



#S



Verkrijgbaar in de App Store

ONTDEK HET OP Google Play

YOU CAN DO IT

ANYTIME, ANYWHERE


FreeStyle Libre 2
FLASH GLUCOSE MONITORING SYSTEM




life. to the fullest.®
Abbott



Inhoudsopgave FreeStyle Libre 2-systeem

§

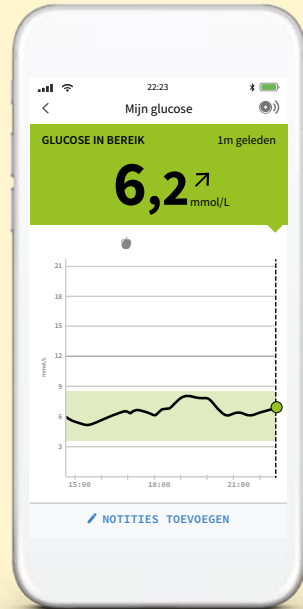
#

	Het FreeStyle Libre 2-systeem	4
	FreeStyle Libre 2 sensor en applicator	6
	Sensor aanbrengen	7
	De sensor de eerste keer starten	9
	Zo kan een dag eruit zien met het FreeStyle Libre 2-systeem*	11
	Metten in bloed en in weefselvocht	12
	FreeStyle LibreLink app	16
	FreeStyle LibreLink voor de eerste keer instellen	17
	Wat zie je op de app?	18
	Notities toevoegen	20
	Grafieken en geschiedenis bekijken	21
	Instellen van optionele alarmen	24
	Verbinden met de praktijk of verzorgers	26
	FreeStyle Libre 2 reader	28
	De reader voor de eerste keer instellen	29
	Wat zie je op de reader?	30
	Notities toevoegen	32
	Grafieken en geschiedenis bekijken	33
	Instellen van optionele alarmen	36
	LibreView: al jouw glucosewaarden in de cloud	38
	Gegevens automatisch inzien met de FreeStyle LibreLink app	39
	Gegevens uploaden en inzien met de FreeStyle Libre 2 reader	40
	Accountinstellingen	41
	Geschiedenis en rapporten	42
	Gegevens delen met jouw zorgverlener	45
	LibreLinkUp: deel jouw glucosewaarden	46
	Wat zie je op de app?	47
	Iemand uitnodigen om jouw glucosewaarden te raadplegen	47
	Praktische zaken en tips	48
	Waar je terecht kunt voor vragen, vergoeding en levering?	50
	Referenties	52
	Notities	53

*Dit is een voorbeeld van een dag met de FreeStyle Libre 2.

Scan jouw sensor zo vaak als je met jouw zorgverlener hebt afgesproken.

Makkelijk altijd en overal glucose controleren met het FreeStyle Libre 2-systeem



FreeStyle Libre 2 sensor

Meet automatisch de glucosespiegel, dag en nacht. Registreert automatisch en permanent de glucosewaarden van de laatste acht uur. Data wordt per kwartier opgeslagen.

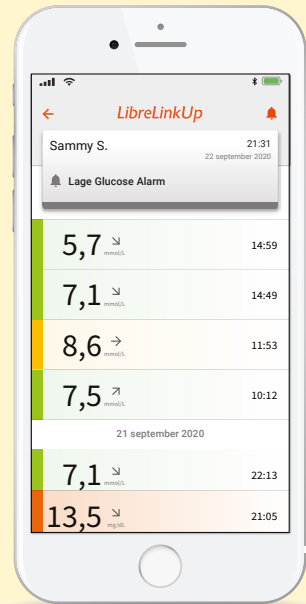
FreeStyle Libre applicator

Een steriele verpakking met daarin de sensor en de applicator om de sensor aan te brengen.

FreeStyle LibreLink app^{1,2} en/of de reader

Deze worden gebruikt om de sensor te scannen en de glucosewaarden te tonen.





LibreView³

Al je glucosewaarden op één veilige plek in de cloud. Altijd en overal toegang tot al jouw glucosegegevens, die eenvoudig te delen zijn met jouw zorgverlener.

Geeft een totaalbeeld van glucosewaarden, zodat er betere behandelbeslissingen genomen kunnen worden.

LibreLinkUp⁴

Ouders/verzorgers kunnen op afstand jouw glucosewaarden zien wanneer er wordt gescand met een mobiele telefoon.

#

FreeStyle Libre 2 sensor en applicator



#,S



Dag en nacht **automatisch meten**. Met een eenvoudige scan kun je glucoseschommelingen zien, hypers en ook 's nachts hypo's.⁸



Eenvoudig en discreet: klein formaat zo groot als een 2 euro munt, comfortabel te dragen onder kleding.⁹



Werkt **14 dagen**, hoeft slechts eens in de 2 weken te worden aangebracht.⁵



Waterdicht: kan gedragen worden tijdens sporten, baden, douchen, zwemmen (gedurende **30 minuten tot 1 meter** diepte).¹⁰

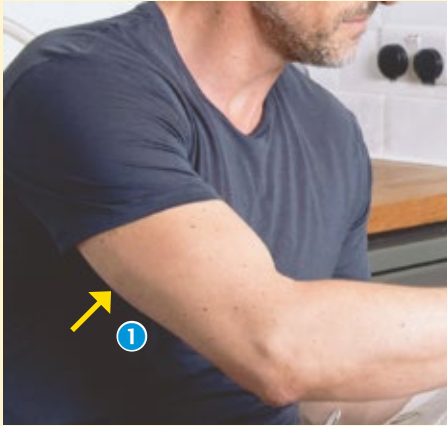


Pijnlijke **vingerprikken** zijn niet meer nodig.^{6,7} **Zelf** eenvoudig aan te brengen met de gebruiksvriendelijke applicator.



Praktisch: de sensor kan door kleding met een dikte tot **4 cm** gelezen worden door de reader en/of de smartphone.⁹

Sensor aanbrengen



Kies een plaats (vanaf de elleboog tot de oksel), op de achterkant van je bovenarm.

- 1 Neem een gebied dat doorgaans niet gebogen of geplooid wordt. Kies bij voorkeur een plek waar de sensor niet makkelijk blijft hangen aan iets. **Vermijd** plekken met littekens, moedervlekken, striae, veel haar, knobbels of tatoeages.

Bereid de huid voor:

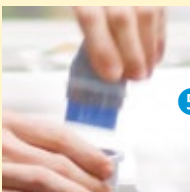
- 2 Reinig de huid eerst met water en zeep. Gebruik dan een doekje met **alcohol** (verkrijgbaar bij bijv. drogist) om huidolie en zweet te verwijderen. **Laat aan de lucht drogen voor een betere aanhechting van de sensor.**

Maak de sensor klaar:

- 3 **Verwijder de afdekkfolie** (tip: op deze folie staat je serienummer) van de sensorverpakking. Draai de transparante dop van de sensorapplicator los.
- 4 **Zet de zwarte streep van de sensorapplicator in lijn** met de streep van de sensorverpakking. Druk de applicator stevig in één beweging naar beneden.
- 5 Haal de **sensorapplicator** uit de sensorverpakking.



Let op: gebruik hiervoor een vlakke ondergrond om de sensor niet te beschadigen!





Breng de sensor aan:

- 6 Plaats de applicator voorzichtig op het voorbereide gebied. **Druk** om de sensor aan te brengen.
- 7 Verwijder de applicator **voorzichtig** van de achterkant van de bovenarm.
- 8 Controleer of de sensor goed vastzit. **Druk de randen aan** om een optimale hechting te verzekeren.¹¹



Op freestyle.abbott/nl-nl vindt je demonstratievideo's over het starten, aanbrengen en verwijderen van de FreeStyle Libre 2 sensor.



Verwijder de sensor na 2 weken

- 9 De FreeStyle LibreLink app en/of FreeStyle Libre 2 reader zal **aangeven** wanneer je de sensor dient te **verwijderen en vervangen**. Trek aan het zelfklevende randje waarmee de sensor op de huid geplakt is. Verwijder de sensor in één langzame beweging.



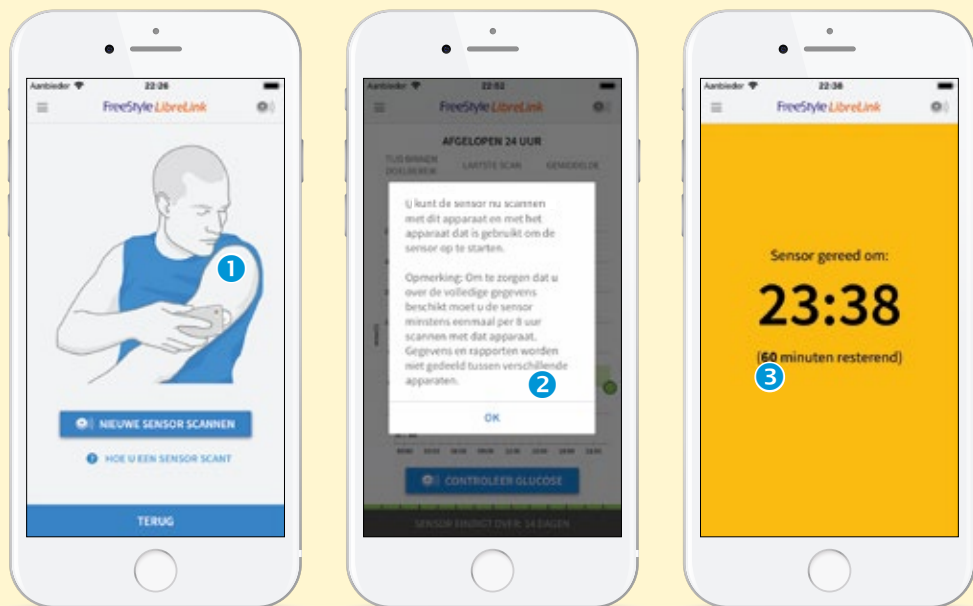
Gebruik eventueel wat babyolie op de randen, zodat de sensor gemakkelijker loskomt. Restjes kleefmiddel die op de huid blijven zitten, kun je verwijderen met warm water en zeep.

Hydrateer je huid (bijv. met bodylotion) nadat je de sensor verwijderd hebt.



Alle gebruikte componenten van het systeem, de sensor inbegrepen, kunnen worden afgevoerd conform de lokale wetgeving omtrent afvalverwerking.

De sensor de eerste keer starten



De sensor de eerste keer starten met de FreeStyle LibreLink app:¹²

- 1 Start de **gratis** FreeStyle LibreLink app op je telefoon en richt deze naar de **sensor**¹³ om hem te scannen.
- 2 Er volgt nu een melding dat de sensor gereed is om gescand te worden met behulp van je telefoon. Druk op **OK**.
- 3 Na een opwarmperiode van **60 minuten** kan de sensor gebruikt worden om de glucosespiegel te controleren.



Je kunt de FreeStyle LibreLink app en de FreeStyle Libre 2 reader tegelijkertijd gebruiken!

- Scan in dat geval de sensor binnen de 60 minuten eerst met de reader en scan (binnen 2 weken) de sensor met je telefoon om ook via de FreeStyle LibreLink app te scannen. Wil je gebruik maken van de optionele alarmen dan zal er op het systeem waarmee de sensor gestart is, de alarmen getoond worden.



#,§

De sensor de eerste keer starten met de FreeStyle Libre 2 reader:

- 1 Druk op de **beginknop** om de reader aan te zetten.⁵
- 2 Druk op **Start de nieuwe sensor**.
- 3 Houd de reader op **minder dan 4 cm** van de sensor. Als het geluid aanstaat, geeft de reader een **signaal**.
- 4 Na een opwarmperiode van **60 minuten** kan de sensor gebruikt worden om de glucosespiegel te controleren.



Plaats de nieuwe sensor en activeer deze voor je gaat slapen. Het lichaam kan dan aan de sensor wennen terwijl je slaapt.

Zo kan een dag eruit zien met het FreeStyle Libre 2-systeem*



S



9 uur

Ik scan vóór ik ontbijt



12 uur

Ik scan vóór en na mijn lunch



18 uur

Ik scan vóór het avondeten



23 uur

Ik scan vóór ik ga slapen



7 uur

Ik scan wanneer ik wakker word



10 uur

Ik scan vóór ik in de auto stap



16 uur

Ik scan in de namiddag



20 uur

Ik scan vóór een lichamelijke activiteit



Scan jouw sensor minstens driemaal per dag, minstens 1 keer per 8 uur, om een volledig dagprofiel te hebben.⁸

*Dit is een voorbeeld van een dag met het FreeStyle Libre 2-systeem. Scan jouw sensor zo vaak als je met jouw zorgverlener hebt afgesproken.

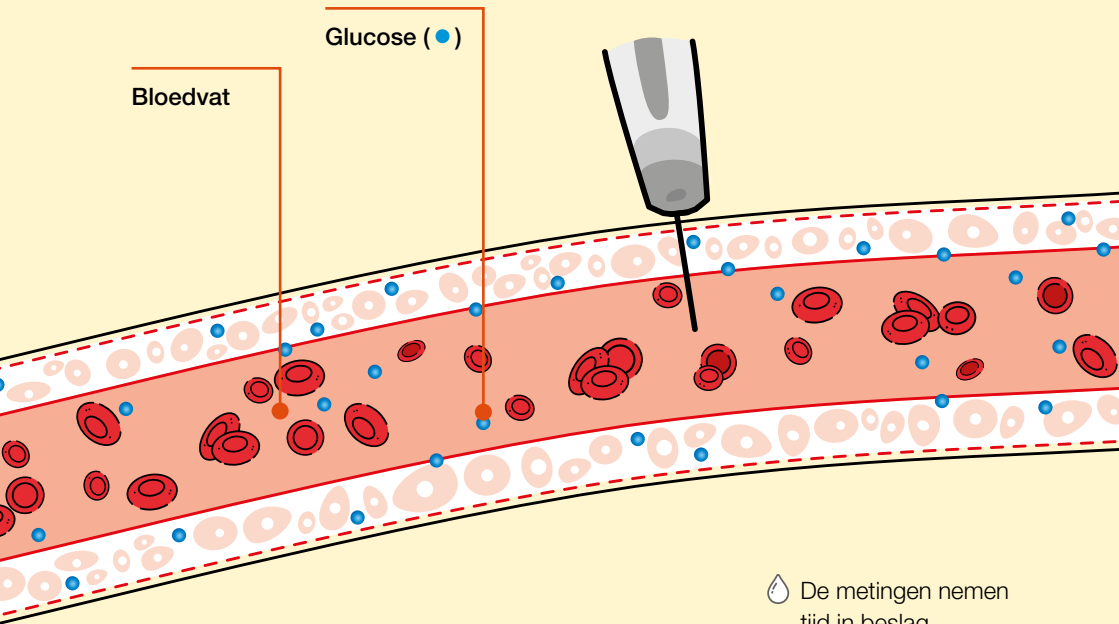
Meten in bloed en in weefselvocht

Wat is het verschil tussen het meten in bloed en het meten in weefselvocht?



Bloedglucosetest

Een bloedglucosetest geeft informatie over de bloedsuikerspiegel.



Meting gebeurt in bloed.

Bij elke meting is een vingerprik nodig.

Elke meting is slechts een momentopname.

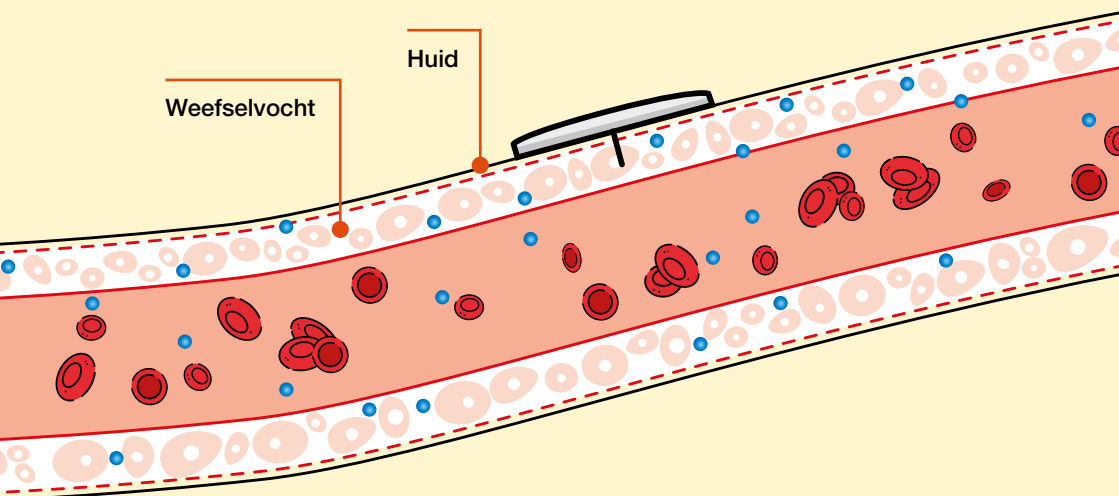
De metingen nemen tijd in beslag.

Niet altijd eenvoudig om het in het openbaar te doen.



Het Flash Glucose Monitoringsysteem

Dit systeem meet de glucosewaarden in het weefselvocht (de vloeistof die zich tussen de onderhuidse cellen bevindt) en niet in het bloed. Deze twee gegevens verschillen vaak van elkaar. Zie de volgende pagina voor meer informatie.



Meet het glucosewaarden in het weefselvocht.



Een eenvoudige scan van 1 seconde volstaat om de glucose te meten.⁶



De meeste personen voelen de sensor niet.¹⁴



De sensor registreert continu (ook in de nacht) de glucose en onthoudt deze 8 uur.¹⁵



De reader onthoudt 90 dagen aan informatie.¹⁵

Meten in bloed en in weefselvocht

Wat is het verschil tussen het meten in bloed en het meten in weefselvocht?

Het is heel normaal dat de glucosespiegel in bepaalde situaties verschilt, want de glucose doet er iets langer over om in het weefselvocht te komen. De glucose is eerst in de bloedbaan zichtbaar alvorens het naar het weefselvocht trekt.⁶



Bloedglucose



Glucose van de sensor
= glucose in het weefselvocht



Stabiele glucosespiegel

Wanneer er weinig schommelingen zijn in de glucosewaarden, leveren de metingen in het bloed en de glucosewaarden van de sensor een sterk vergelijkbaar, maar zelden identiek resultaat op.



Bij een snelle stijging van de glucosespiegel

kan de glucosemeting van de sensor lager zijn dan de bloedglucose.



Meer weten over het verschil tussen de bloedglucose en de glucosewaarden in het weefselvocht? Bekijk de video op freestyle.abbott/nl-nl.





6,1
mmol/L



Bij een snelle daling van de glucosespiegel

kan de glucosemeting van de sensor hoger zijn dan die in het bloed.



De gemeten glucosewaarden in het weefselvocht hebben een gemiddelde vertraging van ongeveer 5 minuten t.o.v. de metingen in bloed.¹⁶

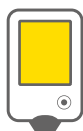
Een stijging of daling in de glucosespiegel zijn dus altijd eerst zichtbaar in het bloed, want deze loopt altijd voor op de glucose in weefselvocht.

Er is een groter verschil in metingen van de bloedglucose en de metingen in weefselvocht van de sensor bij snelle veranderingen van de glucosespiegel, bv. na het eten, na een toediening van snelwerkende insuline of na inspanning.

FreeStyle LibreLink app



#8



Werkt **onafhankelijk** van de FreeStyle Libre 2 reader.¹⁷



Eenvoudig **notities** toevoegen: toediening van voeding, insuline, lichaamsbeweging, geneesmiddelen, stress...

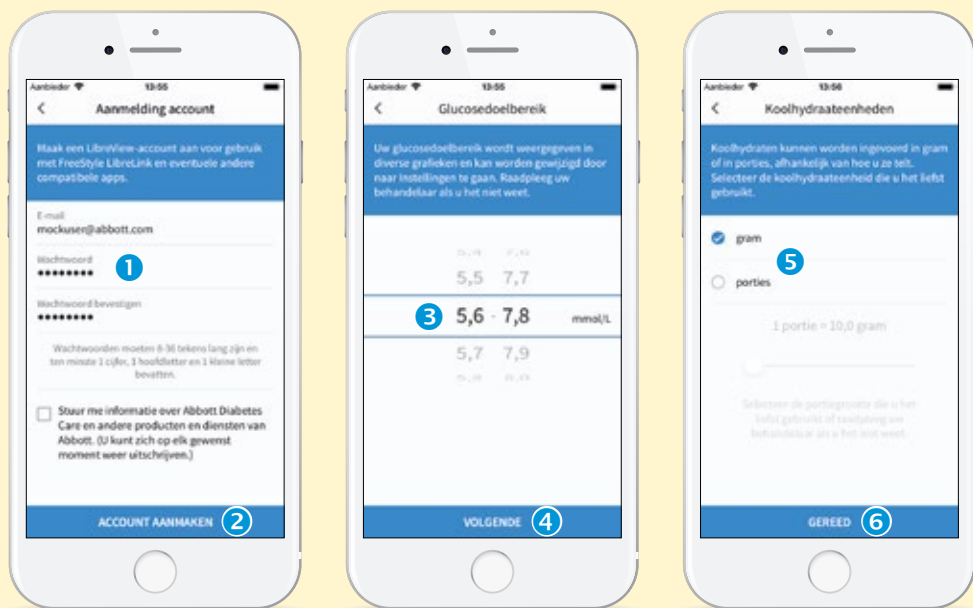


Bekijk in één oogopslag je **glucoseprofiel** en de **trends**.



Deel je glucosewaarden en rapporten gemakkelijk met familie, vrienden en/of zorgverlener.

FreeStyle LibreLink voor de eerste keer instellen



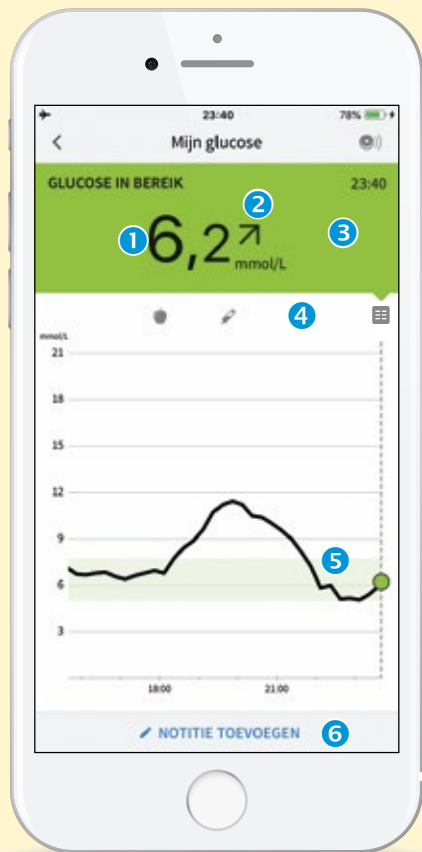
* Dit zijn voorbeelden van iPhone schermen

FreeStyle LibreLink instellen

- 1 Open de app en klik **Aan de slag**. Bevestig het land en meeteenheid en klik op **Volgende**. Volg de aanwijzingen op het scherm om de juridische informatie door te nemen en een **LibreView account** aan te maken.
- 2 Klik vervolgens op **Account aanmaken**.
- 3 Bevestig jouw **glucose-meeteenheid** en klik op **Volgende**. Stel vervolgens het **glucosedoelbereik** in. Overleg met jouw zorgverlener voor het bepalen van het glucosedoelbereik.
- 4 Klik op **Volgende**.
- 5 Selecteer hoe er **koolhydraten** wordt geteld (in grammen of in porties).
- 6 Klik op **Gereed**. De app geeft hierna nuttige informatie weer op het scherm.

Je kunt nu een nieuwe sensor aanbrengen en scannen om deze op te starten.

Wat zie je op de app?



Download gratis de
FreeStyle LibreLink-app
voor op je telefoon^{1,2}



1 Huidige glucosewaarde

2 De trendpijl

Laat de richting zien waar de glucosewaarde heen gaat en hoe snel:

↑ Glucose stijgt snel

(b.v. meer dan 0,1 mmol/L per min.)

↗ Glucose stijgt

(b.v. tussen 0,06 en 0,1 mmol/L per min.)

→ Glucose langzaam aan het veranderen

(b.v. minder dan 0,06 mmol/L per min.)

↘ Glucose daalt

(b.v. tussen 0,06 en 0,1 mmol/L per min.)

↓ Glucose daalt snel

(b.v. meer dan 0,1 mmol/L per min.)

NB: de trendpijl verschijnt niet altijd bij de meting.

3 Praktische kleurencode

■ **Hoge** glucose (boven de 13,3 mmol/L).

■ De glucosewaarde **wijkt af** van je eigen doelbereik, maar is minder dan 13,3 mmol/L en meer dan 3,9 mmol/L.

■ Glucose **binnen** doelbereik.

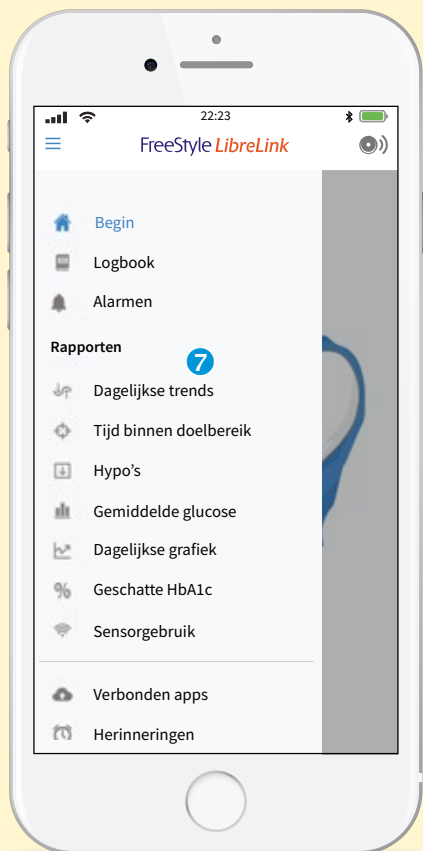
■ **Lage** glucose (onder 3,9 mmol/L).

4 Persoonlijke notities

Symbolen voor voedsel- 🍏 of insulinenotities ✍ of overige opmerkingen die zijn ingevoerd.

5 Historie van de afgelopen acht uur

6 Een notitie toevoegen



7 Eenvoudig inzicht in je eigen historie

Door op het menusymbool te klikken in de linkerbovenhoek heb je toegang tot het logboek en **7 rapporten**:

- Logboek
- Dagelijkse trends
- Tijd binnen doelbereik
- Hypo voorvallen
- Gemiddelde glucose
- Dagelijkse grafiek
- Geschatte HbA1c
- Sensorgebruik

Met deze rapporten kun je:



Glucoseschema's vaker **bekijken**.



Vooruitgang onmiddellijk **opvolgen**.

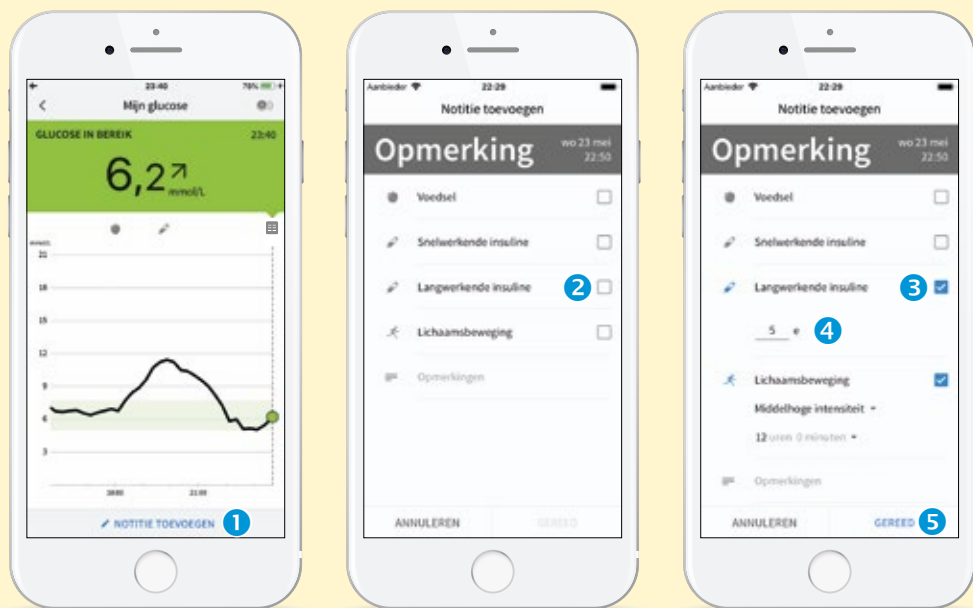


Glucosetrends sneller **opmerken**.



Nagaan welke punten je met jouw zorgverlener moet bespreken.

Notities toevoegen



Notities toevoegen

- 1 Klik op **Notitie toevoegen** onder in het touchscreen.
- 2 Selecteer het **keuzevak** naast de notities die je wilt toevoegen.
- 3 Nadat het vak is aangekruist, verschijnt daaronder een veld om de benodigde **informatie** in te voeren.

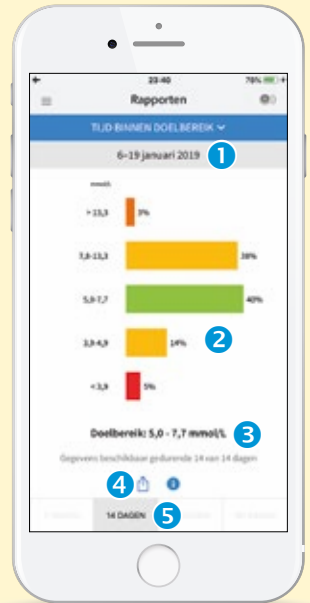
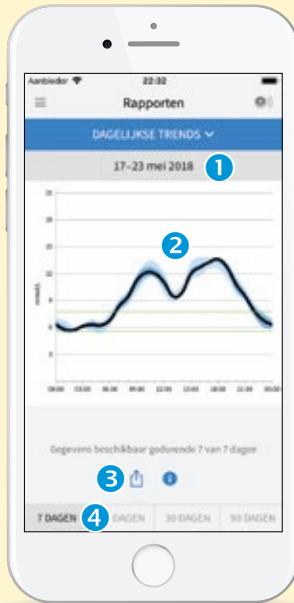
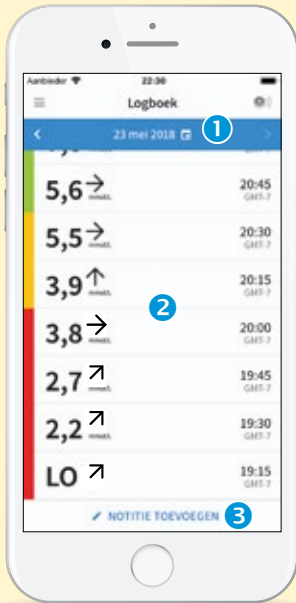
- 4 Voer bij **insuline-notities** het aantal genomen insuline-eenheden in en bij **voedselnotities** grammen.

- 5 Klik in de rechter-benedenhoek op **Gereed** om je notities op te slaan.



Notities voor voedsel 🍏, insuline 🪄 en overige opmerkingen worden in de glucosegrafieken en logboek weergegeven als symbolen.

Grafieken en geschiedenis bekijken



Logboek

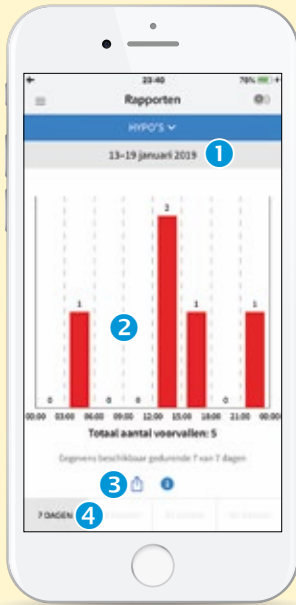
- 1 Datumbereik** aanpassen met kalender.
- 2 Glucosewaarden** van elke scan op de geselecteerde dag, op chronologische volgorde.
Als er een **notitie** bij een glucosemeting is ingevoerd, verschijnen deze als symbolen.
- 3 Notitie toevoegen** (achteraf ook mogelijk).

Dagelijkse trends

- 1 Datumbereik.**
- 2 Ambulant Glucoseprofiel (AGP).**
- 3** Optie om te delen.
- 4** Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.

Tijd binnen doelbereik

- 1 Datumbereik.**
- 2 Spreiding** van glucosemetingen.
- 3** Door gebruiker ingesteld **doelbereik**.
- 4** Optie om te delen.
- 5** Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.



Hypo voorvallen

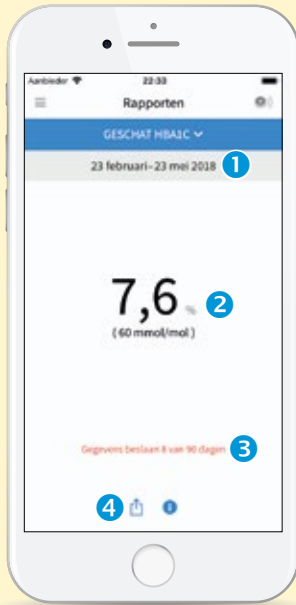
- 1 Datumbereik.
- 2 Aantal hypo's per tijdsblok van 3 uur.
- 3 Optie om te delen.
- 4 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.

Gemiddelde glucose

- 1 Gemiddelde glucose per tijdsblok van 3 uur op de dag.
- 2 Gemiddelde glucose van de rapportperiode.
- 3 Optie om te delen.
- 4 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.

Dagelijkse grafiek

- 1 Datumbereik.
- 2 Glucosegrafiek voor de geselecteerde dag in 24 uur.
- 3 Optie om te delen.



Geschatte HbA1c

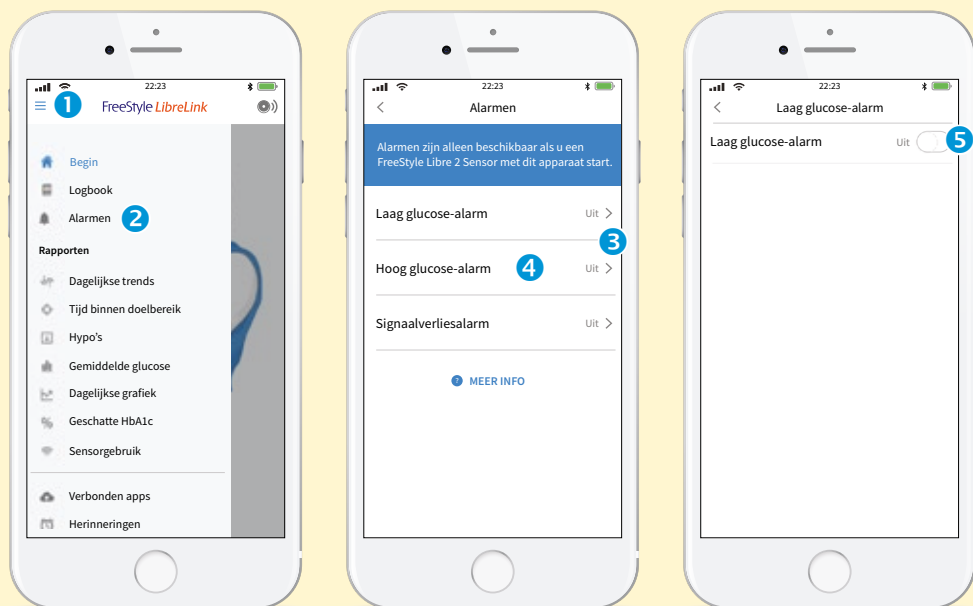
- 1 Datumbereik (voor geschat HbA1c is het bereik de afgelopen 90 dagen).
- 2 Geschat **HbA1c**.
- 3 **Aantal dagen** van de 90 die gebruikt zijn om geschatte HbA1c-waarde te berekenen.
- 4 Optie om te delen.

Sensorgebruik

- 1 Datumbereik.
- 2 Informatie over **sensorgebruik**. Gemiddeld aantal scans per dag en aantal geregistreerde 'opgehaalde data' van de sensor.
- 3 Optie om te delen.
- 4 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.



Instellen van optionele alarmen

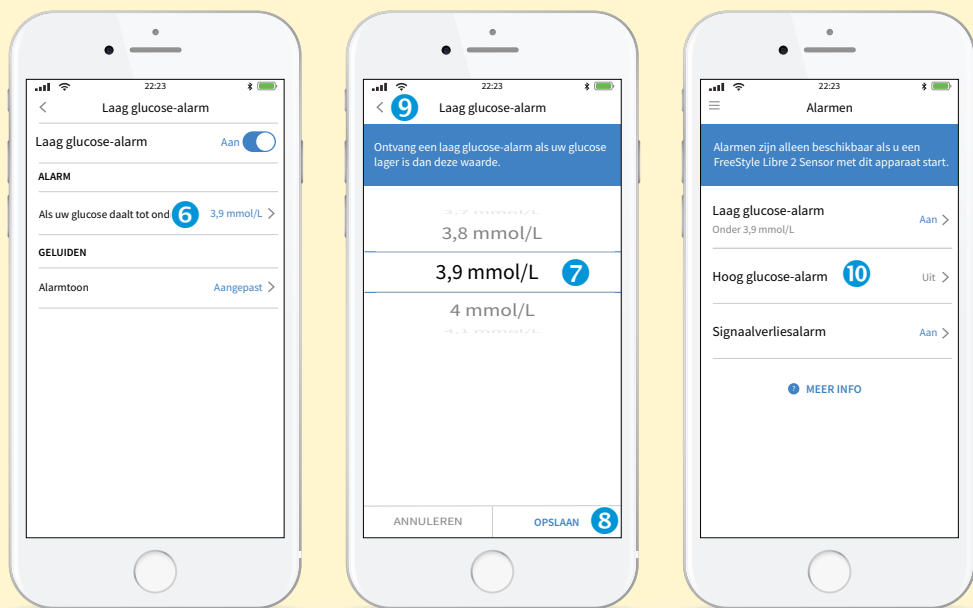


Optioneel alarm instellen

- 1 Klik op het **menusymbool** in de linkerbovenhoek om het menu te openen.
- 2 Druk vervolgens in het menu op de knop **Alarmen**.
- 3 Het **Laag glucose-alarm** en **Hoog glucose-alarm** staan standaard **Uit**.
- 4 Druk nu op **Laag glucose-alarm** of op **Hoog glucose-alarm** om deze in te stellen.
- 5 Raak de **schuifregelaar** aan om het alarm in te schakelen.



Let op: Wil je gebruik maken van de optionele alarmen dan zal er op één systeem waarmee de sensor gestart is (telefoon of reader) alarmen getoond worden.



6 Het niveau bij **Laag glucose gehalte** is aanvankelijk ingesteld op 3,9 mmol/L en het **Hoog glucose alarm** op 13,3 mmol/L. Druk op de **waarde** om deze aan te passen.

7 Beweeg **omhoog of omlaag** om de waarde aan te passen. Het **Laag glucose-alarm** kan ingesteld worden tussen 3,3 en 5,6 mmol/L, het **Hoog glucose-alarm** tussen 6,6 en 22,2 mmol/L.

8 Druk op **OPSLAAN** om de instelling te bewaren.

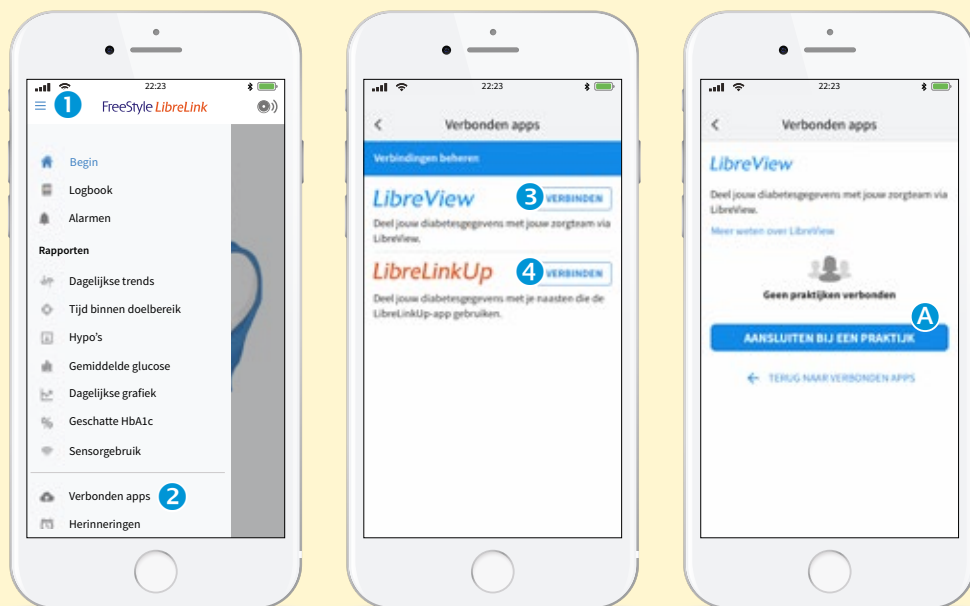
9 Druk in de linkerbovenhoek op het **pijl-tje** om terug te gaan naar het **Alarmen** beginscherm.

10 Het **Hoog glucose-alarm** is nu ingesteld.



Je kunt bij **Alarmtoon** geluid voor het alarm aanpassen. Alarmen hebben het volume en de trilling zoals je die op je telefoon hebt ingesteld.

Verbinden met de praktijk of verzorgers



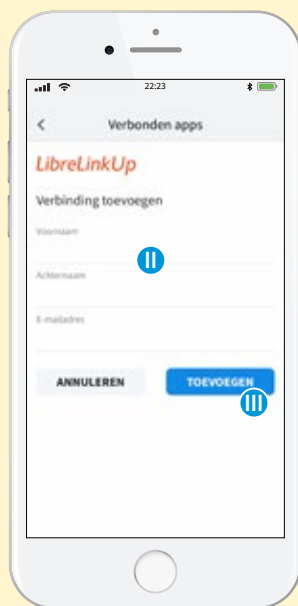
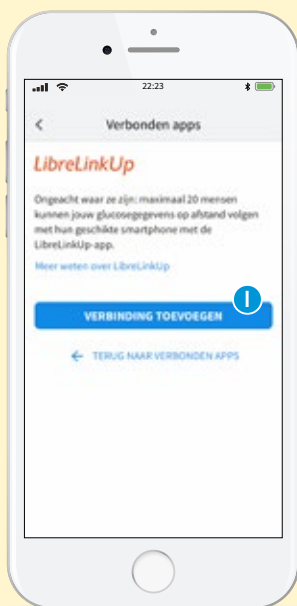
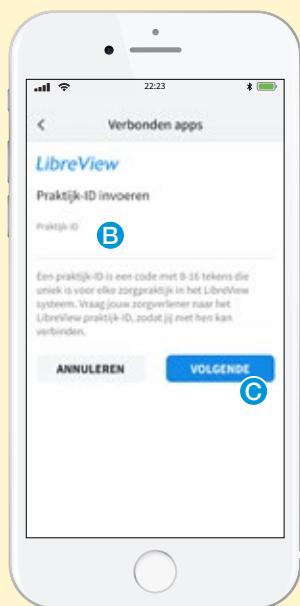
Verbonden apps

- 1 Start de **gratis** FreeStyle LibreLink app en klik op het **menusymbool** in de linkerbovenhoek.
- 2 Klik nu onderaan in het menu op **Verbonden apps**.

- 3 Klik op **Verbinden** bij **LibreView** om te verbinden met de praktijk van jouw zorgverlener.
- 4 Klik op **Verbinden** bij **LibreLinkUp** zodat verzorgers op afstand jouw glucose-metingen en alarmen op hun telefoon kunnen volgen (zie volgende pagina).

Verbinden met praktijk

- A Om jouw gegevens te kunnen delen met de praktijk van jouw zorgverlener klik je op **Aansluiten bij een praktijk**.



- B** Voer hier het **praktijk-ID** in, een code met 8-16 tekens die uniek is voor elke zorgpraktijk. Vraag jouw zorgverlener naar dit LibreView praktijk-ID.
- C** Klik op **Volgende** en dan op **Gereed** nadat je de contactgegevens van jouw zorgverlener hebt bekeken.

Verbinden met verzorgers

- I** Om jouw glucosemetingen en alarmen te kunnen delen met verzorgers klik je op **Verbinding toevoegen**.
- II** Voer de **naam en het e-mailadres** in van de persoon waarmee je de glucosewaarden wilt delen.
- III** Klik op **Toevoegen** en dan op **Gereed**. Per e-mail wordt dan een uitnodiging gestuurd naar deze persoon, die deze vervolgens moet accepteren om jouw gegevens en alarmen zichtbaar te maken.

FreeStyle Libre 2 reader



#,§



Kan **altijd en overal** gebruikt worden.



Scant **snel en pijnloos**.¹⁴



Bewaart **90 dagen** lang de gegevens.¹⁵



Geeft met een pijl de **trend** aan, zodat plotselinge **veranderingen** snel worden opgemerkt.¹⁸



Zet gegevens in een duidelijk **rapport**.

De reader voor de eerste keer instellen



Reader instellen

- 1** Druk op de **blauwe knop** om de reader aan te zetten.⁵ Als erom wordt gevraagd stel dan de **voorkeurstaal** voor de scanner in en druk op **OK** om verder te gaan.
- 2** Stel de **huidige datum** in.
- 3** Druk op **volgende** om verder te gaan.
- 4** Stel vervolgens de **huidige tijd** in. Druk op **volgende**.
- 5** Druk op **volgende** om verder te gaan. De scanner toont nu informatie om te helpen het systeem te gebruiken. Druk op **volgende** om verder te gaan.
- 6** Als je klaar bent met het instellen van de scanner, druk je op **gereed** om naar het **beginscherm** te gaan.

Je kunt nu een nieuwe sensor aanbrengen en scannen om deze op te starten.

Wat zie je op de reader?



1 Huidige glucosewaarde

2 De trendpijl

Laat de richting zien waar de glucosewaarde heen gaat en hoe snel:

↑ Glucose stijgt snel

(b.v. meer dan 0,1 mmol/L per min.)

↗ Glucose stijgt

(b.v. tussen 0,06 en 0,1 mmol/L per min.)

→ Glucose langzaam aan het veranderen

(b.v. minder dan 0,06 mmol/L per min.)

↘ Glucose daalt

(b.v. tussen 0,06 en 0,1 mmol/L per min.)

↓ Glucose daalt snel

(b.v. meer dan 0,1 mmol/L per min.)

NB: de trendpijl verschijnt niet altijd bij de meting.

3 Een notitie toevoegen

4 Persoonlijke notities

Symbolen voor voedsel- 🍏 of insulinenotities 📝 die je hebt ingevoerd.

5 Historie van de afgelopen acht uur

6 USB-poort

Voor het opladen en aansluiten aan een computer.

7 Teststrippoort

Voor het meten van een bloedglucosewaarde met de FreeStyle Precision strip (blauw)¹⁹ en met FreeStyle Precision B-Ketonen strip (paars)¹⁹



8 Eenvoudig de geschiedenis bekijken

Op het beginscherm hebt je onder **Bekijk geschiedenis** toegang tot 7 rapporten:

- Logboek
- Dagelijkse grafiek
- Gemiddelde glucose
- Dagelijkse trends
- Tijd binnen doelbereik
- Hypo voorvallen
- Sensorgebruik

Met deze rapporten kun je:



Je glucoseschema's vaker **bekijken**.



Vooruitgang onmiddellijk **opvolgen**.



Glucosetrends sneller **opmerken**.



Nagaan welke punten je met jouw zorgverlener moet bespreken.



Notities toevoegen



Notities toevoegen

- 1 Klik op het **symbol**  in de rechterbovenhoek van het touchscreen.
- 2 Selecteer het **keuzevak** naast de notities die je wilt toevoegen.
- 3 Nadat het vak is aangevinkt, verschijnt rechts van de notitie het symbool **+**. Klik hierop om **informatie** aan jouw notitie toe te voegen.
- 4 Gebruik de **pijlen** om de beschikbare opties te bekijken.
- 5 Voer bij **insulinenotities** het aantal genomen insuline-eenheden in en bij **voedselnotities** de grammen.
- 6 Klik in de rechterbovenhoek op **OK** om deze notitie op te slaan.
- 7 Klik nogmaals op **OK** om alle notities op te slaan.




Notities voor voedsel  en snelwerkende insuline  worden in de glucosegrafieken en logboek weergegeven als symbolen.

Grafieken en geschiedenis bekijken



Logboek

- 1 **Glucosewaarden** van elke scan op de geselecteerde dag, op chronologische volgorde.
- 2 Als er **notities** bij een glucosemeting zijn ingevoerd, verschijnt dit symbool. 

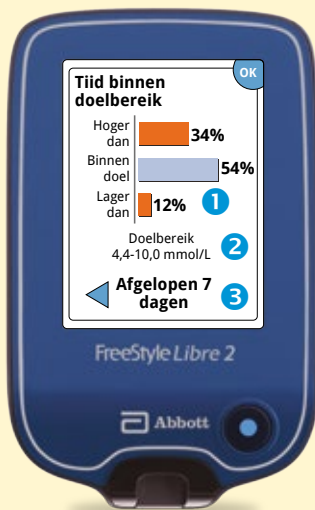
Dagelijkse grafiek

- 1 **Glucosegrafiek** voor de geselecteerde dag in 24 uren overzicht.
- 2 **Symbolen** voor voedsel- of insulinenotities.

Gemiddelde glucose

- 1 Gemiddelde glucose **per tijdsblok van 6 uur**.
- 2 Gemiddelde glucose **tijdens rapportperiode**.
- 3 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.

#



Dagelijkse trends

- 1 Ambulant Glucoseprofiel (AGP).
- 2 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.

Tijd binnen doelbereik

- 1 Spreiding van glucosemetingen.
- 2 Het door jou ingestelde doelbereik.
- 3 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.

Hypo voorvallen

- 1 Totaal aantal voorvallen.
- 2 Aantal hypo's per tijdsblok van 6 uur
- 3 Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.



#,§

Sensorgebruik

- 1** Informatie over **sensor-gebruik**. Gemiddeld aantal scans per dag en aantal geregistreerde 'opgehaalde data' van de sensor.
- 2** Rapportperiode - 7, 14, 30 of 90 dagen zichtbaar.



Instellen van optionele alarmen



Optioneel alarm instellen

- 1 Klik rechtsboven op het instellingen **symbol**.

Druk vervolgens in het instellingenmenu op de knop **Alarmen**.

- 2 Het alarm voor **hoge glucose** en **lage glucose** staan standaard **Uit**.

- 3 Druk op de knop **Alarminstellingen wijzigen**.

- 4 Druk nu op **Alarm lage glucose** of op **Alarm hoge glucose** om deze in te stellen.



Let op: Wil je gebruik maken van de optionele alarmen dan zal er op één systeem waarmee de sensor is gestart (telefoon of reader) alarmen getoond worden.



Je kunt het volume wijzigen (laag/hog) of trillingen toevoegen, door te navigeren naar **Geluid en trillingen** in het Instellingenmenu.



- 5 Raak de **schuifregelaar** aan om het alarm in te schakelen, het niveau van **lage glucose** is aanvankelijk ingesteld op 3,9 mmol/L en voor **hoge glucose** op 13,3 mmol/L.
- 6 Gebruik **+/- pijlen** om de juiste waarden te selecteren met stappen van 0,5 mmol/L. Het **Alarm lage glucose** kan ingesteld worden tussen 3,3 en 5,6 mmol/L, het **Alarm hoge glucose** tussen 6,6 en 22,2 mmol/L.

- 7 Druk op **gereed** om de instellingen op te slaan. Er volgt nu een **mededeling** dat het alarm waarschuwt wanneer je glucose boven het ingesteld niveau stijgt. Druk vervolgens rechtsboven op **OK** om verder te gaan.

- 8 Het alarm voor **Lage glucose** is nu ingesteld.
- 9 Druk rechtsboven op **OK**.

#

Al jouw glucosewaarden in de cloud



#5

LibreView, al jouw glucosewaarden op één veilige plek in de cloud^{3,20}



Altijd en overal toegang tot al je glucosegegevens, die bovendien gedeeld kunnen worden met jouw zorgverlener.

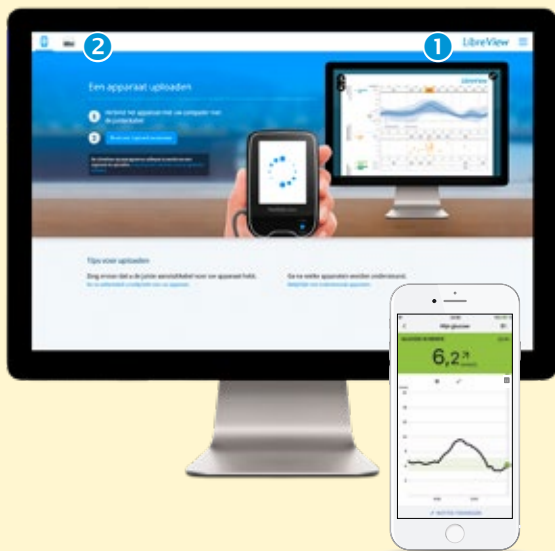


Geeft een totaalbeeld van glucosewaarden, zodat er betere behandelbeslissingen genomen kunnen worden.



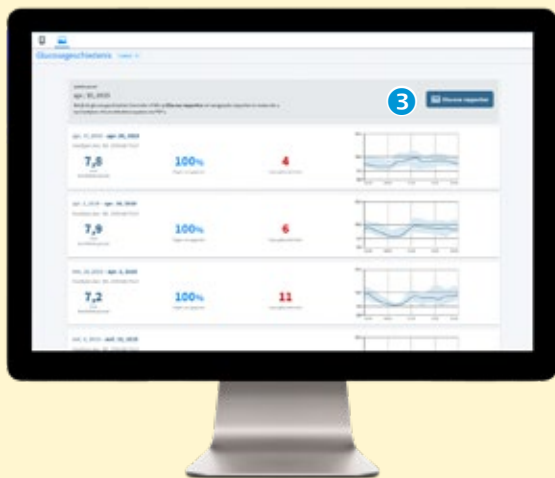
Registreren

- 1 Ga naar www.libreview.com en klik in de rechterbovenhoek op **Registreren** om eenmalig een account aan te maken (zie tip op volgende pagina).
- 2 Selecteer **LibreView account** en vervolgens **Verder**.
- 3 Volg de stappen van registratie om een account aan te maken.



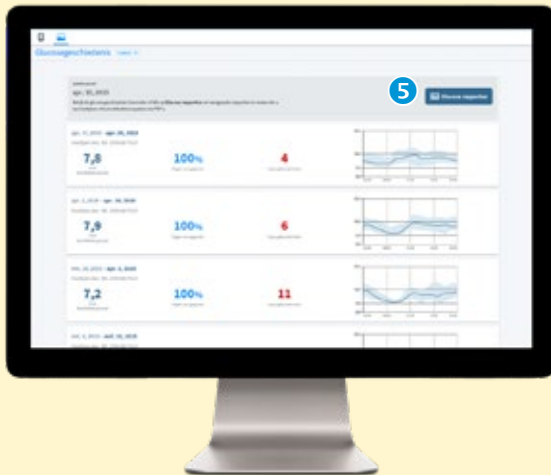
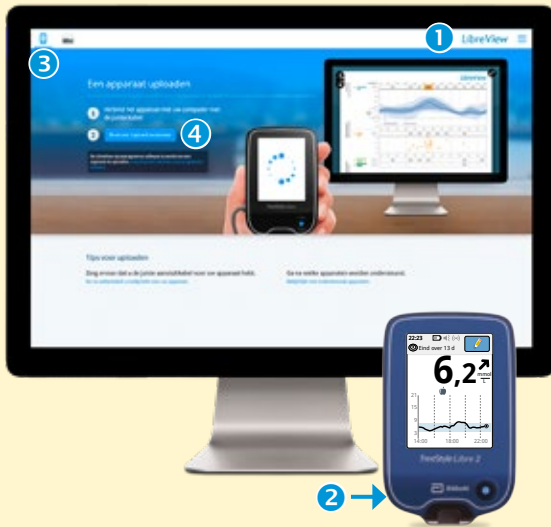
Gegevens automatisch inzien met de FreeStyle LibreLink app

- 1 Ga naar **www.libreview.com** en log in met de gebruikersnaam en het wachtwoord van je FreeStyle LibreLink app.
- 2 Klik linksboven op het icoon: 
- 3 Klik op “**Glucose rapporten**” om jouw resultaten te zien.



Gebruik je de FreeStyle LibreLink app al? Dan heb je al een LibreView account, dus login met **dezelfde** gebruikersnaam en hetzelfde wachtwoord. De gegevens gaan automatisch naar LibreView.

LibreView en FreeStyle Libre 2-systeem



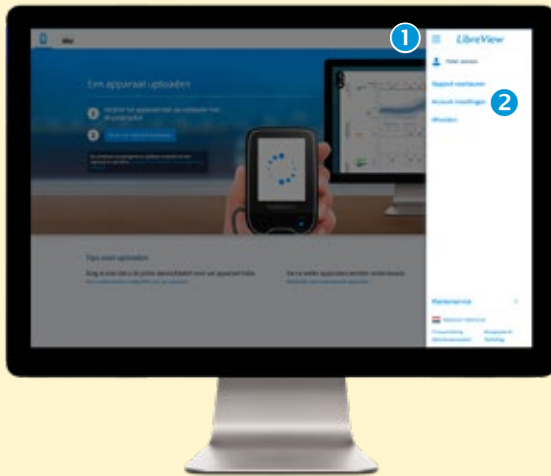
Gegevens uploaden en inzien met de FreeStyle Libre 2 reader

- 1 Ga naar www.libreview.com en log in met jouw gebruikersnaam en wachtwoord. Nog geen account? Registreer dan eerst (zie pagina 32).
- 2 Sluit de reader via een USB-poort aan op jouw computer. 
- 3 Klik linksboven op het icoon: 
- 4 Klik op “**Druk om Upload te starten**” en volg de verschillende stappen.
- 5 Klik op “**Glucose rapporten**” om jouw resultaten te zien.



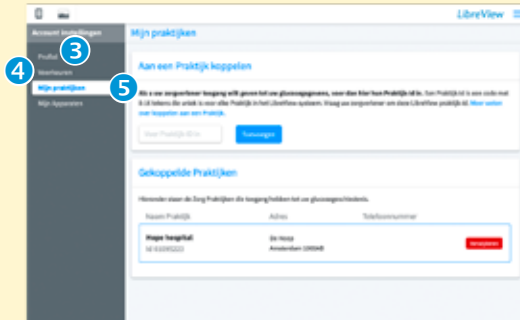
De FreeStyle Libre 2 reader en de FreeStyle LibreLink app tegelijk gebruiken?

1. Activeer jouw sensor eerst met de reader.
2. Scan (binnen 2 weken) de sensor met je telefoon om ook via de FreeStyle LibreLink app te scannen.
3. Er kan op één apparaat waarmee de sensor is gestart optionele alarmen getoond worden.



Accountinstellingen

- 1 Klik in de rechterbovenhoek op het menuïcoon.
- 2 Selecteer **Accountinstellingen** om jouw accountgegevens te wijzigen.



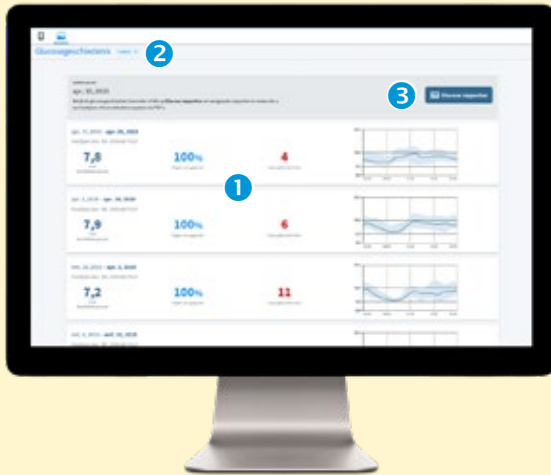
- 3 **Profiel:** wijzig hier jouw naam, e-mailadres, wachtwoord en andere accountgegevens.

- 4 **Voorkeuren:** stel rapportvoorkeuren in.

- 5 **Mijn Praktijken:** om gegevens met jouw zorgverlener te delen.



- 6 **Mijn apparaten:** bekijk een lijst met alle apparaten die aan het account zijn gekoppeld. Klik op verwijderen naast de apparaatnaam in de lijst als je niet langer gegevens van dat apparaat wilt weergeven.



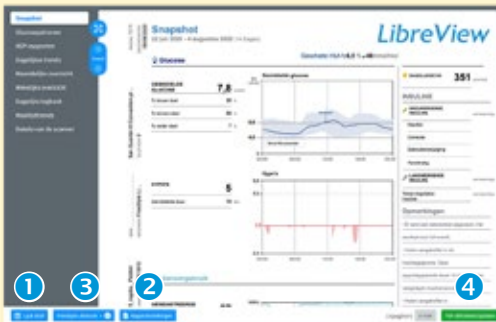
Glucosegeschiedenis

- 1 Hier kun je de glucosegeschiedenis bekijken voor de geselecteerde periode.
- 2 Klik hierop om de tijdsperiode te veranderen.
- 3 Klik op “**Glucose rapporten**” om de resultaten te zien in aangepaste rapporten.

Snapshot

Toont een samenvatting van de glucosewaarden, het gebruik van de reader, de gegevens over voeding en de toegediende insuline voor de geselecteerde periode.

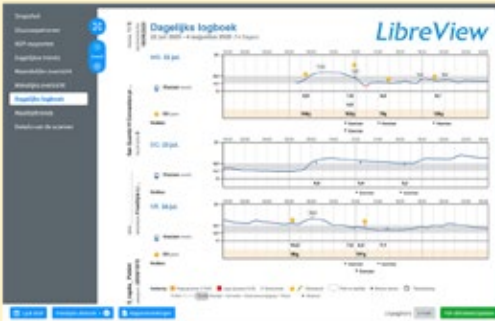
- 1 Klik hier om het **datumbereik** in te stellen.
- 2 Klik hier om de **rapportinstellingen** aan te passen.
- 3 Klik hier om in te stellen welk(e) **apparaat(en)** er in de rapporten verwerkt moet(en) worden.



- 4 Klik hier om het rapport op te slaan als **pdf**.

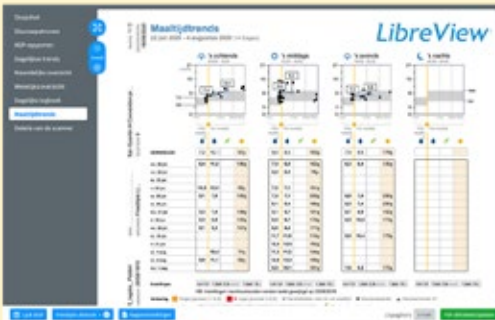
APG-rapporten

Een combinatie rapport van het ambulatoir glucoseprofiel (AGP) en tijd binnen doelbereik. In de gekleurde staafdiagram (tijd binnen doelbereik) kun je snel opmaken of jouw waarden binnen het internationale doel van 70% vallen.



Dagelijks logboek

Toont de glucose-, koolhydraten- en insuline-eenheden en andere waarden die dagelijks worden gerapporteerd tijdens de geselecteerde periode.



Maaltijdtrends

Toont de glucose-, koolhydraten- en insuline-eenheden en patronen voor maaltijden die worden gerapporteerd tijdens de geselecteerde periode.



Maandelijks overzicht

Toont glucose-, aantal hypovoovallen en sensor-gebruikgegevens in een kalenderformaat voor elke maand tijdens de geselecteerde periode.

Jouw ziekenhuis of praktijk toevoegen in LibreView

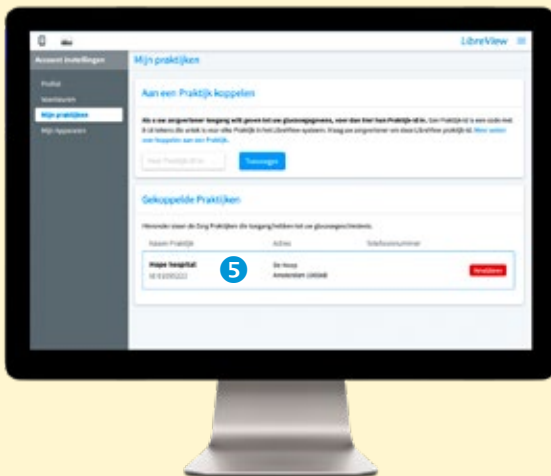
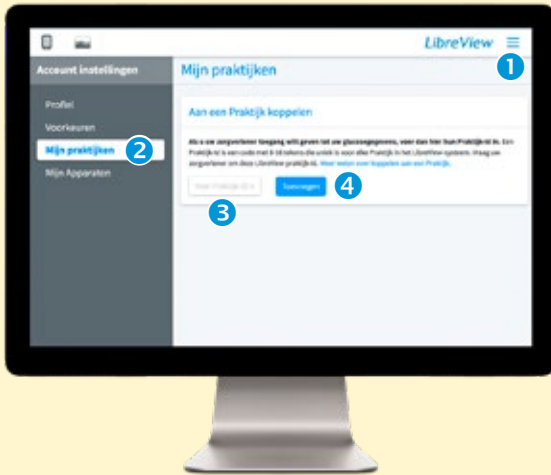
- 1 Na inloggen op www.libreview.com klik je op het menu rechts bovenin en selecteer **account instellingen**.
- 2 Klik nu links in het menu op **Mijn praktijken**.
- 3 Vul hier het **praktijk-ID** in van het ziekenhuis of praktijk (te vinden aan de rechter bovenkant van deze pagina).
- 4 Daarna klikken op **Toevoegen**.
- 5 Vanaf nu kan de zorgverlener meekijken.



Gebruik je zowel de FreeStyle Libre reader als de FreeStyle LibreLink app? Dan kun je deze gegevens op hetzelfde LibreView account raadplegen. **Let op: selecteer het meest gebruikte apparaat om de gegevens te zien.**



Je kunt ook direct vanuit de FreeStyle Librelink app gegevens delen d.m.v. **Verbonden apps**.



* Voor praktijken die werken met LibreView

Altijd in contact, waar ze ook zijn



FreeStyle LibreLink^{1,2}

Als je de FreeStyle LibreLink app gebruikt kun je jouw glucosemetingen en alarmen **delen** met familie, vrienden en verzorgers.



LibreLinkUp

Met de LibreLinkUp app⁴ kunnen verzorgers op afstand jouw **glucosemetingen** en alarmen op hun telefoon **volgen**.

#,§

Verzorgers kunnen op afstand je glucosemetingen volgen



Een **gratis** app die met de FreeStyle LibreLink app samenwerkt en **glucosemetingen** en alarmen* kan delen met familie, vrienden en verzorgers.



Ontvang meldingen als er glucosemetingen of glucose alarmen gescand zijn.

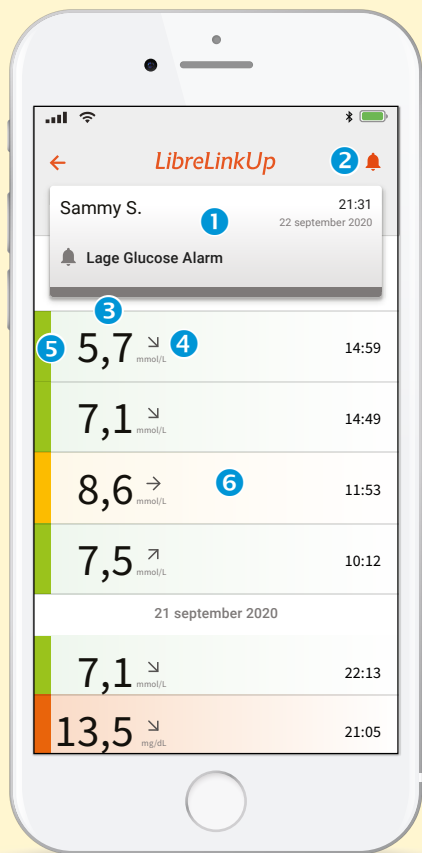


Dag en nacht op afstand gescande glucosemetingen, glucose alarmen en trendpijlen volgen.



Kortom: **gemoedsrust** voor iedereen of jouw omgeving.

Wat zie je op de app?



LibreLinkUp⁴ is gratis te downloaden van de App Store en op Google Play



1 Glucose alarm

Alarmen staan standaard ingesteld op **Aan**, deze instelling kan worden gewijzigd. De app hoeft niet open te staan of op de achtergrond te werken om alarmen te ontvangen.*

2 Instellen meldingen

Raak het **klokpictogram** aan om de instellingen voor het ontvangen van metingen en alarmen **Aan** of **Uit** te zetten.

3 Huidige glucosewaarde

4 De trendpijl

Laat de **richting** zien waar de glucosewaarde heen gaat en **hoe snel** (stijgend, dalend of stabiel).

5 Praktische kleurencode

Geeft aan of de glucosewaarde **hoog**, **laag** of **buiten** het doelbereik staat.

6 Geschiedenis

Geeft de **laatste 100 scans** weer.



Iemand uitnodigen om jouw glucosewaarden te raadplegen: dat doe je vanuit de FreeStyle LibreLink app. Kijk dan op pagina 26 en 27 hoe je dat kan doet.

* Beschikbaar vanaf LibreLinkUp versie 4.0

Praktische zaken en tips

Praktische zaken



Als de sensor te warm of te koud is, krijg je de vraag om een scan enkele minuten later opnieuw uit te voeren. De reader moet bij een temperatuur tussen 10°C en 45°C worden gebruikt.⁵



Als het systeem geen glucosewaarde kan geven, scan dan 10 minuten later opnieuw.⁵



Controleer of de naden en accessoires van je kleding geen wrijving met de sensor veroorzaken. Is de huid geïrriteerd op de plaats waar het zelfklevende deel de huid raakt, contacteer dan jouw zorgverlener om de beste oplossing te vinden.

Zorg ervoor dat de sensor niet los kan raken



Let op met deurkozijnen, autodeuren, verschillende soorten riemen (veiligheids gordels, schouderbanden, riemen van handtassen..)



Dep de sensor na het douchen voorzichtig droog.



Wees voorzichtig bij het omkleden.

§



Reizen en veiligheid



Plan je een vliegtreis?
Download dan je medische
douaneverklaring voor het
FreeStyle Libre 2-systeem op
freestyle.abbott/nl-nl en laat dit
door jouw zorgverlener invullen
vóór je het vliegtuig neemt.



Geef bij het veiligheidspersoneel
aan dat je een FreeStyle Libre-
sensor draagt wanneer je door de
veiligheidscontrole moet. Let op:
neem je een reservesensor mee,
houd deze dan bij je. De sensor
mag namelijk niet blootgesteld
worden aan röntgenstralen.

Radiografie, MRI- of CT-scan



Verwijder de sensor van je
arm als je blootgesteld wordt
aan sterke magnetische of
elektromagnetische stralen.
Breng na het onderzoek
een nieuwe sensor aan.



Alle gebruikte componenten
van het systeem, de sensor
inbegrepen, kunnen worden
afgevoerd conform de
lokale wetgeving omtrent
afvalverwerking.



Waar kun je terecht voor vragen, vergoeding en

#,§



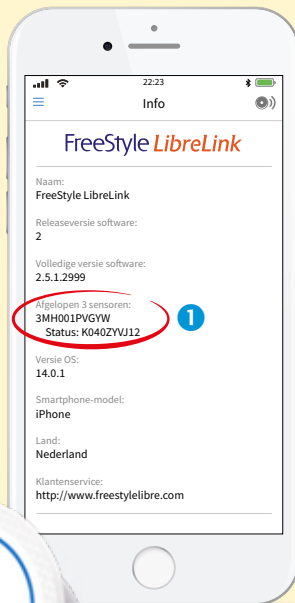
Vragen over het product? Hulp nodig?

Kijk online op
freestyle.abbott/nl-nl



Bel met de Abbott
klantenservice
0800 022 8828

Bereikbaar
maandag – vrijdag
8:00 tot 17:30 uur



Houd de volgende informatie bij de hand

- **Duidelijke omschrijving** van de vraag / productklacht.
- **Serienummer** van de FreeStyle Libre-sensor. 1
- **Lotnummer** van de FreeStyle Libre sensor.
- **Errorcode** van de reader (+ datum en uur).
- **Eventueel serienummer** van de FreeStyle-reader.

De sensor moet tijdens het gesprek worden bewaard, zodat deze kan worden verzonden in geval van analyse.



Vragen over vergoeding en levering?

Bosman

0800 - 0662

Bereikbaar van:

08:30 tot 21:00 uur

Boeren Medical

0800 - 099 66 40

Bereikbaar van:

08:30 tot 21:00 uur

De Diabeteswinkel

088 - 99 55 885

Bereikbaar van:

08:30 tot 21:00 uur

DVN winkel

030 - 687 6152

Bereikbaar van:

08:30 tot 17:00 uur

Mediq Direct Diabetes

088 - 888 94 50

Bereikbaar van:

08:30 tot 17:30 uur

Referenties

1. De FreeStyle LibreLink app is alleen geschikt met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg de compatibiliteitsgids voor meer informatie over de compatibiliteit voordat u de app gebruikt.
2. Voor gebruik van de FreeStyle LibreLink-app moet je je registreren bij LibreView, een dienst die wordt aangeboden door Abbott Inc.
3. De LibreView-website is alleen compatibel met bepaalde besturingssystemen en browsers. Kijk op www.libreview.com voor meer informatie.
4. De LibreLinkUp-app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Kijk op www.librelinkup.com voor meer informatie over de compatibiliteit voordat u de app gebruikt. Gebruik van LibreLinkUp en FreeStyle LibreLink vereist registratie bij LibreView. De mobiele app van LibreLinkUp is niet bedoeld als primaire glucosemonitor: thuisgebruikers moeten hun primaire apparaat (en) raadplegen en een zorgverlener raadplegen alvorens enige medische interpretatie en therapie-aanpassingen uit te voeren op basis van de informatie die door de app wordt verstrekt.
5. De reader en smartphone app kan door kleding met een dikte tot 4 cm heen scannen.
6. Vingerpriktesten zijn nodig als de glucosemetingen niet overeenkomen met de symptomen of verwachtingen.
7. De kalibratie van het FreeStyle Libre-systeem gebeurt in de fabriek.
8. De sensor moet minstens éénmaal in de 8 uur worden gescand.
9. De reader en smartphone app kan door kleding met een dikte tot 4 cm heen scannen.
10. De sensor is waterdicht tot 1 meter diepte en 30 minuten onder water.
11. Rebrin, K., Sheppard, N. F., & Steil, G. M. (2010). Use of Subcutaneous Interstitial Fluid Glucose to Estimate Blood Glucose: Revisiting Delay and Sensor Offset. *Journal of Diabetes Science and Technology*, 4(5), 1087–1098. <https://doi.org/10.1177/193229681000400507>
12. De FreeStyle Libre-sensor communiceert met de FreeStyle Libre-reader of de FreeStyle LibreLink-app die hem heeft opgestart. Een sensor, opgestart door een FreeStyle Libre-reader, kan ook communiceren met de FreeStyle LibreLink-app. Hiertoe moet u de applicatie gebruiken om de sensor te scannen binnen 1 uur na het opstarten. (Deze tijdslimiet zal niet meer van toepassing zijn na update 2.3. van de software).
13. Voor het scannen van de sensor is geen lancet nodig.
14. Een enquête bij de gebruikers heeft uitgewezen dat 100% van de patiënten geen pijn ondervindt bij de controle van hun glucosegehalte door scannen met de FreeStyle Libre-sensor. Gegevens van Abbott Diabetes Care.
15. Voor een volledig overzicht van de glucosegehalten van de laatste drie maanden moet de sensor om de 14 dagen worden vervangen en moet je minstens 1 keer per 8 uur scannen.
16. Alva, S., Bailey, T., Brazg, R., Budiman, E. S., Castorino, K., Christiansen, M. P., . . . Liu, H. (2020). Accuracy of a 14-Day Factory-Calibrated Continuous Glucose Monitoring System With Advanced Algorithm in Pediatric and Adult Population With Diabetes. *Journal of Diabetes Science and Technology*, 193229682095875. <https://doi.org/10.1177/1932296820958754>
17. De FreeStyle LibreLink-app en de FreeStyle Libre-reader hebben gelijkaardige functies, maar ze zijn niet identiek. Wanneer de glucosespiegel snel verandert, voer dan een test uit door middel van een vingerprik en de bloedglucose-reader, het is immers mogelijk dat de interstitiële glucoseniveaus niet de juiste suikerspiegel eergeven, als een hypoglykemie of een dreiging tot hypoglykemie wordt gerapporteerd door de FreeStyle LibreLink-app, of wanneer de symptomen niet overeenkomen met de resultaten van FreeStyle LibreLink-app.
18. Het is mogelijk dat er niet altijd een trendpijn naast je resultaat verschijnt.
19. Lees aandachtig de gebruiksaanwijzing van de doseringselectrode vooraleer een bloedketonentest uit te voeren.
20. LibreView (met inbegrip van de mobiele LibreLinkUp-app) is niet bedoeld als voornaamste instrument voor de controle van hun glucosewaarden. De thuisgebruikers moeten hun hoofdtoestel gebruiken en een zorgverlener raadplegen vóór elke medische interpretatie van de informatie van de software en aanpassingen aan hun behandeling. De zorgverleners moeten de informatie, verstrekt via de software, samen met de andere beschikbare klinische informatie gebruiken.

Minimale vereisten FreeStyle LibreLink app en LibreLinkUp app

- iPhone 7 en hoger met iOS 12 en hoger
- Android smartphone voorzien van NFC (Near Field Communication) met OS 8.0 of hoger, bijvoorbeeld Samsung Galaxy S8
- FSLN en LLUP werken op veel, maar niet op alle telefoons. Kijk voor een overzicht van compatibele telefoons op freestyle.abbott/nl-nl/

In deze brochure worden iPhone schermen getoond. Het scherm van een Android smartphone kan er iets anders uitzien.

Gesimuleerde gegevens alleen ter illustratie; geen echte patiënt of gegevens.

§ Afbeeldingen ter illustratie, dit is geen echte patiënt of professionele zorgverlener.

Volg ons op Twitter, Facebook en YouTube



Volg ons op Twitter
[@FSL_DiabetesNL](https://twitter.com/FSL_DiabetesNL)



Bekijk video's op YouTube
www.myfreesstyle.nl/youtube



Volg ons op Facebook
[@FreeStyleDiabetesNL](https://www.facebook.com/FreeStyleDiabetesNL)



Volg ons op Instagram
<https://www.instagram.com/freeslyediabetes/>




FreeStyle
Libre 2
FLASH GLUCOSE MONITORING SYSTEM


life. to the fullest.®
Abbott