

mySugr Bolusa kalkulatora lietotāja rokasgrāmata

Version: 3.12.0_Android - 2025-01-17

1 Lietošanas indikācijas

1.1 Paredzētā lietošana

mySugr Bolusa kalkulators ir lietotnes mySugr Dienasgrāmata funkcija, kas paredzēta no insulīna atkarīga diabēta kontrolei, aprēķinot bolusa insulīna devu vai ogļhidrātu uzņemšanas apjomu, pamatojoties uz pacienta terapijas datiem. Pirms kalkulatora lietošanas lietotājam tas ir jāiestata, izmantojot pacienta datus par mērķa glikozes līmeni asinīs, ogļhidrātu un insulīna koeficientu, insulīna korekcijas koeficientu un insulīna iedarbības ilguma parametriem, ko norādījis veselības aprūpes speciālists. Lai veiktu aprēķinu, papildus iestatītajiem parametriem algoritms izmanto pašreizējās glikozes līmeņa vērtības, plānoto ogļhidrātu uzņemšanas apjomu un datus par aktīvo insulīnu, ko aprēķina, pamatojoties uz atbilstošā insulīna veida aktivitātes līknēm.

1.2 Kam ir paredzēts mySugr Bolusa kalkulators?

mySugr Bolusa kalkulators ir paredzēts lietotājiem, kam:

- ir diagnosticēts no insulīna atkarīgs diabēts;
- ir vismaz 18 gadu;
- ir noteikta ārstēšana ar īsas iedarbības cilvēka insulīnu vai ātras iedarbības insulīna analogu;
- ir noteikta intensīvā ārstēšana ar insulīnu, kas tiek ievadīts kā vairākkārtējas injekcijas dienā vai nepārtrauktas iedarbības zemādas infūzija;
- tiek nodrošināta ārsta vai cita veselības aprūpes speciālista uzraudzība;
- piemīt fiziskas un garīgas spējas neatkarīgi pārvaldīt savu diabēta terapiju;
- piemīt prasmes darbam ar viedtālruni.

1.3 Indikācijas

mySugr Bolusa kalkulators ir paredzēts lietotājiem, kam:

- ir diagnosticēts no insulīna atkarīgs diabēts;
- ir noteikta ārstēšana ar īsas iedarbības cilvēka insulīnu vai ātras iedarbības insulīna analogu;
- ir noteikta intensīvā ārstēšana ar insulīnu, kas tiek ievadīts kā vairākkārtējas injekcijas dienā vai nepārtrauktas iedarbības zemādas infūzija;

1.4 Lietošanas vide

mySugr Bolusa kalkulators ir mobilā lietotne, ko var izmantot jebkurā vidē, kurā var tipiskā un drošā veidā lietot viedtālruni.

2 Kontrindikācijas

2.1 Nosacījumi bolusa aprēķināšanai

mySugr Bolusa kalkulatoru nevar izmantot, ja:

- lietotāja glikozes līmenis asinīs ir zemāks par 20 mg/dL vai 1,2 mmol/L;
- lietotāja glikozes līmenis asinīs ir augstāks par 500 mg/dL vai 27,7 mmol/L;
- žurnāla ieraksts ar datiem, kas jāizmanto aprēķiniem, ir vecāks par 15 minūtēm.

2.2 Insulīna lietošanas ierobežojumi

mySugr Bolusa kalkulatoru drīkst izmantot tikai ar lietotnes iestatījumos [norādītajiem insulinā](#) veidiem, un to nekādā gadījumā nedrīkst izmantot ar dažādu insulinā veidu kombināciju vai ilgās iedarbības insulinu.

mySugr Bolusa kalkulators jāiestata darbam tikai ar vienu insulinā veidu un jāizmanto tikai ar attiecīgo insulinā veidu. Ar šo ierīci nav atļauts izmantot vairākus insulinā veidus.

3 Brīdinājumi



3.1 mySugr Bolusa kalkulators neaizstāj profesionālu medicīnisku konsultāciju

mySugr Bolusa kalkulatoru ir paredzēts izmantot kā diabēta terapijas palīg līdzekli, tomēr tas neaizstāj regulārus diabēta ārsta vai veselības aprūpes speciālista apmeklējumus. Speciālistam joprojām ir regulāri jāpārskata ilgtermiņa glikozes līmeņa vērtības tavā organismā. Tu esi atbildīgs par pastāvīgu un patstāvīgu glikozes līmeņa asinīs kontroli neatkarīgi no mySugr Bolusa kalkulatora izmantošanas.

mySugr Bolusa kalkulatora parametri ir jāpārskata un jāoptimizē regulāru veselības aprūpes speciālista apmeklējumu laikā.

3.2 mySugr Bolusa kalkulatora darbība ir atkarīga no pareizu datu ievades

mySugr Bolusa kalkulatora darbība ir atkarīga no tā, cik precīza ir ievadītā informācija. Lietotne nedarbosies pareizi, ja ievadīsi nepareizu glikozes līmeņa vērtību vai ogļhidrātu daudzumu, vai arī kļūdains ierakstīs informāciju par terapijas koeficientu. Tu vienmēr esi atbildīgs par ieteicamās insulinā devas pārbaudi, un tev ir jāpieņem saprātīgs lēmums, pamatojoties uz personīgo pieredzi.

3.3 mySugr Bolusa kalkulators ir precīzāks, ja to izmanto ar pašreizējo glikozes līmeni asinīs.

Ieteikumus par bolusa devu vari saņemt arī bez pašreizējās glikozes vērtības asinīs, tomēr drošības apsvērumu dēļ šī iespēja nav ieteicama. Aprēķini insulinā devas noteikšanai bez aktuālās glikozes koncentrācijas asinīs palielina hipoglikēmijas (zemas glikozes koncentrācijas asinīs) un hiperglikēmijas (augstas glikozes koncentrācijas asinīs) risku. Lūdzu, pārrunā šo iespēju un ar to saistītos riskus ar savu veselības aprūpes speciālistu.

3.4 mySugr Bolusa kalkulators nevar novērtēt īpašus apstākļus

mySugr Bolusa kalkulators nevar novērtēt vai kompensēt tādu apstākļu kā stress, slimība vai aktivitātes ietekmi uz tavu ikdienas terapiju. Šie individuālie apstākļi var ietekmēt nepieciešamo insulinā devu, un tie jāuzrauga un jāpielāgo atbilstoši tavai individuālajai terapijai.

3.5 Ieteicamie atjauninājumi

Lai gādātu par drošu un optimālu mySugr Bolusa kalkulatora darbību, ieteicams instalēt programmatūras atjauninājumus, tiklīdz tie ir pieejami.

3.6 Viedtālruņa drošība un apkope

Lai uzlabotu drošību darbā ar mySugr Bolusa kalkulatoru un nodrošinātu, ka tikai tu vari piekļūt lietotnei, pirms mySugr Bolusa kalkulatora sākotnējās iestatīšanas viedtālrunī ir jābūt instalētai autentifikācijas metodei (atbloķēšanas mehānismam) un atjauninātiem iestatījumiem. Ir ieteicams izvēlēties stipru paroli vai citu stipru autentifikācijas metodi, kā arī neizpaust paroli nepilnvarotām personām.

Ir ieteicams piešķirt piekļuvi sistēmas pakalpojumiem tikai uzticamām lietotnēm.

Lai nodrošinātu pareizu mySugr Bolusa kalkulatora lietojumu, lietotni nav ieteicams izmantot viedtālrunī ar ieplaisājušu vai bojātu ekrānu.

Lai gādātu par integritāti un drošību, mySugr Bolusa kalkulatoru nedrīkst izmantot sakņotos viedtālruņos vai viedtālruņos, kuros ir instalēta atlaušanas programma.

3.7 mySugr Bolusa kalkulators ir paredzēts tikai personīgai lietošanai

mySugr Bolusa kalkulators ir jāiestata tikai personīgai lietošanai, un to drīkst izmantot tikai tu. Nekoplieto mySugr Bolusa kalkulatoru ar citiem diabēta slimniekiem un neļauj to izmantot bolusa ieteikumu saņemšanai arī tad, ja terapijas nosacījumi ir līdzīgi, jo tādējādi var tikt nodarīts nopietns medicīnisks kaitējums.

4 Instalēšana

mySugr Bolusa kalkulators ir mySugr Dienasgrāmatas paplašinājums. Lejupielādē mySugr Dienasgrāmatu no lietotņu veikala Apple App Store vai Google Play Store. Plašāku skaidrojumu, kā instalēt un izmantot mySugr Dienasgrāmatu, meklē mySugr Dienasgrāmatas lietotāja rokasgrāmatā.

5 Aprēķināšana

5.1 Aktivizēšana

Lai sāktu darbu, atver jauna ieraksta ekrānu lietotnē mySugr Dienasgrāmata, atlasot pogu „+” (1. attēls). Importē vai manuāli ievadi glikozes līmeņa vērtību un/vai ogļhidrātu vērtību un Bolusa kalkulatora laukā atlasī pogu „Aprēķināt” (2. attēls).

Katrai importētajai bolusa vērtībai tiek izveidots jauns ieraksts „Insulīns (boluss)” ar norādītu datumu, laiku un ievadīto vienību skaitu. Vienību skaits tiek parādīts elementā, kā redzams tālāk.



1. attēls. Jauna ieraksta ekrāna atvēršana



2. attēls. Pogas „Aprēķināt” atlase

Dažās atrašanās vietās pirmajā reizē, kad izmantosi mySugr Bolusa kalkulatoru, tev būs jāatbloķē mySugr Bolusa kalkulators, ievadot veselības aprūpes speciālista nodrošināto aktivizācijas kodu (3. un 4. attēls). Ja nesaņemsi aicinājumu ievadīt aktivizācijas kodu, varēsi turpināt darbu un iestatīt savu mySugr Bolusa kalkulatoru.



3. attēls. Aktivizācijas kods protokola lapā (atkarībā no atrašanās vietas)



4. attēls. mySugr Bolusa kalkulatora atbloķēšana (atkarībā no atrašanās vietas)

SVARĪGI! Ievades ekrāna laukus var pievienot/noņemt un pārvietot, izmantojot pogu „Pielāgot šūnas” lietotnē mySugr Dienasgrāmata (5. attēls).

Lai rādītu/paslēptu šūnas, pieskaries acs ikonai (6. attēls). Ņem vērā, ka šī funkcija var ietekmēt žurnāla ieraksta ekrānā parādītos vienumus. Ja vienumi „Insulīns (pārtika)” un „Insulīns (korekcija)” ir paslēpti, arī mySugr Bolusa kalkulators tiks paslēpts. Piezīme. Vienumi „(Insulīns (pārtika)” un „Insulīns (korekcija)” ir sagrupēti, un tos nevar pārvietot atsevišķi.



5. attēls. Šūnu pielāgošana



6. attēls. Šūnu rādīšana/paslēpšana

5.2 Iestatīšana

Lai varētu izmantot mySugr Bolusa kalkulatoru, tālrunī ir jāiestata piekļuves kods, skāriena vai sejas ID, tādējādi nodrošinot, ka tikai tu vari konfigurēt vai mainīt savus mySugr Bolusa kalkulatora iestatījumus. Lai varētu saņemt jebkādas ar bolusu saistītus ieteikumus, tev tiks uzdoti vairāki jautājumi par personalizētajiem iestatījumiem.

5.2.1 Svarīgas definīcijas un noklusējuma vērtības

Aktīvais insulīns: pašlaik ķermenī esošais insulīns, kas darbojas, lai pazeminātu glikozes līmeni asinīs. Šajā apjomā netiek ietverts insulīns, kas darbojas saistībā ar ogļhidrātu uzņemšanu. Šajā apjomā netiek ietverts arī bazālais insulīns.

Mērķa diapazons: pieņemamais augstākais un zemākais glikozes līmenis asinīs badošanās laikā vai pirms maltītes (noklusējuma vērtība: 80–130 mg/dL vai 4,4–7,2 mmol/L).

Hipoglikēmija: iestatījums, par kuru zemāks glikozes līmenis asinīs tiek uzskatīts par hipoglikēmiju (noklusējuma vērtība: 70 mg/dL vai 3,9 mmol/L). Šādā situācijā tiks sniegts ieteikums uzņemt piemērotu ogļhidrātu daudzumu.

Iedarbības aizkave: paredzētais laika posms, pēc kura insulīns sāks pazemināt glikozes līmeni asinīs (noklusējuma vērtība: 60 minūtes).

Iedarbības ilgums: kopējais laika posms, kurā ir paredzams, ka insulīns efektīvi pazeminās glikozes līmeni asinīs (noklusējuma vērtība: 4 stundas un 30 minūtes).

Maksimālais boluss: maksimālā vienreizējā insulīna deva. Šis iestatījums ir drošības pasākums, kas aizsargā pret netīši ievadītu lielu bolusu, lūdzot tev papildu apstiprinājumu (noklusējuma vērtība: 25 U).

Insulīna devas pieaugums: vienību (U) skaits, parasti 0,1, 0,5 vai 1 U, par kuru tiek mainīta insulīna deva (noklusējuma vērtība: 1 U).

Ar maltīti saistīts kāpums: maksimālais glikozes līmeņa asinīs pieaugums, kas ir pieļaujams pēc maltītes, neizmantojot papildu korekcijas bolusu (noklusējuma vērtība: 75 mg/dL vai 4,2 mmol/L).

SVARĪGI! Šie iestatījumi nosaka tavas insulīna devas aprēķināšanu, tādēļ ir svarīgi tos norādīt pareizi. Neizvēlies iestatījumus bez ārsta vai veselības aprūpes speciālista ziņas.

Lai gādātu par mySugr Bolusa kalkulatora iestatījumu atbilstību tavai diabēta terapijai, ik pēc trim mēnešiem tu saņemsi aicinājumu pārskatīt iestatījumus.

5.2.2 No laika atkarīgi iestatījumi

Lai definētu iestatījumus katrā laika periodā, veic tālāk norādītās darbības.

- Iestatīšanas plūsmā atlasi „no laika atkarīgs” (iOS, 7a. attēls) vai iespējo „No laika atkarīgs iestatījums” (Android, 7b. attēls).
- Atlasi laika periodu un ievadi/rediģē piemēroto vērtību.
- Atkārti katram ietekmētajam laika periodam, jo katrs laika periods beidzas tad, kad sākas nākamais laika periods.



7a. attēls. Pārslēgšanās uz iestatījumiem, kas atkarīgi no laika (iOS)



7b. attēls. Pārslēgšanās uz iestatījumiem, kas atkarīgi no laika (Android)

SVARĪGI! Obligāti sazinies ar savu veselības aprūpes speciālistu, lai uzzinātu, kādas darbības jāveic (ja tās ir jāveic), lai izmantotu vairākus laika periodus un ceļotu uz citu laika joslu.

5.3 Aprēķināt

5.3.1 Padoms par bolusu – saņemšana

Lai aprēķinātu insulīna bolusu, veic tālāk norādītās darbības.

1. Izveido jaunu žurnāla ierakstu.
2. Ievadi pašreizējo glikozes līmeņa vērtību un/vai ogļhidrātu daudzumu, ko paredzēts uzņemt.
3. Pogas "Aprēķināt" atlase
4. Apstiprini, ka pēdējā laikā neesi injicējis insulīnu, lai varētu saņemt aprēķina rezultātu, kura pamatā ir tavi iestatījumi un žurnāla ieraksti (papildinformāciju skati 5.5. sadaļā „Aktīvais insulīns”).



8. attēls. Datu ievade



9. attēls. Pogas „Aprēķināt” atlase

Padoms par bolusu — saņemšana, neievadot glikozes līmeņa vērtību

Padomu par bolusu var saņemt, arī neievadot pašreizējo glikozes līmeņa vērtību. Ieteicamais bolusa apjoms būs atbilstošs tikai tam insulīna daudzumam, kas nepieciešams atbilstoši ievadītajai maltītei vai ogļhidrātu daudzumam.

Piezīme. Glikozes testa rezultāta izmantošana nodrošina visprecīzāko padomu par bolusu.

Padoms par bolusu — saņemšana, ievadot hipoglikēmijas glikozes testa rezultātu

Ja glikozes līmenis asinīs ir zemāks par iestatīto hipoglikēmijas robežvērtību, ieteikums par insulīnu netiks sniegts. Tā vietā tu saņemsi ieteikumu uzņemt aprēķinātu ogļhidrātu daudzumu, lai varētu paaugstināt glikozes līmeni asinīs līdz mērķa diapazonam. Lai nodrošinātu precīzus rezultātus, savā žurnāla ierakstā reģistrē faktisko ogļhidrātu skaitu, ko uzņemsi.

Negatīvs korekcijas insulīns

Ja glikozes līmeņa vērtība ir augstāka par tavu hipoglikēmijas robežvērtību un zemāka par mērķa diapazona mazāko vērtību, mySugr Bolusa kalkulators var aprēķināt negatīvu korekcijas insulīnu. Šī negatīvā vērtība tiek ņemta vērā korekcijas maltītē, ko plāno uzņemt.

5.4 Apstiprināt

Ieteikums var būt neatbilstošs taviem terapijas ieradumiem vai pašsajūtai. Tādēļ jebkurā laikā vari noraidīt vai pieņemt ieteikumu, saglabājot kontroli pār terapiju un gādājot par to, lai tava mySugr Dienasgrāmata būtu pēc iespējas precīzāka.

Parasti aprēķina rezultāts ir kāds no tālāk minētajiem.

- Insulīna deva, ja glikozes līmenis asinīs ir pārāk augsts, — rezultāta lauks ir iekrāsots zilā krāsā (10a. un 10b. attēls).
- Uzņemamais ogļhidrātu daudzums, ja bez papildu ogļhidrātu uzņemšanas var iestāties hipoglikēmija (zems glikozes līmenis asinīs). Šādā gadījumā rezultātu lauks tiek iekrāsots dzeltenā krāsā (11a. un 11b. attēls).

Lai apstiprinātu vai noraidītu ieteikumu, veic tālāk norādītās darbības.

- Ja piekrīti ieteiktajam rezultātam, atlasi pogu „Piekrīst”. Aprēķinātās vērtības tiks automātiski sadalītas rindās „Insulīns (pārtika)” un „Insulīns (kor.)”, pamatojoties uz nodrošinātajiem ierakstiem (glikozes līmeni asinīs un/vai ogļhidrātu daudzumu). Ja vēlies pielāgot insulīna daudzumu pēc tam, kad ir atlasīta poga „Piekrīst”, vari rediģēt insulīna daudzumu manuāli (10b. un 11b. attēls).
- Ja ieteikums neatbilst tavai pašsajūtai vai terapijas ieradumiem, atlasi pogu „Vairs nerādīt”. Pēc šīs darbības veikšanas tiks vienkārši aizvērts mySugr Bolusa kalkulatora sadaļa, un tu varēsi manuāli ievadīt insulīna vērtības rindā „Insulīns (pārtika)” un „Insulīns (kor.)”.



iOS



Android

10a. attēls. Ieteikums par insulīna bolusu



10b. attēls. Ieteikums par insulīnu – rediģēšana



iOS



Android

11a. attēls. Ieteikums par ogļhidrātiem



11b. attēls. Ieteikums par ogļhidrātiem – rediģēšana

SVARĪGI! mySugr Bolusa kalkulators sniedz ieteikumus par insulīna devu, pamatojoties uz tevis ievadīto informāciju. Ja ievadītā informācija ir nepareiza vai nepilnīga, sniegtais ieteikums par insulīna devu būs neprecīzs! Tev ir arī jāsaprot, ka aprēķinā netiek ņemta vērā tāda ietekme kā stress, aktivitāte, slimības vai citi faktori, kas var ietekmēt glikozes līmeni asinīs.

5.5 Aktīvais insulīns

mySugr Bolusa kalkulators arī pastāvīgi aprēķina tavu aktīvo insulīnu. Aprēķina pamatā ir pēdējās insulīna devas, kas reģistrētas kā korekcijas insulīns, kā arī tavi personīgie iestatījumi visā insulīna iedarbības ilguma periodā. Piezīme. Aktīvais insulīns neietver insulīnu, kas darbojas saistībā ar ogļhidrātu uzņemšanu. Šajā apjomā netiek ietverts arī bazālais insulīns.

Aktīvā insulīna vērtība tiks parādīta kopā ar katru aprēķinu kā daļa no aprēķina formulas informācijas ekrānā. Lai skatītu šo informāciju par (aktīvo) insulīnu un iepriekšējām injekcijām, izmantojot mySugr Bolusa kalkulatoru, atlasi pogu „i” iOS ierīcē (12a. un 12b. attēls) vai „detalizēta informācija” Android ierīcē (12c. un 12d. attēls).



12a. attēls. Bolusa aprēķina informācijas rādīšana ieteikuma saņemšanas laikā (iOS)



12b. attēls. Bolusa aprēķina informācijas rādīšana pēc ieteikuma pieņemšanas (iOS)



12c. attēls. Bolusa aprēķina informācijas rādīšana ieteikuma saņemšanas laikā (Android)



12d. attēls. Bolusa aprēķina informācijas rādīšana pēc ieteikuma pieņemšanas (Android)

5.6 Saglabāt

Lai reģistrētu ierakstu, atlasī „Saglabāt” (13. attēls). Saglabājot žurnāla ierakstu, apstiprinātā insulīna deva (pārtikas un korekcijas) vai ieteikums par ogļhidrātiem tiks saglabāts atbilstošajos laukos lietotnē mySugr Dienasgrāmata.

Piezīme: ņem vērā, ka korekcijas un pārtikas bolusi tiks saglabāti un parādīti atsevišķi lietotnē mySugr Dienasgrāmata. Aktivā insulīna vērtībai var piekļūt tikai bolusa aprēķina laikā, un šī vērtība netiks saglabāta un parādīta lietotnē mySugr Dienasgrāmata.



13a. attēls. Ieraksta saglabāšana (navigācija augšā)

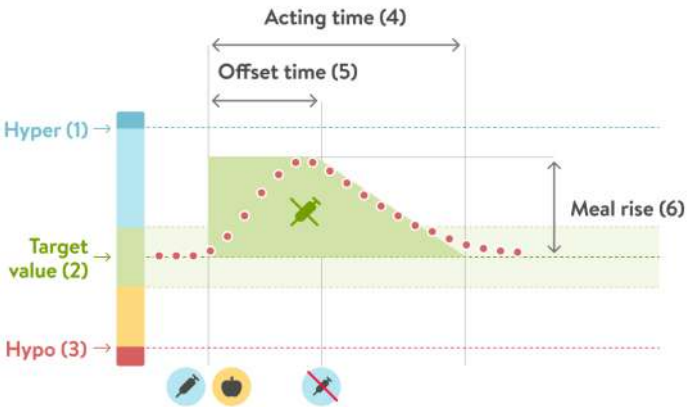






13b. attēls. Ieraksta saglabāšana (poga)

5.7 Papildu parametru skaidrojumi

5.7.1 Papildu definīcijas

Tālāk aprakstītie faktori tiek izmantoti, lai mySugr Bolusa kalkulators neieteiktu otru bolusu saistībā ar notikumu, kas ietekmē glikozes līmeni asinīs (piemēram, maltīti vai augstu glikozes līmeni asinīs), ja uz šo notikumu jau tika aprēķināts iepriekšējais insulīna boluss.



 Boluss	 Maltīte	 Boluss nav nepieciešams
•• Pašreizējā glikozes līmeņa vērtība		
 Pieļaujamā glikozes līmeņa vērtība: ar maltīti saistīts kāpums		
1: hiperglikēmija; 2: mērķa vērtība; 3: hipoglikēmija; 4: iedarbības ilgums; 5: iedarbības aizkave; 6: ar maltīti saistīts kāpums		

1. shēma

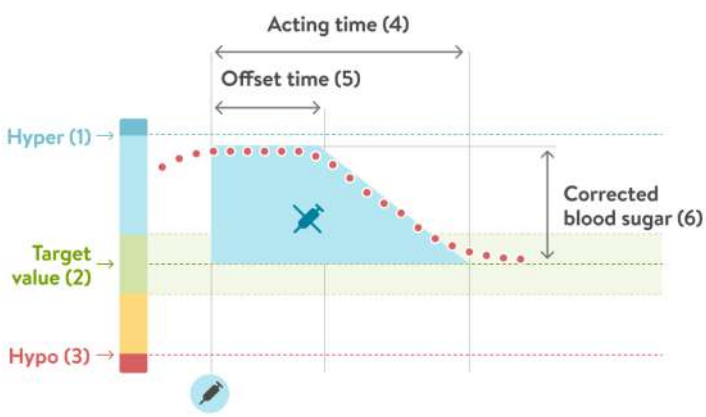
Ar maltīti saistīts kāpums




Pēc maltītes glikozes līmenis asinīs parasti ievērojami paaugstinās arī personām, kuras neslimo ar diabētu. Atkarībā no maltītes veida glikozes līmenis asinīs var sasniegt maksimālo vērtību apmēram stundu pēc maltītes un atgriezties sākotnējā līmenī laika periodā no vienas līdz divām stundām. Tas ir normāls process, un mySugr Bolusa kalkulators ņem to vērā, izmantojot funkciju „ar maltīti saistīts kāpums”.

Punktotā līnija parāda, kā glikozes līmenis asinīs var mainīties pēc ogļhidrātu bolusa (1. shēma). mySugr Bolusa kalkulators pieļauj paaugstinātu glikozes līmeni asinīs, ja tas ir „ar maltīti saistīta kāpuma diapazonā” (zaļā krāsā), un neapņēma papildu korekcijas bolusu. Pēc ogļhidrātu daudzuma ievadīšanas glikozes asinīs mērķa vērtībai tiek pievienots iestatījums „ar maltīti saistīts kāpums”. Ar maltīti saistīta kāpuma ilgumu (zaļā apgabala platumu) nosaka „iedarbības aizkave” un „iedarbības ilgums”.

Pašlaik pieļaujamā glikozes līmeņa vērtība tiek noteikta, ņemot vērā tālāk norādītos faktorus.

- Tavas pašreizējās „laika sadaļas” „mērķa diapazona” augstākā robežvērtība.
- Glikozes līmeņa vērtības, kas tika pieļautas kā „ar maltīti saistīts kāpums” un ir saistītas ar ogļhidrātu bolusu, kas joprojām ir aktīvs (iedarbības ilgums).
- Paredzētais glikozes līmeņa asinīs pazeminājums insulīna ietekmē „iedarbības ilguma” periodā (pazeminājums starp „iedarbības aizkaves” perioda beigām un „iedarbības ilguma” perioda beigām).
- Nobīdes no „mērķa vērtības”, kuras korekcijas boluss joprojām ir aktīvs (iedarbības ilgums).



 Boluss	 Maltīte	 Boluss nav nepieciešams
.. Pašreizējā glikozes līmeņa vērtība		
Pieļaujamā glikozes līmeņa vērtība: koriģētais glikozes līmenis		
1: hiperglikēmija; 2: mērķa vērtība; 3: hipoglikēmija; 4: iedarbības ilgums; 5: iedarbības aizkave; 6: koriģētais glikozes līmenis		

2. shēma

Iedarbības ilgums

Iedarbības ilgums ir laika periods, kurā insulīns, kas ievadīts kā boluss, joprojām ir efektīvs. Tas ir viss laika periods, kurā tiek ņemts vērā glikozes līmeņa asinīs pieaugums pēc ogļhidrātu bolusa vai korekcijas bolusa. mySugr Bolusa kalkulators neieteiks korekcijas bolusu šim laika periodam, ja tavs pašreizējais glikozes līmenis asinīs zemāks par glikozes līmeni asinīs, uz kuru tika attiecināts iepriekšējais boluss (ar maltīti saistīts kāpums vai koriģēts augsts glikozes līmenis asinīs).

Lai varētu izvēlēties pareizo vērtību, no sava veselības aprūpes speciālista jāiegūst tālāk norādītā informācija.

- Tavas pašreizējās „laika sadaļas” „mērķa diapazona” augstākā robežvērtība.
- Glikozes līmeņa vērtības, kas tika pieļautas kā „ar maltīti saistīts kāpums” un ir saistītas ar ogļhidrātu bolusu, kas joprojām ir aktīvs (iedarbības ilgums).
- Paredzētais glikozes līmeņa asinīs pazeminājums insulīna ietekmē „iedarbības ilguma” periodā (pazeminājums starp „iedarbības aizkaves” perioda beigām un „iedarbības ilguma” perioda beigām).
- Nobīdes no „mērķa vērtības”, kuras korekcijas boluss joprojām ir aktīvs (iedarbības ilgums).

Iedarbības aizkave

Iedarbības aizkave ir laiks, līdz insulīns sāk pazemināt glikozes līmeni asinīs. Pēc iedarbības aizkaves glikozes līmenim asinīs ir jāpazeminās insulīna ietekmē, un iedarbības ilguma perioda beigās glikozes līmenim asinīs ir jāatgriežas mērķa līmenī. Iedarbības aizkaves periodam jābūt vismaz 45 minūtes ilgam, un maksimālo vērtību ierobežo tevis izvēlētais iedarbības ilgums. Tev ir jāapspriežas ar savu veselības aprūpes speciālistu, lai noskaidrotu, kāda ir tavam organismam piemērota iedarbības aizkave.

Tikai korekcijas boluss

mySugr Bolusa kalkulators vienmēr salīdzina tavu glikozes testa rezultātu ar pašlaik pieļaujamo mērķa diapazonu, nevis tikai ar pašreizējās laika sadaļas mērķa vērtību. Iepriekš sniegtajā 2. shēmā ir parādīts piemērs, kā aprakstīts tālāk. Pirmais korekcijas boluss paliek aktīvs visā iedarbības ilguma periodā (atbilst zilā apgabala platumam). Ja noteiktā vērtība atbilst pašlaik pieļaujamajai glikozes līmeņa vērtībai (atbilst zilā apgabala augstumam), jauns korekcijas boluss netiek aprēķināts.

5.7.2 Bolusa aprēķinu matemātiskais pamatojums

Tālāk sniegts saraksts ar svarīgākajām formulām un principiem, ko mySugr Bolusa kalkulators izmanto, lai aprēķinātu tavu bolusu.

$$\text{Ogļhidrātu boluss} = \text{Uzņemtie ogļhidrāti} \times \left(\frac{\text{Insulīns}}{\text{Ogļhidrāti}} \right)_{\text{no ogļhidrātu/insulīna koeficienta}}$$

$$\text{Korekcijas boluss} = \left(\text{Pašreizējais glikozes līmenis asinīs} - \text{Pašlaik pieļaujamais glikozes līmenis asinīs}^* \right) \times \left(\frac{\text{Insulīns}}{\Delta \text{Glikoze asinīs}^{**}} \right)_{\text{no insulīna korekcijas koeficienta}}$$

Korekcijas bolusu vispārīgi aprēķina tikai tad, ja pašreizējā glikozes līmeņa vērtība pārsniedz hipoglikēmijas glikozes līmeņa brīdinājuma robežvērtību un ir ārpus mērķa diapazona. Turklāt vērtībai ir jāpārsniedz pašlaik pieļaujamā glikozes līmeņa vērtība. Iedarbības ilgumu aktivizē tikai korekcijas bolusa vērtība, kas pārsniedz 0.

* Pašlaik pieļaujamā glikozes līmeņa vērtība = glikozes līmeņa vērtība, ko izmanto korekcijas bolusa aprēķinam, ņemot vērā laika sadaļas iestatījumus (mērķa diapazona vidējā vērtība), pašlaik aktīvās maltītes (ar maltīti saistīts kāpums) un pašlaik aktīvos korekcijas bolusus (aktīvais insulīns).

** Δ glikoze asinīs = atšķirība starp pašreizējo glikozes līmeni asinīs un mērķa glikozes līmeni asinīs.

6 Deaktivizēšana

mySugr Bolusa kalkulatoru var deaktivizēt (vai no jauna aktivizēt) lietotnes mySugr Dienasgrāmata iestatījumu sadaļā. Dodieties uz „Vairāk / Bolusa kalkulatora iestatījumi” (iOS) vai „Vairāk / Konts un iestatījumi / Iestatījumi” (Android) un deaktivizējiet mySugr Bolusa kalkulatoru, izmantojot pogu „Lietot Bolusa kalkulatoru” (14. attēls).



14. attēls. mySugr Bolusa kalkulatora atspējošana

Informāciju par to, kā atinstalēt lietotni mySugr Dienasgrāmata, skatiet lietotnes mySugr Dienasgrāmata lietošanas pamācībā.

7 Datu drošība

Tavi dati ir drošībā, un tie mums rūp (arī mēs izmantojam mySugr). mySugr Bolusa kalkulators ir reģistrēta medicīnas ierīce (atbilstoši Regulai (ES) 2017/745, kas attiecas uz medicīniskām ierīcēm), kam piešķirts CE marķējums. Tādēļ šai lietotnei ir jānodrošina atbilstība augstākajām datu drošības un uzticamības standartu prasībām.

Papildinformācija ir pieejama mūsu konfidencialitātes politikā, kas ietverta mūsu [noteikumos un nosacījumos](#).

8 Problēmu novēršana un atbalsts

8.1 Problēmu novēršana

Mums rūp mūsu klienti. Tādēļ mūsu atbalsta dienestā strādā diabēta slimnieki, kuri sniegs atbildes uz taviem jautājumiem, kā arī uzklauss tavas rūpes un bažas.

Lai ātri novērstu problēmas, apmeklē mūsu [bieži uzdoto jautājumu \(FAQ\) lapu](#)

8.2 Atbalsts

Ja tev ir jautājumi par mySugr, nepieciešama palīdzība saistībā ar mySugr Bolusa kalkulatoru vai lietotni mySugr Dienasgrāmata vai arī esi pamanījis kādu kļūdu vai problēmu, nekavējoties sazinies ar mums, rakstot uz e-pasta adresi support@mysugr.com.

Vari arī zvanīt mums uz šādiem numuriem:

+1 (855) 337-7847 (ASV, bezmaksas)

+44 800-011-9897 (Apvienotā Karaliste, bezmaksas)

+43 670 3086 634 (Austrija)

+49 32 211 001999 (Vācija)

Ja saistībā ar šīs medicīnas ierīces lietošanu rodas jebkādi nopietni negadījumi, sazinies ar mySugr klientu atbalsta un apkalpošanas centru un vietējo kompetento iestādi.

9 Ražotājs



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Vienna, Austrija

Tālrunis:

+1 (855) 337-7847 (ASV, bezmaksas)
+44 800-011-9897 (Apvienotā Karaliste, bezmaksas)
+43 670 3086 634 (Austrija)
+49 32 211 001999 (Vācija)

E-pasts: support@mysugr.com

Vadītāja: Elisabeth Koelbel

Ražotāja reģistrācijas numurs: FN 376086v
Jurisdikcija: Vīnes Komerclietu tiesa, Austrija
PVN maksātāja numurs: ATU67061939



2025-01-17

Lietošanas pamācības versija 3.12.0 (lv)



10 Informācija par valsti

10.1 Austrālija

Sponsors Austrālijā:
Roche Diabetes Care Australia
2 Julius Avenue
North Ryde NSW 2113

10.2 Brazīlija

Reģistrācijas/paziņojuma turētājs: 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 - Brazīlija
Klientu atbalsta centrs: 0800 77 20 126
www.accu-chek.com.br
Reg. ANVISA:81414021706

10.3 Šveice

CH-REP
Roche Diagnostics (Schweiz) AG
Forrenstrasse 2
CH-6343 Rotkreuz