telefonunda Bluetooth etkin olduğunda ve cihazınla veri göndermesini sağlayacak şekilde etkileşime girdiğinde gerçekleşir.



Birden çok giriş olduğu tespit edildiğinde (örneğin, ölçüm cihazı hafızasındaki bir kaydın aynı zamanda mySugr uygulamasına manuel olarak girilmesi) bunlar otomatik olarak birleştirilir.

Bu durum yalnızca içe aktarılan manuel girişteki miktar ve tarih/saat aynı olduğunda gerçekleşir.

DİKKAT: Bağlı cihazlardan içe aktarılan değerler değiştirilemez.



11.1.1 Kan Şekeri ölçüm cihazları

Aşırı yüksek veya düşük değerler şu şekilde işaretlenir: 20 mg/dL'nin altındaki değerler Lo olarak görüntülenir, 600 mg/dL'nin üzerindeki değerler Hi olarak görüntülenir. Aynı şey, mmol/L cinsinden eşdeğer değerler için de geçerlidir.



Tüm verilerin içe aktarılmasından sonra canlı ölçüm yapmak mümkündür. mySugr Uygulaması'ndaki ana ekrana git ve ardından cihazına ölçüm çubuğunu tak.



Ölçüm cihazın istediğinde ölçüm çubuğuna kan aktarımı yap ve her zamanki gibi sonucu bekle. Değer, geçerli tarih ve saat ile mySugr Uygulamasına aktarılır. İstersen bu girişe ilave bilgiler de ekleyebilirsin.



11.2 Accu-Chek Instant saat senkronizasyonu

Telefonun ile Accu-Chek Instant ölçüm cihazı arasındaki saati senkronize etmek için, uygulama açıkken ölçüm cihazını açman gerekir.

11.3 CGM verilerini içe aktar

11.3.1 CGM verilerini Apple Health (sadece iOS) üzerinden aktar

Apple Health'in mySugr Uygulaması ayarlarında aktive edildiğinden ve Apple Health ayarlarında kan şekeri verilerinin paylaşımının aktive edildiğinden emin ol. mySugr Uygulamasını açtığında, grafikte CGM verileri görüntülenir. *Dexcom için not: sağlık uygulaması paylaşım yapan kişinin kan şekeri değerlerini 3 saat gecikme ile göstermektedir. Gerçek zamanlı değerler gösterilmez.

11.3.2 CGM verilerini sakla

Grafiğin üstüne iki kez dokunduğunda grafiğindeki CGM verilerinin görünürlüğünü etkinleştirip devre dışı bırakabileceğin yer paylaşımlı bir kontrol paneli açılır. (Eversense CGM kullanıcıları için mevcut değil)

12 Verileri dışa aktar

Yan menüde "Raporlar"ı seç.



Gerekli olduğunda dosya biçimini ve zaman aralığını değiştirin (mySugr PRO) ve "Dışa aktar"a dokununuz. Dışa aktarım seçeneği gözüktüğünde, raporu göndermek ya da kaydetmek için sağ üstteki (iOS 10'dan itibaren sol alt) butona dokununuz.



13 Apple Health

Yan menüde "Bağlantılar"a giderek Apple Health'i aktive edebilirsin. Google Fit yan menüden aktive edilebilir

Apple Health sayesinde mySugr ve diğer sağlık uygulamaları arasında veri paylaşımı yapabilirsin.



14 Özet

14.1 Avustralya ve Suudi Arabistan dışındaki tüm ülkeler

(Eversense CGM kullanıcıları için mevcut değil)

Günlük özeti gösteren alanı sola kaydırıldığında özet bölümünü görebilirsin.



Son 7 günün özetini almak üzeresin. Tekrar sola doğru kayarsan 14 günlük özetini görebilirsin.



Puanlar sana nerede olduğunu gösterir. Tekrar sola doğru kayarsan aylık özetini görebilirsin. Hatta üç aylık özetini bile görebilirsin!



Sayfanın altına indiğinde geçmiş verilere ait grafikleri görebilirsin!



Mavi alanda günlük ortalama kaç kayıt yaptığını, toplamda kaç kayıt yaptığını ve kaç puan topladığını görebilirsin.



14.2 Yalnızca Avustralya ve Suudi Arabistan

(Eversense CGM kullanıcıları için mevcut değil)

Geçmiş verilerini görmek için “Özete git” üzerine dokun.



Aynı zamanda sol üst menüyü açarak “Özet” seçimini yapabilirsin.



Haftalık, iki haftalık, aylık ve üç aylık özetler arasında geçiş yapmak için ekranı sola ve sağa kaydır veya okların üzerine dokun. Şu anda ekranda görünen dönem ve tarihler gezinme okları arasında görünür.



Önceki verileri gösteren grafikleri görmek için sayfayı aşağı indir.



Ayrıntılı istatistikleri görmek için grafiklerin üzerindeki oklara tıkla.



Ekranın üst kısmında ortalama günlük kayıtlarını, toplam kayıtlarını ve kaç puan topladığını görebilirsin.



Ana ekrana geri dönmek için sol üst oka dokun



15 Kurulumu kaldırma

15.1 iOS kurulumu kaldırma

Titreyene kadar mySugr Uygulamasının simgesine dokun. Üst köşede beliren küçük "x"e dokun. Senden kurulumu kaldırmayı ("Sil"e basarak) veya iptali ("İptal"e basarak) doğrulamayı isteyen bir mesaj belirecektir.



15.2 Android kurulumunu kaldırma

Android telefonunun ayarlarından uygulamalara bak, listede mySugr Uygulaması'nı bul ve "Kaldır"a dokun. İşte bu kadar!



16 Hesap silme

Profil ve Ayarlar'a erişmek için yan menüden "Ayarlar"a dokun (Android) veya sekme çubuğundaki "Diğer" menüsüne gidip Profil ve Ayarlar'dan "Diğer Ayarlar"a (iOS) git.

"Hesabımı sil"e dokunduktan sonra "Sil"e dokun. Açılan iletişim kutusunda silme işlemi son olarak onaylamak için "Sil"e bas veya silme işlemi iptal etmek için "İptal"e bas.



"Sil" düğmesine dokunduğuda tüm verilerinin silineceğini ve bu işlemin geri alınamayacağını lütfen unutma. Hesabın da silinir.

17 Veri güvenliği

Verilerin bizimle güvende. Bu konu bizim için son derece önemli (biz de mySugr kullanıyoruz). mySugr, Genel Veri Koruma Düzenlemesine göre veri güvenliği ve kişisel veri koruma gerekliliklerini uygular.

Daha fazla bilgi için [Ticari Şartlarımızdaki](#) gizlilik politikasına bakabilirsin.

18 Destek

18.1 Sorun giderme

Bizim için değersin. Bu nedenle, soruların, endişelerin ve sorunların ile ilgilenmeleri için diyabetli kişilerle çalışıyoruz.

Hızlı sorun giderme için [SSS sayfamızı ziyaret et](#)

18.2 Destek

mySugr ile ilgili soruların varsa, uygulamayla ilgili yardıma ihtiyaç duyarsan veya bir hata ya da sorun fark edersen lütfen support@mysugr.com adresinden bizimle hemen iletişime geç.

Ayrıca bizi aşağıdaki numaralardan da arayabilirsin:

+1 (855) 337-7847 (ABD ücretsiz)

+44 800-011-9897 (Birleşik Krallık ücretsiz)

+43 720 884555 (Avusturya)

+49 511 874 26938 (Almanya)

mySugr Kayıt Defterinin kullanımıyla bağlantılı olarak ciddi olaylar meydana gelmesi halinde lütfen mySugr müşteri desteği ve yerel yetkili makamla görüş.

19 Üretici



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Viyana, Avusturya

Telefon:
+1 (855) 337-7847 (ABD ücretsiz),
+44 800-011-9897 (Birleşik Krallık ücretsiz),
+43 720 884555 (Avusturya)
+49 511 874 26938 (Almanya)

E-posta: support@mysugr.com

Yönetici Direktör: Joerg Hoelzing
Ticaret Sicil Numarası: FN 376086v
Yetkili Mahkeme: Viyana Ticaret Mahkemesi, Avusturya
Vergi No: ATU67061939



2022-11-14
Kullanım Kılavuzu versiyon 3.92.43 (tr)



20 Ülke bilgileri

20.1 Avustralya

Avustralya sponsoru:
Roche Diabetes Care Australia
2 Julius Avenue
North Ryde NSW 2113

20.2 Brezilya

Tescil Sahibi: 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 - Brasil
Teknik Müdür: Caroline O. Gaspar CRF/SP: 76.652
Reg. ANVISA: 81414021713

20.3 Filipinler

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 Suudi Arabistan

Aşağıdaki özellikler Suudi Arabistan'da kullanılamaz:

- Haftalık e-posta raporları (5.4. Profil kısmına bak)
- Bazal oran ayarları (5.4. Profil kısmına bak)
- Arama fonksiyonu (6.4. Bir kaydı arama kısmına bak)

20.5 İsviçre

CH-REP
Roche Diabetes Care (Schweiz) AG
Industriestrasse 7
CH-6343 Rotkreuz