



Korzystanie z Alertów Przewidywania i Alertów o Szybkości Zmian

Nawet z najlepszym planem kontroli cukrzyca **bywa nieprzewidywalna**. Obok alarmów (alertów) o stężeniu glukozy system CGM Eversense E3 oferuje dwa opcjonalne ustawienia alertów, które — jeśli zostaną włączone — mogą pomóc w radzeniu sobie z nagłymi lub nieoczekiwanymi zmianami stężenia glukozy. System CGM Eversense E3 może sygnalizować każdy rodzaj alertu w formie dźwiękowej i wizualnej na urządzeniu mobilnym użytkownika, a także w formie alarmu wibracyjnego odczuwanego na skórze; takie alarmy wibracyjne są generowane przy użyciu inteligentnego transmitera.

➔ 1. Alert przewidywania (alarm predykcyjny)

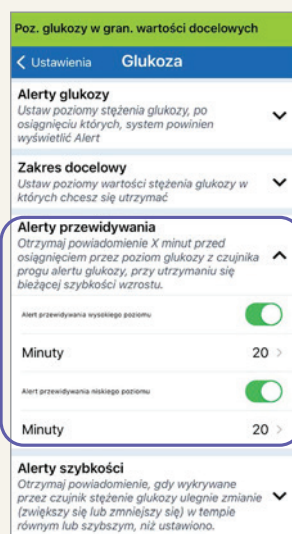
Alert przewidywania na podstawie trendu zmian stężenia glukozy sygnalizuje zbliżające się wysokie lub niskie stężenie glukozy, uwzględniając przy tym wybrane przez użytkownika ustawienia alertu o wysokim lub niskim poziomie glukozy.

Można ustawić powiadomienie na 10, 20 lub 30 minut przed potencjalnym osiągnięciem wysokiego lub niskiego poziomu glukozy. Należy omówić z lekarzem indywidualny wybór optymalnego czasu wyprzedzenia.

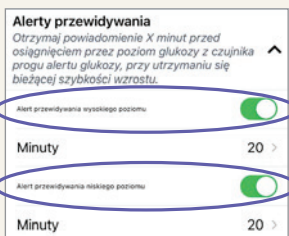
Aby włączyć alert przewidywania:

Wybierz:

Menu > **Ustawienia** > **Glukoza**

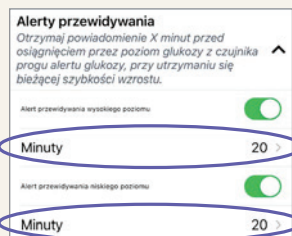


- Obok **alertów przewidywania o wysokim i niskim poziomie glukozy**, przestaw przełącznik do położenia **WŁ.**



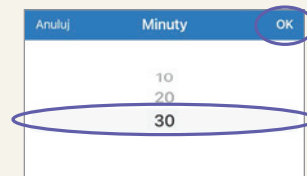
- **Wybierz:**

Minuty, aby określić wyprzedzenie, z jakim ma się pojawiać ostrzeżenie



- **Wybierz:**

Gotowe po zakończeniu



Korzystanie z alertu przewidywania

Piotr jest w podróży służbowej, dlatego jego plan dnia oraz charakter posiłków różni się od typowego dnia; wie, że będzie miało to wpływ na jego stężenie glukozy.

Piotr ustawił alert o niskim poziomie glukozy na 70 mg/dl, a alert o wysokim poziomie glukozy na 180 mg/dl. **Włączył alert przewidywania i ustawił czas na 30 minut, tak jak uzgodnił wcześniej z lekarzem.**

Obecnie Piotr wie, że system Eversense E3 CGM powiadomi go o przewidywanym w najbliższych 30 minutach wysokim lub niskim poziomie glukozy.

Takie wcześniejsze powiadomienia są bardzo przydatne w podróży.

→ 2. Alert o szybkości zmian

Alert o szybkości zmian powiadomi o wzroście lub spadku stężeniu glukozy z wybraną szybkością, od 1,5 do 5 mg/dl na minutę (przykłady znajdują się w tabeli po prawej stronie).

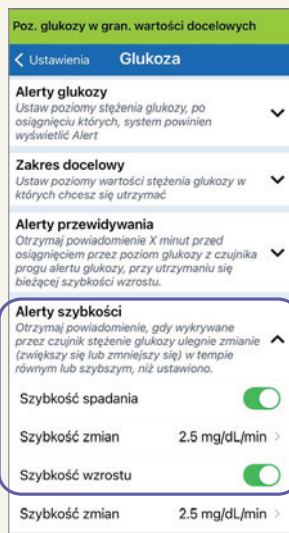
- Zwykle racjonalne jest ustawienie powiadomienia o szybkości zmian 3,0 mg/dl na minutę lub wyższej¹ (przy takiej szybkości stężenie glukozy wzrośnie lub spadnie o co najmniej 60 mg/dl w ciągu najbliższych 20 minut), należy jednak skonsultować się z lekarzem w sprawie indywidualnego wyboru najlepszego ustawienia.

Przykłady alertów o szybkości zmian	
Wybrane ustawienie alertu o szybkości zmian (mg/dl/min)	Szybkość zmiany stężenia glukozy (utrzymująca się ponad 20 minut), przy której pojawi się alert
1,5	30 mg/dL
2,0	40 mg/dL
2,5	50 mg/dL
3,0	60 mg/dL
3,5	70 mg/dL
4,0	80 mg/dL
4,5	90 mg/dL
5,0	100 mg/dL

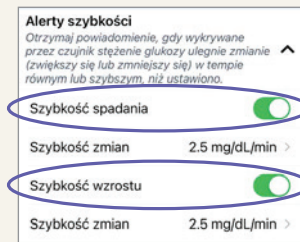
Aby włączyć alert o szybkości zmian:

Wybierz:

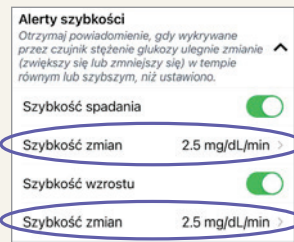
Menu > Ustawienia > Glukoza



- Obok opcji **Alerty szybkości** przestaw przełącznik z położenia **WYŁ.** na **WŁ.**



- **Wybierz:** Szybkość zmian, aby wybrać szybkość



- **Wybierz:** Gotowe po zakończeniu



Korzystanie z alertu o szybkości zmian

Piotr wie, że w najbliższym czasie będzie więcej chodził i spożywał posiłki innego rodzaju niż zwykle. Oba te czynniki zwiększają prawdopodobieństwo szybkich zmian stężenia glukozy.

Po **włączeniu opcji Alerty szybkości i ustawieniu jej na 3,0 mg/dl/min**¹ system CGM Eversense E3 powiadomi Piotra, gdy stężenie glukozy będzie szybko wzrastało lub spadało — **pozwalając z wyprzedzeniem zareagować na potencjalnie wysokie lub niskie stężenie glukozy.**

Ważne: Określenie, które alerty opcjonalne są przydatne dla pacjenta, wymaga praktyki. Zdefiniowanie zbyt dużej liczby alertów może sprawić, że staną się one uciążliwe. Dlatego wiele osób nie włącza jednocześnie alertów przewidywania i alertów szybkości. Ważne jest, aby omówić korzystanie z tych funkcji ze swoim lekarzem.

¹ Scheiner, G., (2015). Practical CGM. A guide to improving outcomes through continuous glucose monitoring. American Diabetes Association, Alexandria, VA.