Arabische Übersetzung

بداية تعاملك مع FreeStyle Libre 3

من أجل جودة حياة أفضل[1,2] وأمان أكبر[3,4] في التعامل مع مرض السكري.

في هذا الكتيب تجدون معلومات قيمة حول إعداد واستخدام نظام القياس FreeStyle Libre 3.

مزيد من المعرفة بسهولة

Abbott
life. to the fullest.®

باستخدام FreeStyle Libre 3 ستكون قادرًا على التحكم في مرض السكري لديك بشكل أفضل.

FreeStyle Libre 3 يدعمك يوميًا في إدارتك لمرض السكري بقراءة قيم السكر واتجاهاته مباشرة على هاتفك الذكي [5] أو جهاز القراءة[6].

مأمون[3,4]

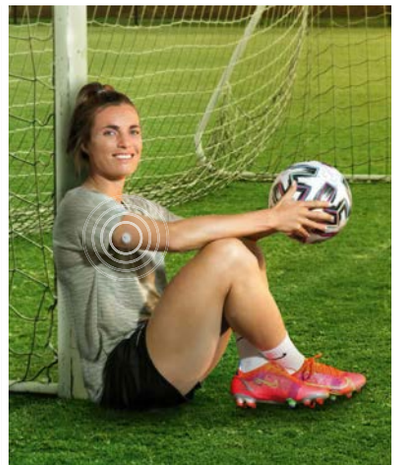
دقة قياس ممتازة[7] مع قراءات لقيم الجلوكوز لكل دقيقة منفردة وتلقائيًا على الهاتف الذكي.

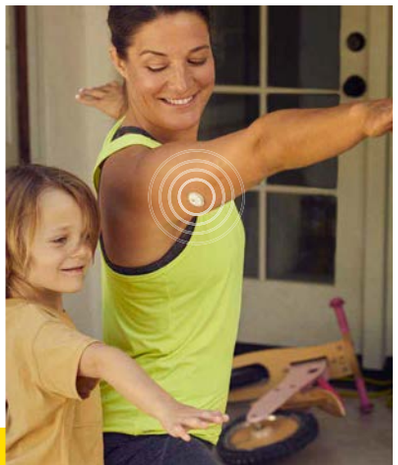
سري[8]

أصغر جهاز استشعار وأقلهم سمكًا[9] في العالم. أصغر من عملتين معدنيتين من فئة 5 سنت تم وضعهما فوق بعضهما البعض.

سهل[10]

نظام سهل لقياس الجلوكوز بشكل مستمر على مدى ١٤ يومًا[11] - مع أداة تطبيق من جزء واحد .





الفهرس

بداية تعاملك مع FreeStyle Libre 3 4

تعرف على نظام FreeStyle Libre 3 6

الفرق بين قياس نسبة السكر في الدم وقياس نسبة السكر في الأنسجة 8

المستشعر 10

التطبيق 14

جهاز القراءة 32

الحلول الرقمية 44

FreeStyle plus Ich 54

الطلب 56

أهم بياناتك 58

بداية تعاملك مع FreeStyle Libre 3

1

شارك سريعًا. إبدأ مباشرة.

قبل أن تبدأ في استخدام FreeStyle Libre 3 يرجى منك تسجيل نفسك للدورات التعليمية على الهواء مباشرة عبر الإنترنت من أجل الإرشادات الفنية. هناك يقوم فريقنا المؤهل بتوضيح استخدام FreeStyle Libre 3 بسهولة والإجابة على أسئلتكم.

www.FreeStyleLibre.de/hilfe/technische-einweisung

2

تنزيل التطبيق[5] أو استخدام جهاز القراءة[6]

للاستفادة من جميع مزايا الإدارة الرقمية لمرض السكري نوصي باستخدام التطبيق. قبل تفعيل المستشعر قرر، عما إذا كنت ترغب في استخدام التطبيق أو جهاز القراءة. حيث أن الاستبدال غير ممكن أثناء فترة تشغيل جهاز الاستشعار. المعلومات الخاصة بإعداد التطبيق تجدونها على صفحة 16 - والخاصة بجهاز القراءة على صفحة 36.

3

نظام مبتكر - تطبيق سهل[10]

دليل خطوة بخطوة لتركيب المستشعر تجدونه على الصفحة 13.

4

قيم الجلوكوز بلمحة واحدة على هاتفك الذكي[5] أو على جهاز القراءة الخاص بك[6]

أسهم الاتجاهات والمساحات الملونة تساعدك في مراقبة قيم الجلوكوز الخاصة بك - إنذارات فورية لمستوى الجلوكوز[12] تضمن لك حماية إضافية. تقارير ووظائف الملاحظة تعطي إيضاحات حول نماذج الاستجابة الفردية. وصف مفصل لذلك تجدونه ابتداءً من الصفحة 20 أو 32.

5

LibreView

اتصالك السري

باستخدام تطبيق FreeStyle Libre 3 وحساب LibreView[13] الخاص بك تستطيع نقل قيم الجلوكوز الخاصة بك بعد موافقتك وذلك بشكل تلقائي وفوري إلى فريق متابعة مرض السكري الخاص بك. مزيد من المعلومات تجدونها على الصفحة رقم 46.

6

LibreLinkUp

استخدم تطبيق FreeStyle Libre 3 وأجعل العائلة تشاركك

باستخدام LibreLinkUp يمكنك إبلاغ الأشخاص المألوفين لك، بأنك بخير[14-17]. مزيد من المعلومات تجدونها على الصفحة رقم 52.

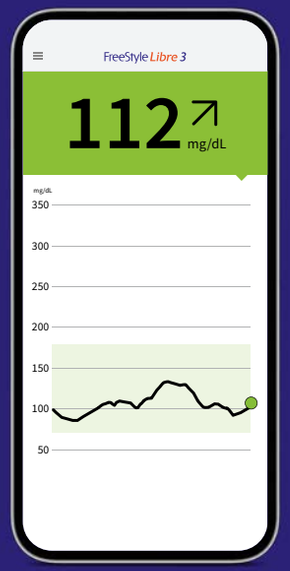
7

للتقليد يوصى بـ: الإيضاح بالفيديو

مقاطع فيديو توضيحية على موقعنا الإلكتروني تعرض بوضوح خطوة بخطوة كيف تقوم بتركيب المستشعر، وإعداد نظام القياس الخاص بك، وقياس بياناتك وتحليلها.

www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos

تعرف على نظام FreeStyle Libre 3



المستشعر

سهل[10] التركيب وخالٍ من الألم[10] - باستخدام جهاز تطبيق واحد.

يمكن ارتداء المستشعر لمدة تصل إلى 14 يومًا - ليلاً ونهارًا.[11]

يقيس تلقائيًا القيمة الدقيقة للسكر كل دقيقة وينقلها على الفور إلى هاتفك الذكي[5] أو جهاز القراءة[6].

التطبيق[5]

استخدم تطبيق FreeStyle Libre 3 للاستفادة من جميع مزايا نظام القياس FreeStyle Libre 3.

قيمة السكر الحالية وتطورها متاحة دائمًا[18] - فنظرة بسيطة على الهاتف الذكي الخاص بك[5] تكون كافية.

احصل على إنذارات مستوى الجلوكوز بشكل اختياري[12] ومباشرة على الهاتف الذكي الخاص بك.

جهاز القراءة

استخدم جهاز القراءة كحل مثالي بدون حاجة إلى هاتف ذكي متوافق[5,6].

قيمة السكر الحالية وتطورها متاحة دائمًا[18] - فنظرة بسيطة على جهاز القراءة الخاص بك تكون كافية.

احصل على إنذارات مستوى الجلوكوز بشكل اختياري[12] ومباشرة على جهاز القراءة الخاص بك.

الحلول الرقمية

LibreView مع تطبيق[5]: أبلغ[15,17] فريق معالجة السكري الخاص بك بقيم السكر الخاصة بك **بسهولة وتلقائية** من أجل قرارات علاجية فردية أفضل.

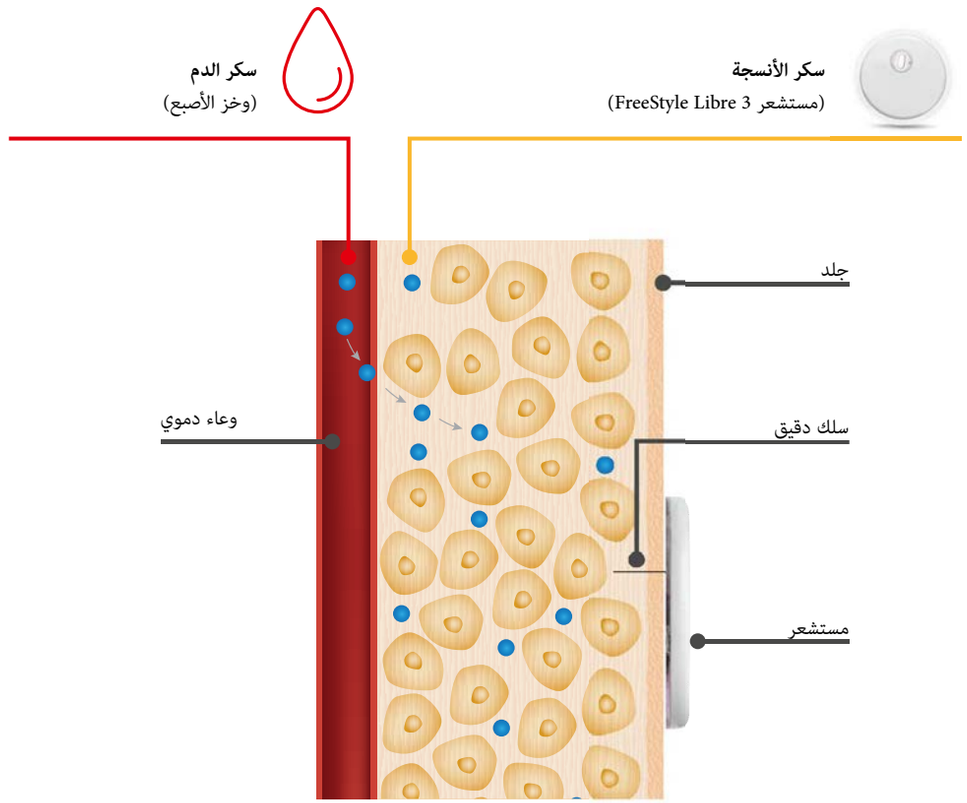
LibreView مع جهاز قراءة: أبلغ[15] فريق معالجة السكري الخاص بك بقيم السكر الخاصة بك **يدويًا** من أجل قرارات علاجية فردية أفضل.

LibreLinkUp[14]: قم بإشراك أقاربك في خطتك العلاجية لمرض السكري. لمزيد من الأمان عن بعد[3,4,16].

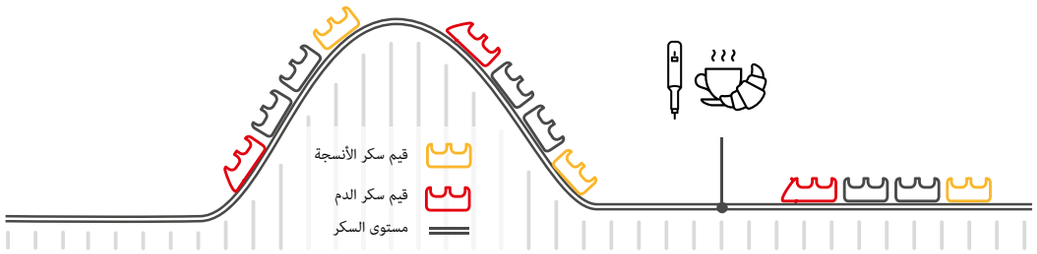
الفرق بين قياس نسبة السكر في الدم وقياس نسبة السكر في الأنسجة موضح ببساطة

كبديل مأمون وسهل لقياس السكر التقليدي، يقوم نظام القياس FreeStyle Libre 3 بقياس قيمة السكر الخاصة بك ليس في الدم، ولكن عبر سلك دقيق في سائل الأنسجة.

في بعض الحالات قد تحدث فروق زمنية صغيرة بين قيم سكر الدم وقيم سكر الأنسجة. هذا أمر طبيعي تمامًا، لأن الطعام المهضوم يصل أولاً إلى الدم ثم يمر إلى سائل الأنسجة.[19] هذا الفرق الزمني الصغير يتم تقليله بواسطة التكنولوجيا الحديثة، وبالتالي فإن قياس سكر الأنسجة يعد بديلًا دقيقًا وموثوقًا لقياس سكر الدم.[3,4,11,19]



على أساس مثال قطارات الملاهي المرعبة، يمكن فهم الفرق بين السكر في الدم وسكر الأنسجة بشكل جيد.



قيم سكر مستقرة

في حالة قيم السكر المستقرة تكون قيم السكر المقاسة من FreeStyle Libre 3 وقيم السكر في الدم متشابهة للغاية.

قيم السكر التي ترتفع سريعًا

في حالة قيم السكر التي ترتفع بسرعة يمكن أن تكون قيم السكر المقاسة بواسطة FreeStyle Libre 3 أقل من قيم السكر في الدم.

قيم السكر التي تنخفض سريعًا

في حالة قيم السكر التي تنخفض بسرعة يمكن أن تكون قيم السكر المقاسة بواسطة FreeStyle Libre 3 أعلى من قيم السكر في الدم.

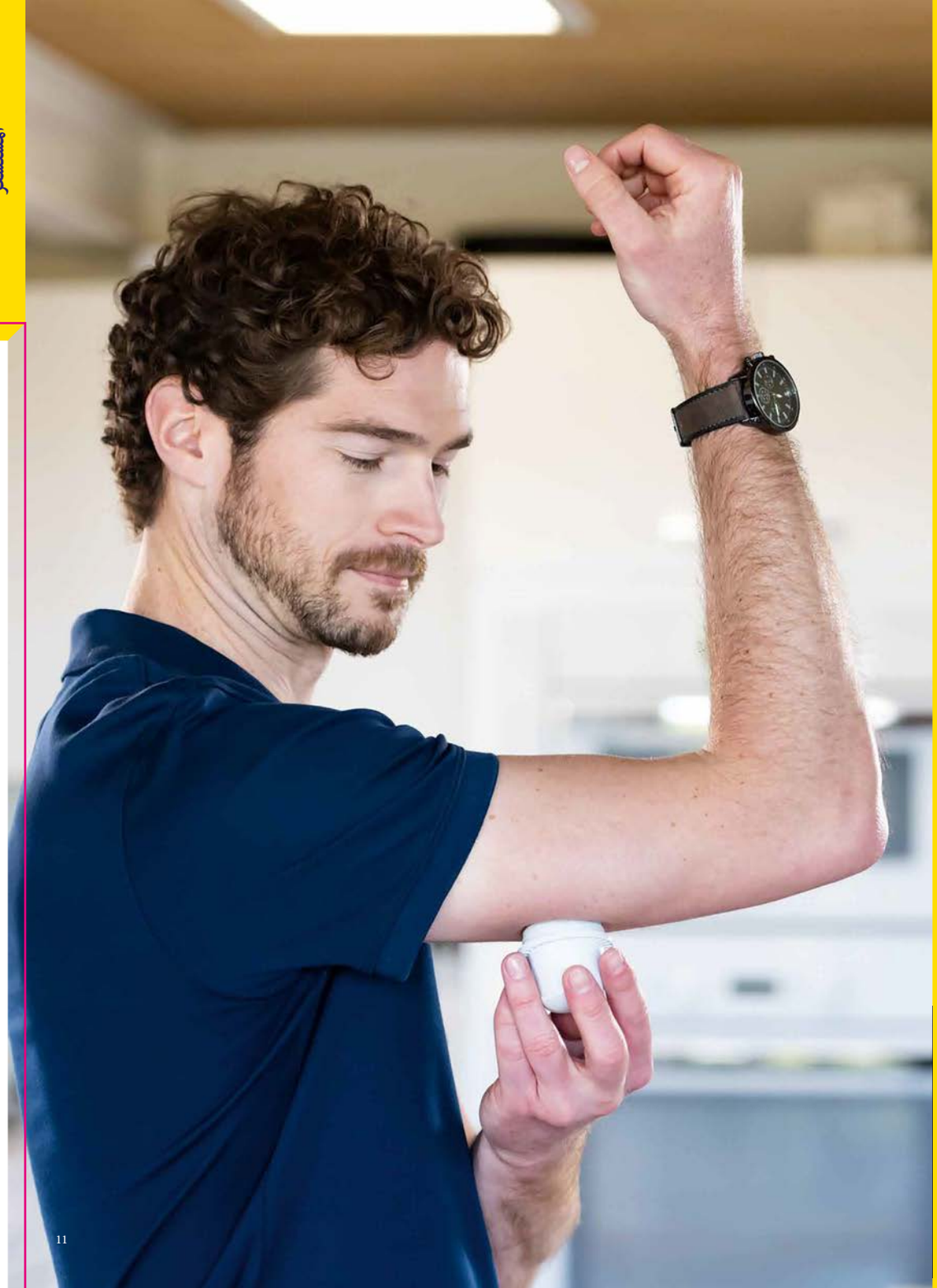
نظام قياس الجلوكوز FreeStyle Libre 3 هو بديل بسيط ومأمون لقياس السكرالتقليدي.[3,4,11,19] بالإضافة إلى ذلك يمكنك ضبط جرعة الأنسولين الخاصة بك استنادًا إلى قيم السكر.[19]

مستشعر FreeStyle Libre 3

شاهد أيضًا دليل الفيديو لتركيب المستشعر!

امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا أو انتقل إلى:

www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos



يمكن ارتداء مستشعر FreeStyle Libre 3 لمدة تصل إلى 14 يومًا - على هذا النحو يلتصق بشكل أفضل على جلدك:

الجلد الدهني

لتحسين الالتصاق قم بتنظيف جلدك بالماء والصابون ثم جففه وقم بتنظيفه باستخدام منديل كحولي. دع الجلد يجف تمامًا (دون أن تنفخ عليه) قبل وضع المستشعر.

الجلد الرطب

لتحسين الالتصاق قم بتجفيف جلدك وقم بتنظيفه باستخدام منديل كحولي. دع الجلد يجف تمامًا (دون أن تنفخ عليه) قبل وضع المستشعر.

الجلد غزير الشعر

يجب أن يتم حلاقة الموضع المختار على الجهة الخلفية من أعلى الذراع بشكل جيد.

إذا كنت بحاجة إلى تثبيت إضافي، يمكنك أيضًا وضع رباط تثبيت أو شريط لاصق طبي فوق المستشعر.[20]
وفي هذا يجب مراعاة، أنه لا يجوز تغطية ثقب المستشعر!

التخلص من أداة تركيب المستشعر:

ضع الغطاء مرة أخرى على وحدة تركيب المستشعر وتخلص منها في الموضع المخصص للأدوات الطبية. يمكنك التخلص من عبوات المستشعر عن طريق نظام البلدية المخصص للتخلص من النفايات.

التخلص من المستشعرات:

مستشعرات FreeStyle Libre الخاصة بنا تخضع لقانون الأجهزة الكهربائية ولذلك يجب التخلص منها بعد الاستهلاك كنفايات إلكترونية.

يتم تركيب مستشعر FreeStyle Libre 3 في 4 خطوات بسيطة - بهذه السهولة يجري ذلك:

قم باختيار منطقة جلد على الجهة الخلفية في أعلى ذراعك. قم بتجهيز موضع الاستخدام وثبّت المستشعر بشكل صحيح.

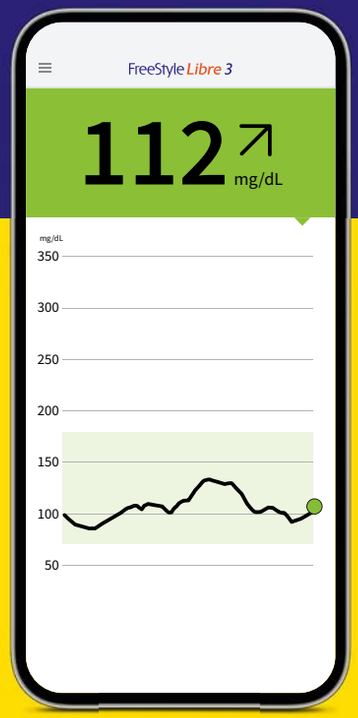
قم بغسل موضع الاستخدام بالصابون البسيط، ثم جفف الموضع وقم بتنظيف الموضع عقب ذلك بمنديل كحولي.

افتح عبوة أداة تركيب مستشعر FreeStyle Libre 3 بحرص وقم بإزالة الغطاء.

ضع أداة تركيب المستشعر فوق المنطقة المُجهزة **واضغطها بقوة على الجلد.**[21,22] أثناء تركيب المستشعر على الجسم سيتم دفع سلك دقيق قابل للانحناء معقم مباشرة تحت الجلد.

اسحب أداة تركيب المستشعر بحرص بعيدًا عن الجسم. الآن يجب أن يكون المستشعر ملتصقًا بالجلد.

تطبيق[5] FreeStyle Libre 3 - قم بالتنزيل والتسجيل الآن مجانًا



Laden im App Store

JETZT BEI Google Play

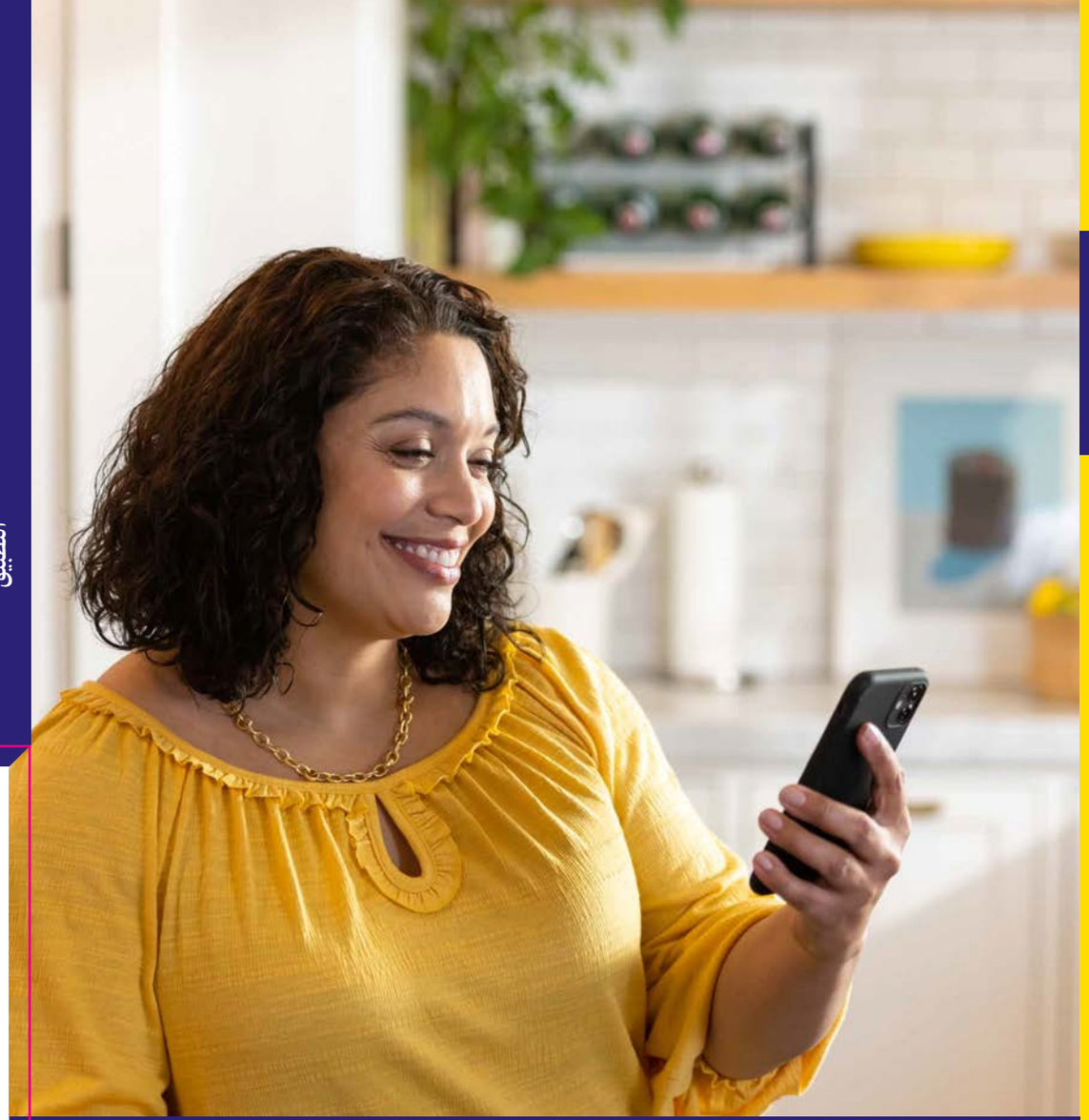
أو: أفتح متجر التطبيقات Apple App Store أو Google Play Store وأدخل "**FreeStyle Libre 3**" في شريط البحث.

إذا كنت قد قمت بالفعل بتثبيت تطبيق **FreeStyle LibreLink**، فيرجى أزالته من هاتفك الذكي[5] قبل تنزيل FreeStyle Libre 3، لتجنب أي اضطرابات.

شاهد تسجيلات الفيديو الخاصة بنا حول إعداد واستخدام التطبيق:

امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا أو انتقل إلى:

www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos



فحص التوافق

يتوافق تطبيق[5] FreeStyle Libre 3 فقط مع أجهزة محمولة وأنظمة تشغيل محددة. قم بمسح رمز الاستجابة السريعة هذا واكتشف ما إذا كان هاتفك الذكي[5] ينتمي إليها.

https://app.FreeStyleLibre.de

على هذا النحو تقوم بإعداد تطبيق[5] FreeStyle Libre 3 بسهولة على هاتفك الذكي[5]:

لكي تستطيع الاستفادة من **جميع مزايا** نظام القياس FreeStyle Libre 3، قم **بتسجيل** نفسك في تطبيق FreeStyle Libre 3. عندما تقوم بإنشاء حساب، **فلن** تحتاج إلى استبدال المستشعر في حالة فقدان الهاتف الذكي.

1. قم بالسماح أو تفعيل **وصول البلوتوث**، حينما يُطلب منك ذلك.
2. **قم بتفعيل NFC**، حينما يُطلب منك ذلك.
3. قم بتأكيد بلد إقامتك بالضغط على "**التالي**".
4. قم بقراءة وقبول **اتفاقية ترخيص المستخدم النهائي وشروط الاستخدام**.
5. **قم بإنشاء** حسابًا* أو قم بتسجيل دخولك باستخدام حساب LibreView **الحالي** الخاص بك.
6. إقراء **بيان حماية البيانات** وقم بقبوله.
7. قم بتحديد **خياراتك بشأن أعمال البحث** ثم أدخل بعد ذلك **بياناتك الشخصية**.
8. حدد وحدة القياس (مليجرام لكل ديسيلتر mg/dL أو مليمول لكل لتر mmol/L) واختار عقب ذلك، عما إذا كانت إشارة الكربوهيدرات يجب أن تتم بالجرام أو بوحدات الكربوهيدرات (وحدات الخبز).
9. **أسمح للتطبيق بالعمل في الخلفية.**
   إذا كنت تستخدم iPhone[5] ، فلا داعي لاتخاذ هذه الخطوة.

   ملاحظة: تحقق من أن هاتفك الذكي يقوم بتحديث التاريخ والساعة تلقائيًا.
10. تعرف على وظائف التطبيق واضغط على "**التالي**" طالما أنك فهمت كل شيء.

*إنشاء الحساب هو أمر اختياري ويمكن تخطيه.

الإعدادات الضرورية من أجل تطبيق[5] FreeStyle Libre 3 App

لكي تتمكن من الحصول على قيم السكر، لا يجب إغلاق تطبيق FreeStyle Libre 3. دع التطبيق مفتوحًا في الخلفية بشكل دائم.

يجب تفعيل تقنية البلوتوث عند بدء استخدام مُستشعر FreeStyle Libre 3 ويجب أن يظل مفتوحًا بشكل دائم بعد ذلك

قم بالسماح لتطبيق FreeStyle Libre 3 بإرسال جميع الإشعارات، لتتمكن من استقبال الإنذارات.[12]

نظام أندرويد:

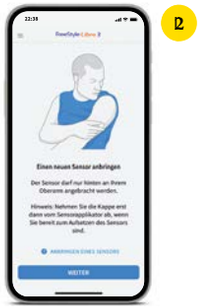
1. أسمح للتطبيق **بالعمل في الخلفية** من أجل استقبال قيم السكر والإنذارات
2. تجاهل **تحسين عمل البطارية**.
3. أسمح للتطبيق **بتحديد موقع الجهاز**.
   ملاحظة: في نظام أندرويد 6.0 والأحدث منه، يجب تفعيل السماح بتحديد الموقع، لكي يتمكن النظام من التواصل مع أجهزة البلوتوث.
   سواء مستشعرات FreeStyle Libre 3 أو تطبيق FreeStyle Libre 3 لا يقومان بتسجيل موقعك.

هكذا تبدأ تشغيل مستشعر FreeStyle Libre 3 الجديد الخاص بك باستخدام هاتف iPhone[5] الخاص بك ...

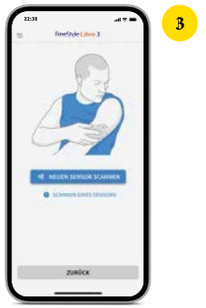
يجب تفعيل تقنية البلوتوث عند بدء استخدام مُستشعر FreeStyle Libre 3 ويجب أن يظل مفتوحًا بشكل دائم.

بهذه السهولة يجري ذلك:

أسمح **بالإشعارات من التطبيق**[5].



انقر على "**التالي**" إذا كنت قد قرأت الملاحظة.



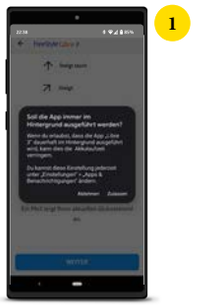
انقر على "**مسح جهاز استشعار جديد**"

قم بتفعيل المستشعر الجديد الخاص بك من خلال المسح **بالواجهة العلوية لهاتفك الذكي**[5]. **حرك** هاتفك الذكي **ببطء**، إذا لزم الأمر.

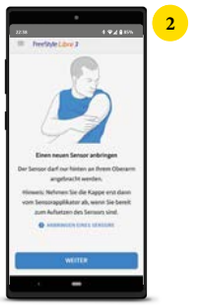
المستشعر الخاص بك سيكون جاهزًا للاستخدام في غضون **60 دقيقة**.[18] يمكنك متابعة استخدام هاتفك الذكي. عندما يكون المستشعر جاهزًا، ستتلقى **إشعارًا**، إذا كانت وظيفة الإشعارات مفعلة.

... أو هاتفك الذكي أندرويد[5]

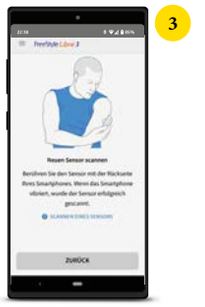
يجب أن تكون وظيفة NFC على هاتفك الذكي مفعلة، لكي تتمكن من بدء تشغيل مستشعرك مع تطبيق FreeStyle Libre 3[5].



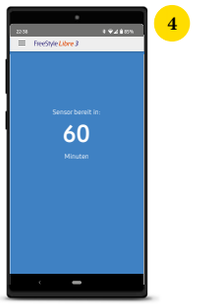
قم بالسماح للتطبيق **بالعمل في الخلفية** دائمًا.



قم بتثبيت مستشعرك بحذر على **عضد الذراع**.

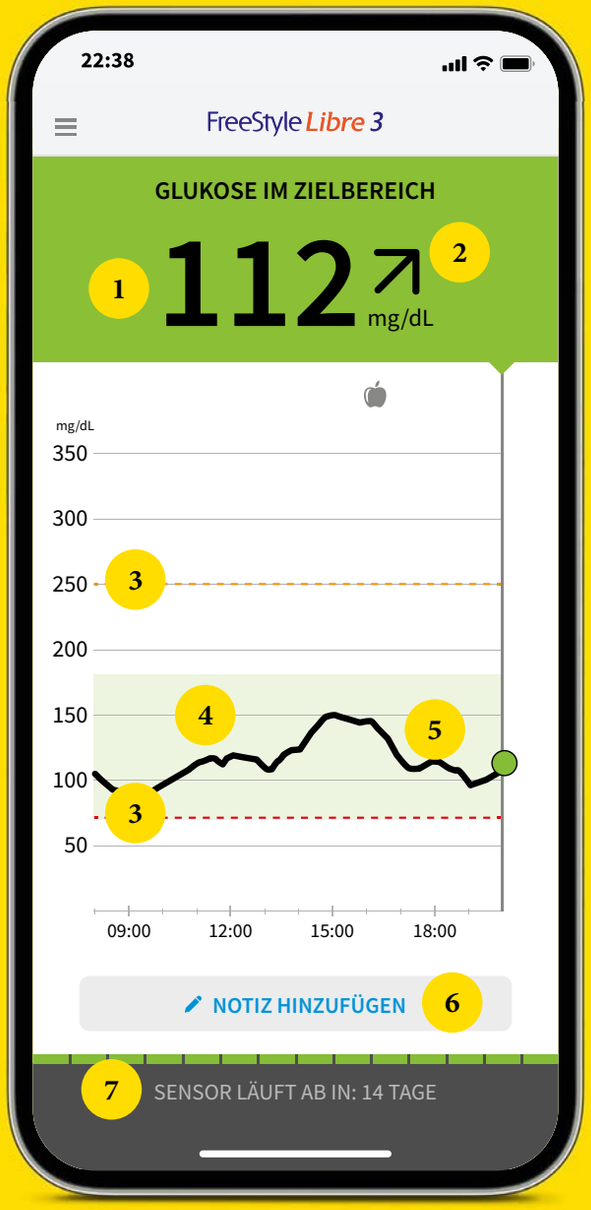


قم بمسح المستشعر عن طريق لمسه بالواجهة الخلفية لهاتفك الذكي. كل طراز مختلف. **حرك** هاتفك الذكي **ببطء**، إذا لزم الأمر.



المستشعر الخاص بك سيكون جاهزًا للاستخدام في غضون **60 دقيقة**.[18] يمكنك متابعة استخدام هاتفك الذكي. عندما يكون المستشعر جاهزًا، ستتلقى **إشعارًا**، إذا كانت وظيفة الإشعارات مفعلة.

الآن تابع كل ما يتعلق بقيم السكر الخاصة بك على هاتفك الذكي[5]



شاهد قيم السكر واتجاهاته والمزيد في الوقت الحقيقي[18]

1 **القيمة الحالية للسكر الخاصة بك**
يتم تحديثها تلقائياً كل دقيقة.

2 **سهم الاتجاه**
يعرض كيف ستتغير قيم السكر لديك في المستقبل القريب.

3 **القيم الحدودية للإنذار**
لإنذارات الجلوكوز المرتفعة والمنخفضة[12].

4 **النطاق المستهدف**
تم إضفاء خلفية له باللون الأخضر الفاتح، لكي تستطيع أن ترى بشكل أفضل، عما إذا كانت قيم السكر الخاصة بك تقع في إطاره.

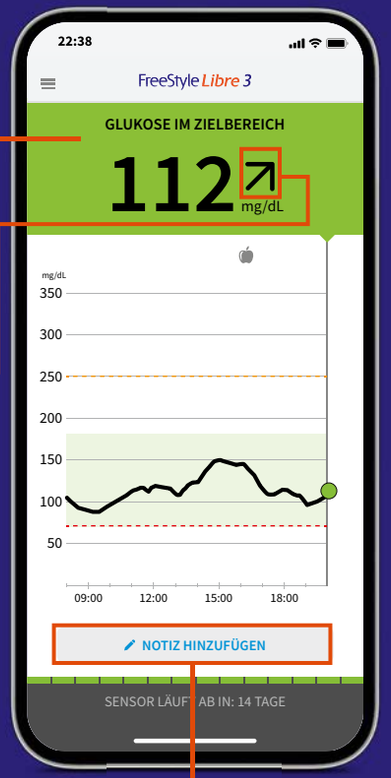
5 **سير السكر**
شاهد قيم السكر بالدقيقة بالضبط.

6 **وظيفة الملاحظات**
سجل وتابع الوجبات الغذائية واستخدامات الإنسولين والرياضة والأحداث الأخرى.

7 **عمر المستشعر**
يظهر، ما هي المدة المستغرقة حتى تنتهي صلاحية المستشعر.

ثبت سريريًا: أن المستخدمين/المستخدمات لديهم ضبط أفضل للسكري من خلال الاستخدام المنتظم لتطبيق FreeStyle Libre 3[5,23,24].

من خلال وظيفة الملاحظات تحصل على فهم أفضل لمستوى السكر لديك.



استخدم وظيفة ملاحظات تطبيق FreeStyle Libre 3[5] الخاص بك

في تطبيق FreeStyle Libre 3 يمكنك إضافة وتعديل وعرض الملاحظات في وقت لاحق ومشاهدتها في مجال بروتوكول.

المواد الغذائية | النشاط الرياضي | الإنسولين طويل المفعول | الإنسولين سريع المفعول

تظهر ألوان الإشارة وسهم الاتجاه، أين توجد قيمة السكر الخاص بك وكيف تطورت

تحدد القيمة الحالية للسكر الخاص بك لون خلفية شاشة الهاتف الذكي[5]. بهذه الطريقة تستطيع التعرف بسرعة في أي مجال تتواجد قيمة السكر الخاص بك. يعرض سهم الاتجاه، في أي اتجاه تتحرك قيمة السكر الخاص بك.

تظهرألوان الإشارة ، عما إذا كانت قيمة السكر الخاصة بك:

- مرتفعة (فوق 250 ملغم/ديسيلتر أو 13,9 ملليمول/لتر)
- يقع بين المجال المستهدف وبين 250 ملغم/لتر (13,9 ملليمول/لتر)
- يقع داخل المجال المستهدف
- يقع بين المجال المستهدف وبين 70 ملغم/ديسيلتر (3,9 ملليمول/لتر)
- منخفض (أقل من 70ملغم/ديسيلتر أو 3,9 ملليمول/لتر)

قيمة السكر ترتفع سريعًا
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة ترتفع بمعدل أكثر من 30 ملغم/ديسيلتر (1,7 ملليمول/لتر)

قيمة السكر ترتفع
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة ترتفع بمعدل بين 15 و30 ملغم/ديسيلتر (0,8 و1,7 ملليمول/لتر)

قيمة السكر تتغير ببطء
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة ترتفع أو تنخفض بمعدل أقل من 15 ملغم/ديسيلتر (0,8 ملليمول/لتر)

قيمة السكر تنخفض
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة تنخفض بمعدل بين 15 و30 ملغم/ديسيلتر (0,8 و1,7 ملليمول/لتر)

قيمة السكر تنخفض سريعًا
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة تنخفض بمعدل أكثر من 30 ملغم/ديسيلتر (1,7 ملليمول/لتر)

أحصل على إنذارات[12] اختيارية لمستوى الجلوكوز في الوقت الحقيقي مباشرة على هاتفك الذكي[5].

إنذارات الجلوكوز الاختيارية
تجعلك تعلم مباشرة، إذا تم تجاوز الحدود المحددة للإنذار إلى أعلى أو إلى أسفل.

يمكنك **بسهولة تشغيل وإعادة إيقاف** الإنذارات

يمكن بسهولة ضبط إعدادات الصوت والاهتزاز

يمكن ضبط القيم المنخفضة للسكر - بين 60 - 100 ملغم/ديسيلتر (3.3 إلى 22.2 ملليمول/لتر).

يمكن ضبط القيم العالية للسكر - بين 120 - 400 ملغم/ديسيلتر (6.7 إلى 22.2 ملليمول/لتر).

ستتلقى **إشعارًا فقدان**[25]، إذا لم يستطيع المستشعر الخاص بك الاتصال بتطبيق[5] FreeStyle Libre 3 لمدة 20 دقيقة.

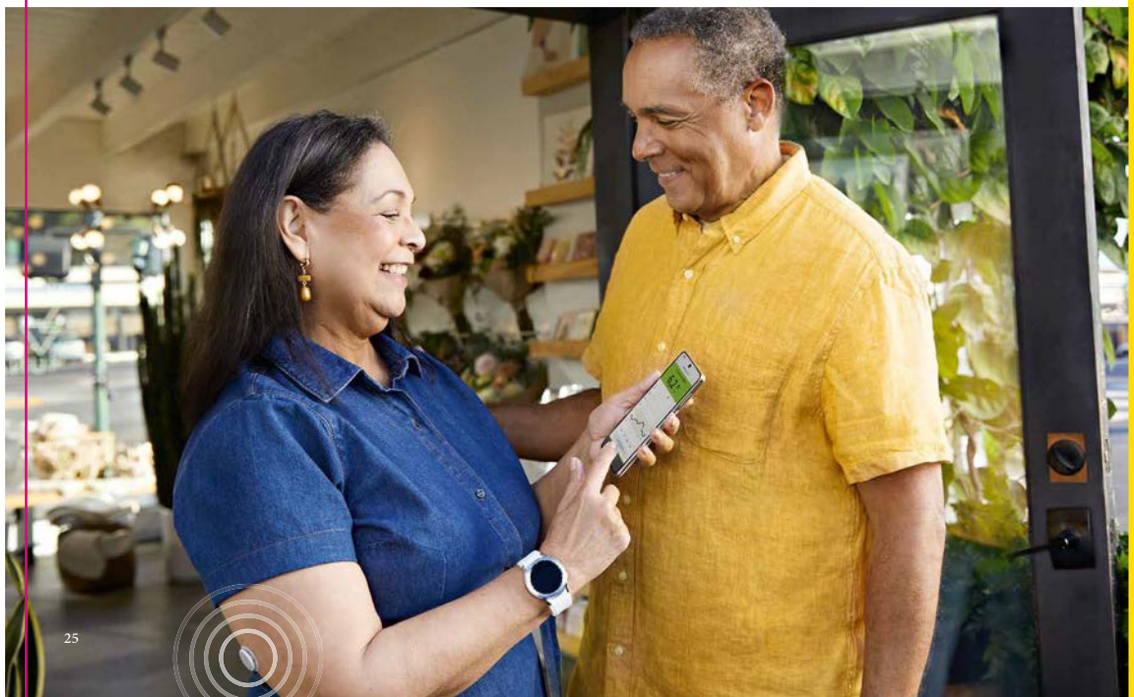
تناقش مع فريق مرض السكري الخاص بك حول مدى ارتفاع أو انخفاض قيم حدود الإنذار المسموح بها لك. يمكنك تسجيل قيمة حدود الإنذار الشخصية الخاصة بك على الصفحة الأخيرة.

أيضًا ستتلقى الإنذارات[12] على ساعتك الذكية[26,27]

استخدم FreeStyle Libre 3 مع ساعتك الذكية المتوافقة

دع التطبيق[5] الخاص بـ FreeStyle Libre 3 يخبرك بإشعارات مباشرة على ساعتك الذكية المتوافقة[12,26,27]، إذا كانت قيمة السكر لديك منخفضة أو مرتفعة - **في أي وقت وفي أي مكان**[17,28].

أنتبه: تعرض ساعتك الذكية الإنذارات فقط، طالما كان هاتفك الذكي[5] في نطاق اتصال المستشعر والساعة الذكية.

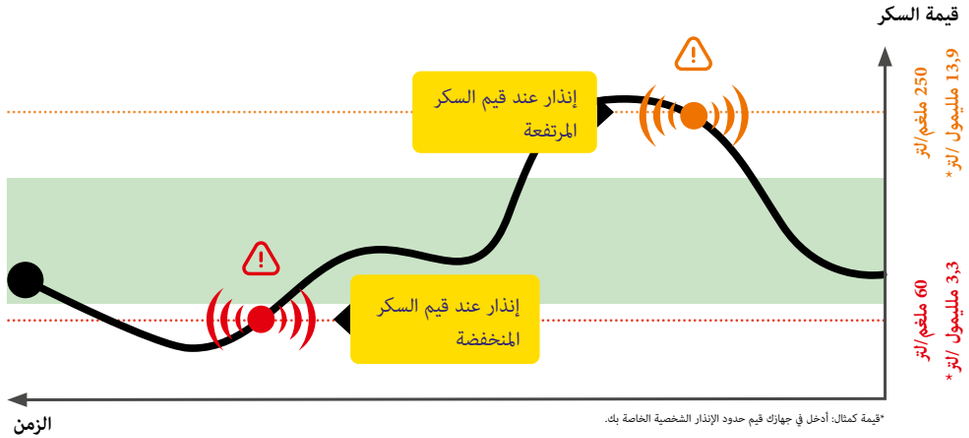


بواسطة وظيفة الصوت والاهتزاز لن يفوتك إنذار[12] .

تتمتع الإنذارات بوظيفة صوتية واهتزاز.

تتبع إعدادات الصوت والاهتزاز إعدادات هاتفك الذكي[5].

- استخدم وظائف الصوت في البيئات الصاخبة (على سبيل المثال أثناء التسوق).
- استخدم وظيفة الاهتزاز من أجل السرية (على سبيل المثال في السينما).
- يمكن إيقاف أداء وظيفة الصوت والإنذار. إلا أن الإنذارات ستظل تظهر على الشاشة. مزيد من المعلومات توجد على الصفحة رقم 29.

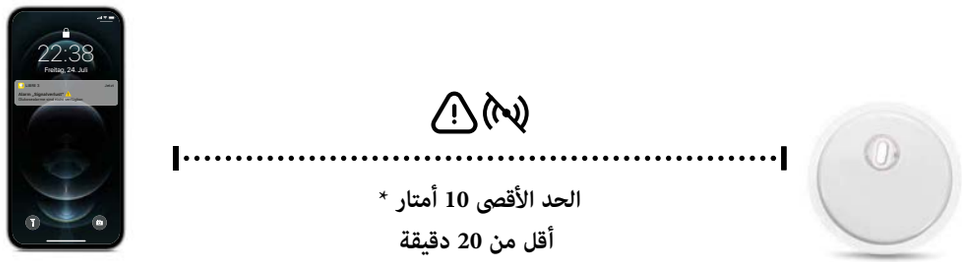


قيم حدود الإنذار لا تطابق المجال المستهدف للسكر الخاص بك.
تناقش مع فريق مرض السكري الخاص بك حول مدى ارتفاع أو انخفاض قيم حدود الإنذار المسموح بها لك.

الإنذار عند فقدان الإشارة[25]

يخبرك إنذار "فقدان الإشارة"، إذا كان ليس هناك اتصال لأكثر من 20 دقيقة بين المستشعر والهاتف الذكي[5] أو عندما يبتعد هاتفك الذكي عن المستشعر لمسافة تزيد عن 10 أمتار.

إلا أن القيم الخاصة بك سيتم **عرضها دائمًا بالكامل**، لأن المستشعر يُخزن القيم المقاسة. بالإضافة إلى ذلك قد يحدث أحيانًا، أن تطبيق[5] FreeStyle Libre 3 **لا يستقبل لفترة قصيرة قيم الجلوكوز**، على سبيل المثال في الساونا بسبب الحرارة العالية. في هذه الحالة ستتلقى رسالة خطأ مناسبة في تطبيق FreeStyle Libre 3 الخاص بك. وقد يستغرق إعادة بناء الإشارة **2-4 دقائق**.



إذا كنت تبعد عن هاتفك الذكي مسافة أكثر من 10 أمتار:

قم بإقلال المسافة، لكي تعيد الاتصال مرة أخرى.

إذا لم يكن هناك اتصال بين هاتفك الذكي والمستشعر لمدة تزيد عن 20 دقيقة:

تحقق عما إذا كان بينك وبين الهاتف الذكي أشياء ضخمة.*

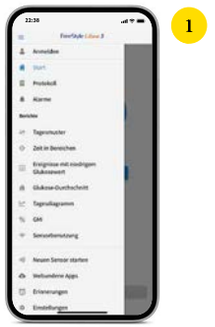
حيث أن هاتفك الذكي يستطيع استقبال إنذارات مستوى الجلوكوز[12] من مسافة تصل إلى 10 أمتار*. يتم تفعيل الإنذار عند فقدان الإشارة تلقائيًا، بمجرد تشغيل إنذار مستوى الجلوكوز للمرة الأولى. يمكنك في أي وقت إيقاف وإعادة تشغيل إنذار فقدان الإشارة.

*الأجسام الفعلية، مثل جدار يمكن ان تعيق اتصال نقل البيانات. مع ذلك يقوم المستشعر بمواصلة قياس وتخزين بيانات الجلوكوز لمدة تصل إلى 14 يومًا.

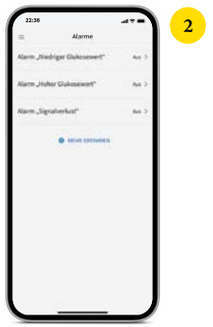
أنت الذي يقرر، عما إذا كنت ترغب في استخدام الإنذارات[12] وكيفية استخدامها.

مع التحذيرات الاختيارية لمستوى الجلوكوز يمكنك أن تختار، متى ترغب في تلقي الإشعارات. قم بتشغيل الإنذارات عند الحاجة وإيقاف تشغيلها مرة أخرى.

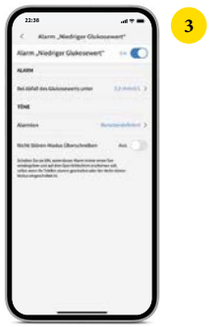
بهذه السهولة يجري ذلك:



1 أضغط في قائمة الأوامر على النقطة "**إنذار**".

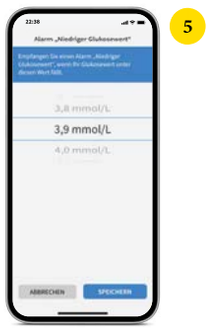


2 اختار **الإنذار** المرغوب فيه.

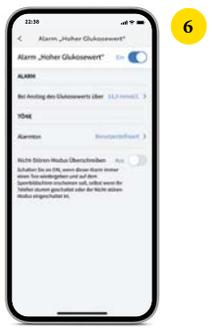


3 أنقر على زر الضبط أو اسحبه إلى اليمين لكي **تقوم بتشغيل** الإنذار.

4 إذا كان الإنذار مفعلًا فسوف يبلغك تلقائيًا بـ "**فقدان الإشارة**"[25] عند فقدان الاتصال.



5 عقب ذلك تستطيع ضبط **قيمة حد الإنذار** الشخصي الخاص بك.

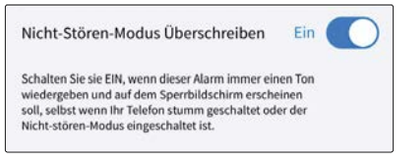


6 اتبع نفس الخطوات أيضًا مع **الإنذار الثاني**.

السماح بالوصول - وضع عدم الإزعاج والملاحظات الحرجة

أسمح للتطبيق[5] الوصول إلى وضع **عدم الإزعاج** وكذلك **الملاحظات الحرجة**، لكي تحصل أيضًا على إنذار[12]، إذا كان هاتفك الذكي[5] في وضع الصمت أو يوجد ففي وضع عدم الإزعاج.

وضع عدم الإزعاج يمنع استقبالك للإنذارات، إذا كانت إعدادات إشعارات التطبيق تم ضبطها بحيث تتجاوز هذا الوضع.



يمكنك أيضًا في إعدادات الإنذارات تحديد تجاوز وضع عدم الإزعاج فقط لإنذارات فردية معينة.

إعدادات الصوت والاهتزاز

تتبع إعدادات ارتفاع الصوت والاهتزاز إعدادات هاتفك الذكي. ينبغي بالتالي ضبط هذه بحيث يمكنك سماعها، لكي لا يفوتك أي إنذار.

إذا كنت لا ترغب، أن يصدر دائمًا صوتًا، قم بتعطيل الملاحظات الحرجة مرة أخرى

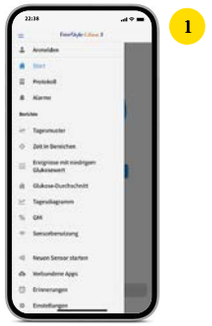
ملاحظة: قد يكون هناك تصريحات أخرى تم إنشاؤها من قبل نظام iOS أو Android ولم يتم عرضها هنا.

تم ضبط النطاق المستهدف للسكر مسبقًا

تم ضبط النطاق المستهدف للسكر مسبقًا في تطبيق FreeStyle Libre 3 على 70 حتى 180 ملغم/ديسيلتر (3.9 - 10 مليمول/لتر).[29]

في التطبيق يتم عرض النطاق المستهدف في رسوم بيانية على انها نطاق أخضر فاتح.

في قائمة الإعدادات تحت "إعدادات التقرير" تستطيع بسهولة تعديل النطاق المستهدف الخاص بك.



1 أضغط في قائمة الأوامر على **"إعدادات"**

2 قم باختيار **"إعدادات التقرير"**

3 أدخل **النطاق المستهدف** الخاص بك وانقر على **"حفظ"**.

تناقش مع فريق السكري الخاص بك، عما إذا كان ينبغي تعديل النطاق المستهدف. يمكنك تسجيل النطاق الشخصي المستهدف الخاص بك على الصفحة الأخيرة.

احصل على تقارير مفصلة حول قيم السكر الخاصة بك.

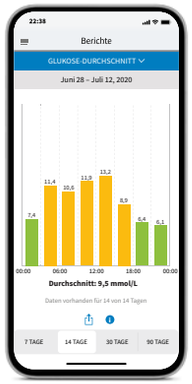
حيث أن مراجعة وفهم مسار السكر الخاص بك قد يكون مفيدًا، لتحسين مراقبتك للسكر.[4,30]

تقرير
"الوقت في النطاقات"

يمكنك عرض تقييم الوقت في النطاق المستهدف وفق الضبط الفردي تحت "معدل من قبل المستخدم" أو بالضبط وفقًا للقيم الموصى بها من المعايير الدولية تحت **"معياري"**.[29]

البروتوكول:

في مجال البروتوكول ستجد جميع الملاحظات والإنذارات[12] مرتبة حسب الوقت ومصحوبة بقيمة السكر المقابلة. يمكنك أيضًا إضافة ملاحظات لاحقًا عن طريق النقر على **"إضافة ملاحظة"** في الصفحة الرئيسية أو أسفل البروتوكول.



التقرير:
"متوسط الجلوكوز"

يعرض معلومات حول القيم المتوسطة للجلوكوز لديك، وأيضًا لفترات زمنية مختلفة من اليوم. القيم التي في النطاق المستهدف تكون باللون الأخضر، والقيم التي فوق النطاق المستهدف تكون باللون الأصفر أو البرتقالي؛ والقيم التي أسفل النطاق المستهدف تكون باللون الأحمر.

جهاز القراءة FreeStyle Libre 3 - هو الحل الأمثل لجميع الأشخاص الذين لا يمتلكون هاتف ذكي[5,6] متوافق

شاهد تسجيلات الفيديو الخاصة بنا حول إعداد واستخدام جهاز القراءة:

امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا أو انتقل إلى:

www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos

اكتشف جميع وظائف جهاز القراءة الخاص بك.

يعرض سهم الاتجاه في لمحة واحدة، في أي اتجاه تتحرك قيمة السكر الخاص بك.

قيمة السكر ترتفع سريعًا
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة ترتفع بمعدل أكثر من 30 ملغم/ديسيلتر (1,7 ملليمول/لتر)

قيمة السكر ترتفع
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة ترتفع بمعدل بين 15 و30 ملغم/ديسيلتر (0,8 و1,7 ملليمول/لتر)

قيمة السكر تتغير ببطء
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة ترتفع أو تنخفض بمعدل أقل من 15 ملغم/ديسيلتر (0,8 ملليمول/لتر)

قيمة السكر تنخفض
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة تنخفض بمعدل بين 15 و30 ملغم/ديسيلتر (0,8 و1,7 ملليمول/لتر)

قيمة السكر تنخفض سريعًا
هذا معناه أنها خلال 15 دقيقة تنخفض بمعدل أكثر من 30 ملغم/ديسيلتر (1,7 ملليمول/لتر)

مع جهاز القراءة الخاص بك ستظل على اطلاع دائم.

1 **زر بدء التشغيل (Home-Button)**
اضغط على زر Home-Button الأصفر لتشغيل جهاز القراءة ومشاهدة قيمة السكر المحدّثة الخاصة بك.

2 **القيمة الحالية للسكر الخاصة بك**
يتم تحديثها تلقائيًا كل دقيقة، إذا قمت بالضغط على زر Home-Button. ليس من الضروري إجراء معايرة عن طريق وخز الأصبع.[10,18]

3 **سهم الاتجاه**
يعرض كيف ستتغير قيم السكر لديك في المستقبل القريب.

4 **المجال المستهدف**
تم إضفاء خلفية له باللون الأخضر الفاتح، لكي تستطيع أن ترى بشكل أفضل، عما إذا كانت قيم السكر الخاصة بك تقع في إطاره.

5 **سير السكر**
فهو يعرض قيم السكر لفترة الـ 12 ساعة الأخيرة دون ثغرات في البيانات.

6 **القيم الحدودية للإنذار**
للإنذارات المرتفعة والمنخفضة[12].

7 **ملاحظات**
يمكن إضافتها عن طريق اللمس.

8 **إشعارات**
(على سبيل المثال حالة المستشعر)

9 رمز من أجل
الصوت / الاهتزاز

10 رمز من أجل
حالة الإشارة

11 **سكر الدم والكيتونات**
قم بالقياس.

أنتبه إلى سهم الاتجاه الذي يظهر. خاصةً، إذا كان يشير إلى أسفل وكانت قيم السكر لديك منخفضة، هنا يمكنك التعرف مبكرًا على حدوث انخفاض في مستوى السكر وتستطيع القيام برد فعل مناسب.

على هذا النحو تقوم بإعداد جهاز القراءة FreeStyle Libre 3 الخاص بك

قم بتشغيل جهاز القراءة الخاص بك عن طريق الضغط على زر Home-Button الأصفر. **اضغط على هذا الزر دائمًا، كلما أردت استعراض قيم السكر الخاصة بك.**

خطوة بخطوة إلى إعداداتك.
قم باختيار لغتك ثم قم بضبط التاريخ والوقت الحاليين باستخدام أزرار الأسهم.

تعرّف على أسهم الاتجاه لتتمكن من تقدير مدى سرعة واتجاه تغير قيمة السكر الخاصة بك. بالضغط على "تم" تنتقل إلى الشاشة الرئيسية.

إعدادات التاريخ والوقت مهمة لقياس القيم الخاص بك والتقييم اللاحق لتطورات السكر لديك

أنقر على "**بدء مستشعر جديد**" وشاهد دليل الرسوم المتحركة بعناية.

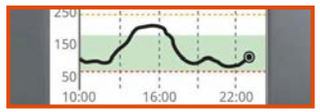
ضع شاشة جهاز القراءة بالقرب من المستشعر الخاص بك على عضد الذراع من أجل **تفعيل المستشعر**.

المستشعر الخاص بك سيكون جاهزًا للاستخدام بعد مرور 60 دقيقة.[18]

تم ضبط النطاق المستهدف للسكر مسبقًا

تم ضبط النطاق المستهدف للسكر مسبقًا على جهاز القراءة FreeStyle Libre 3 على 70 حتى 180 ملغم/ديسيلتر (3.9 - 10 مليمول/لتر).[29]

على جهاز القراءة سيتم عرض النطاق المستهدف في رسوم بيانية على انها نطاق أخضر فاتح.



في قائمة الإعدادات تستطيع بسهولة تعديل النطاق المستهدف الخاص بك.

أنقر في أعلى اليمين على **رمز الإعداد**.

قم باختيار "**إعدادات التقرير**"

Berichtseinstellungen

أدخل **النطاق المستهدف** الخاص بك

تناقش مع فريق السكري الخاص بك، عما إذا كان ينبغي تعديل النطاق المستهدف. يمكنك تسجيل النطاق الشخصي المستهدف الخاصة بك على الصفحة الأخيرة.

ملاحظة: نطاق السكر المستهدف الخاص بك لا يتطابق مع قيم حدود الإنذار الخاصة بك.

استخدام وظيفة الملاحظات

على هذا النحو تستطيع إضافة ملاحظات:

يحفظ جهاز القراءة هذه المعلومات لمدة 90 يومًا.

1

يمكنك إضافة ملاحظات لقيم السكر المقاسة من خلال ملامسة **رمز القلم في أعلى اليمين** على الشاشة التي تعمل باللمس.

2

ضع علامة على **خانة الاختيار** المجاورة للملاحظات التي ترغب في إضافتها.

- المواد الغذائية
- الإنسولين سريع المفعول
- الإنسولين طويل المفعول
- النشاط الرياضي
- الأدوية

3

أنقر على رمز "**إضافة**" لإضافة معلومات أكثر تحديداً إلى ملاحظتك. احفظ الملاحظات بالضغط على "**موافق**".

الملاحظات الخاصة بالمواد الغذائية والأنسولين سريع المفعول سيظهرون كرموز في الرسم البياني لمستويات السكر وفي البروتوكول الخاص بك ويساعدونك ويساعدوا فريق السكر الخاص بك في فهم وتقييم تطور مستويات السكر لديك بشكل أفضل.

أحصل على إنذارات[12] اختيارية لمستوى الجلوكوز في الوقت الحقيقي مباشرة على جهاز القراءة الخاص بك.

إنذارات الجلوكوز الاختيارية تجعلك تعلم مباشرة، إذا تم تجاوز الحدود المحددة للإنذار إلى أعلى أو إلى أسفل.

جهاز القراءة الخاص بك يعرض عند الإنذار قيمة السكر الحالية والسهم الاتجاهي، لتتخذ رد فعلًا بشكل أفضل.

يمكنك **بسهولة تشغيل وإعادة إيقاف** الإنذارات

يمكن ضبط **القيم المنخفضة للسكر** - بين 60 - 100 ملغم/ديسيلتر (3.3 إلى 22.2 ملليمول/لتر).

يمكن ضبط **القيم العالية للسكر** - بين 120 - 400 ملغم/ديسيلتر (6.7 إلى 22.2 ملليمول/لتر).

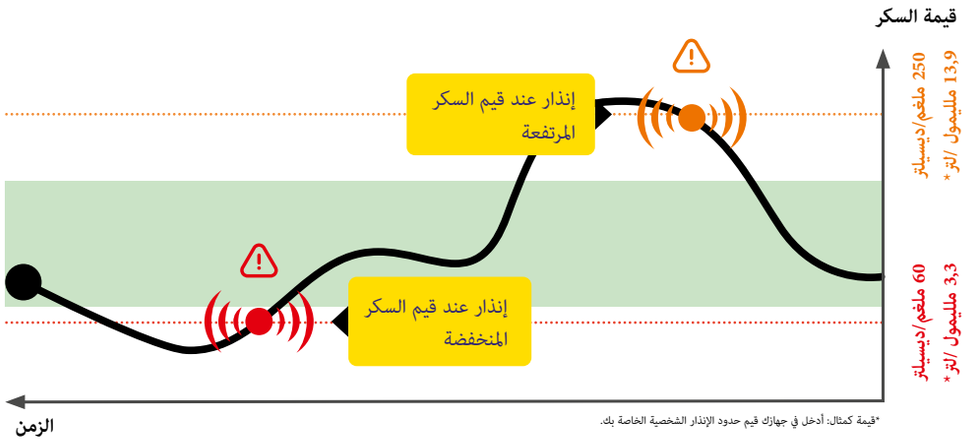
ستتلقى **إشعارًا فقدان**[25]، إذا لم يستطيع المستشعر الخاص الاتصال بجهاز القراءة لمدة 20 دقيقة.

لإيقاف عمل الإنذار، أنقر على "إيقاف الإنذار" أو اضغط على زر Home-Button الأصفر.

بواسطة وظيفة الصوت والاهتزاز لن يفوتك إنذار[12] .

تتمتع الإنذارات بوظيفة صوتية واهتزاز.

- استخدم وظائف الصوت في البيئات الصاخبة (على سبيل المثال أثناء التسوق).
- استخدم وظيفة الاهتزاز من أجل السرية (على سبيل المثال في السينما).
- يمكن إيقاف أداء وظيفة الصوت والإنذار. إلا أن الإنذارات ستظل تظهر على الشاشة.



قيم حدود الإنذار لا تطابق المجال المستهدف للسكر الخاص بك. تناقش مع فريق مرض السكري الخاص بك حول مدى ارتفاع أو انخفاض قيم حدود الإنذار المسموح بها لك.

أنت الذي يقرر، عما إذا كنت ترغب في استخدام الإنذارات[12] وكيفية استخدامها

يمكنك بسهولة تشغيل وإعادة إيقاف الإنذارات. هل ترغب في تشغيل الإنذارات؟ بهذه السهولة يجري ذلك:

أنقر على **رمز الإعداد**.

قم باختيار زر "**الإنذارات**"

Alarme

أنقر على "**تعديل إعدادات الإنذارات**".

Alarmeinst. ändern

أختار الإنذار المرغوب فيه.

Alarm „Niedr. Glukosewert"

Alarm „Hoher Glukosewert"

يتم تفعيل الإنذار عند فقدان الإشارة تلقائيًا، بمجرد تشغيل أي إنذار للمرة الأولى.[25]

أنقر على الزر أو اسحبه إلى اليسار، لكي تقوم بتشغيل الإنذار.

قم بضبط القيمة للإنذار باستخدام أزرار الأسهم واضغط على "**تم**".

الإنذار عند فقدان الإشارة[25]

يخبرك إنذار "فقدان الإشارة" عندما يتوقف الاتصال بين المستشعر وجهاز القراءة لمدة تزيد على 20 دقيقة.

ينطلق إنذار فقدان الإشارة فورما يكون جهاز القراءة الخاص بك يبعد لمسافة **تزيد على 10 أمتار* عن المستشعر.**

- **قم بإقلال المسافة عن جهاز القراءة، لكي تعيد الاتصال مرة أخرى.**

بالإضافة إلى ذلك قد يحدث أحيانًا، أن لا يستطيع المستشعر **قياس قيم السكر لفترة قصيرة**، على سبيل المثال في الساونا بسبب الحرارة العالية.

- **انتظر حتى يتمكن المستشعر من قياس قيم السكر مرة أخرى واضغط على زر Home-Button الأصفر.**

فقد يستغرق الأمر بعض الدقائق حتى يتم إنشاء الاتصال مرة أخرى. يتم تفعيل الإنذار عند فقدان الإشارة تلقائيًا، بمجرد تشغيل إنذار مستوى الجلوكوز[12] للمرة الأولى. يمكنك في أي وقت إيقاف وإعادة تشغيل إنذار فقدان الإشارة.

حيث أن جهاز القراءة الخاص بك يستطيع استقبال* إنذارات مستوى الجلوكوز من مسافة تصل إلى 10 أمتار

اقصى مسافة 10 أمتار*

*الأجسام الفعلية، مثل جدار يمكن ان تعيق اتصال نقل البيانات. مع ذلك يقوم المستشعر بمواصلة قياس وتخزين بيانات السكر لمدة تصل إلى 14 يومًا.

قياس سكر الدم وكيتونات الدم

يستطيع جهاز القراءة FreeStyle Libre 3 عرض قيم السكر الخاصة بك في الوقت الفعلي وقياس سكر الدم أو الكيتونات في الدم لديك.

استخدم لذلك شرائط اختبار سكر الدم FreeStyle Precision أو شرائط اختبارFreeStyle Precision ß-Keton.

أجرِ دائمًا اختبارًا إضافيًا لسكر الدم إذا لم تتطابق قيم سكر الأنسجة لديك مع شعورك.

قارن بعناية، عندما تكون قيم السكر أكثر استقرارًا، على سبيل المثال بعد الاستيقاظ وقبل تناول الإفطار. أنتبه إلى أن يكون سهم الاتجاه أفقيًا خلال ذلك.

شرائط اختبار السكر FreeStyle Precision

100 قطعة رقم التعريف الدوائي المركزي: 06905357;
50 قطعة رقم التعريف الدوائي المركزي: 06905334

شرائط اختبار FreeStyle Precision ß-Keton

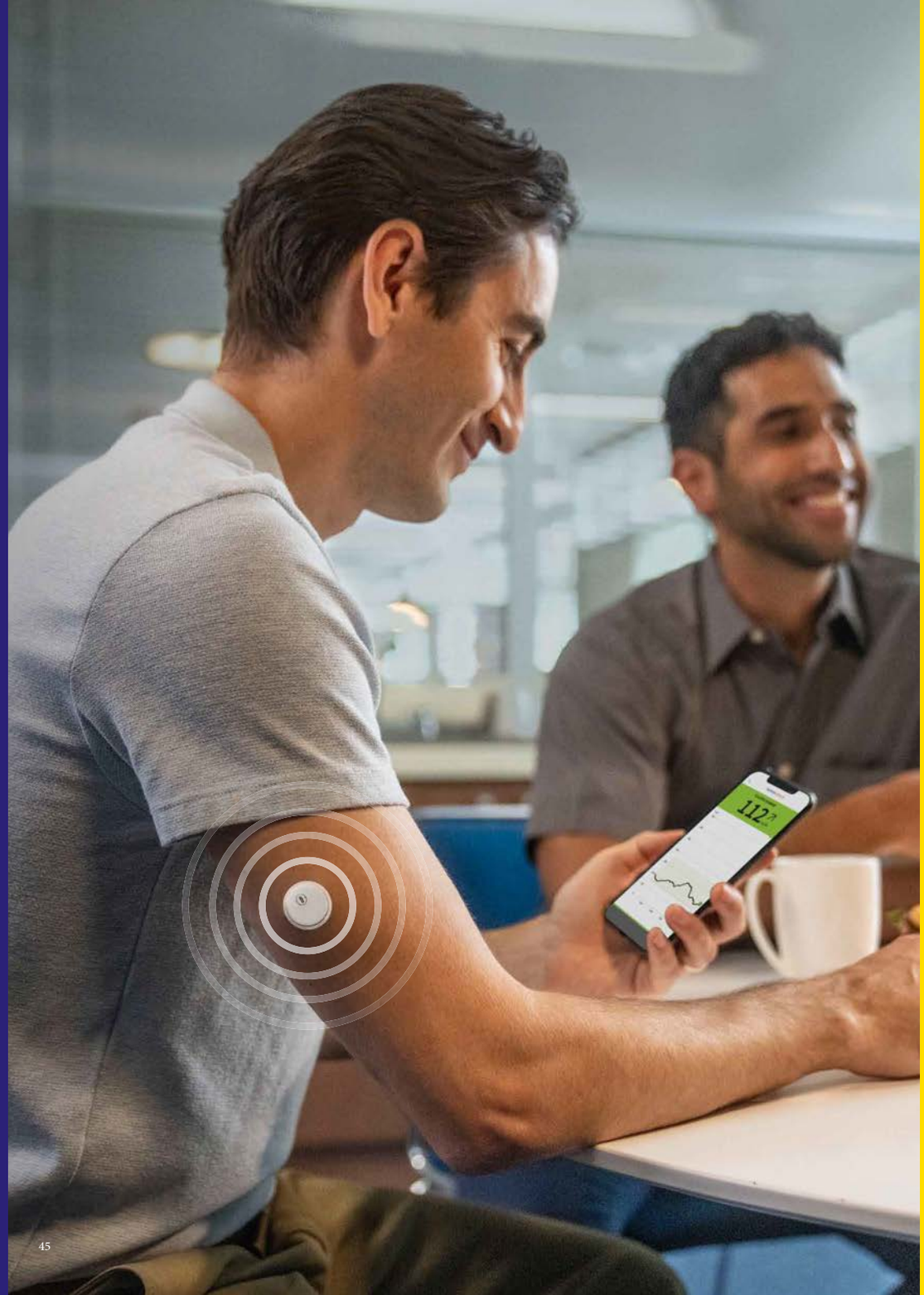
10 قطع رقم التعريف الدوائي المركزي: 06905386

عالم منتجات FreeStyle Libre يدعمك يوميًا في التعامل مع مرض السكري.

شاهد تسجيلات الفيديو الخاصة بنا حول الإدراة الرقيمة لمرض السكري:

امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا أو انتقل إلى:

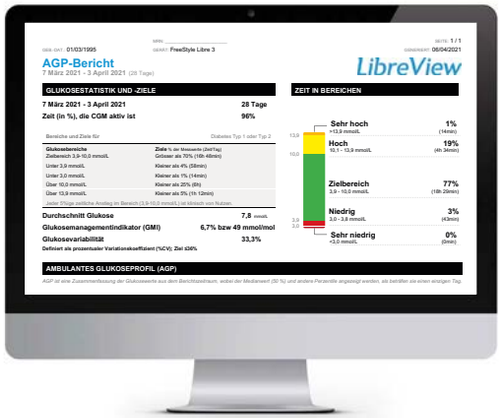
www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos



مشاركة سهلة[15,17] في نتائج الجلوكوز مع عيادتك - من أجل تبادل سهل ومأمون[31].

LibreView

تبادل باستخدام LibreView[13] بيانات السكر الكاملة الخاصة بك في تقارير واضحة. بمساعدة هذه التقارير يستطيع فريق السكري اتخاذ قرارات علاجية منفردة أفضل.



نظرة عامة أفضل

سيتم تحميل[15,17] بيانات السكر الخاصة بك تلقائيًا وبأمان إلى LibreView، وإعدادها بوضوح في تقارير وتحليلات سهلة الفهم.

معايير عالية لحماية البيانات[31]

من خلال LibreView تحتفظ بالسيطرة على بياناتك في أي مكان وفي أي وقت[15,17]:
أنت الذي يقرر، أي عيادة يمكنها الوصول إلى البيانات. يخزن LibreView بياناتك مع الالتزام بأعلى معايير الأمان، بشكل مشفر فقط على خوادم موجودة داخل ألمانيا.

دائمًا حديثًا

يتم تطوير وتحديث LibreView باستمرار من أجل تقديم خدمة أفضل لك.

تسجيل مجاني تحت **www.LibreView.com**

شاهد قيم السكر الخاصة بك في تقارير مفصلة بثلاث خطوات بسيطة فقط:

1. أدخل **www.LibreView.com** في متصفح الويب الخاص بك.

2. أدخل بيانات تسجيل دخولك في تطبيق[5] FreeStyle Libre 3. إذا لم تكن قد قمت بإنشاء حساب في التطبيق ولا تمتلك بعد حساب LibreView، قم بتسجيل نفسك من جديد.

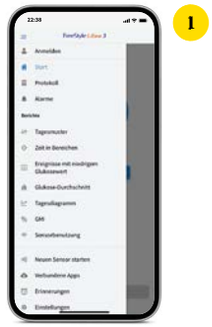
   ملاحظة: بيانات تسجيل الدخول الخاصة بك من أجل LibreView وتطبيق FreeStyle Libre 3 متطابقة.

3. أنقر على وفي أعقاب ذلك على Glukose-Berichte، لكي **تشاهد تقارير السكر** الخاصة بك.

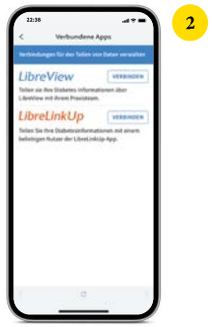
على هذا النحو تقوم بربط FreeStyle Libre 3[5] بسهولة مع عيادتك

الإمكانية الـ 1:

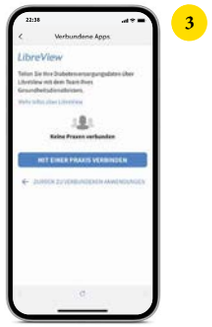
ابدأ في مشاركة[15,17] بيانات السكر الخاصة بك مع تطبيق FreeStyle Libre 3.
اطلب من عيادتك بيانات تعريف العيادة[32] في LibreView[13] وقم بتدوينه على الصفحة الأخيرة. دون بيانات تعريف العيادة في تطبيق FreeStyle Libre 3.



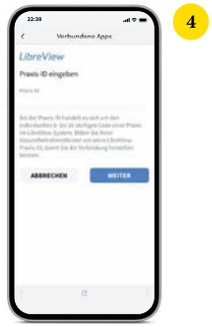
1 أنقر على "**قائمة الأوامر**" وانتقل إلى "**التطبيقات المتصلة**"



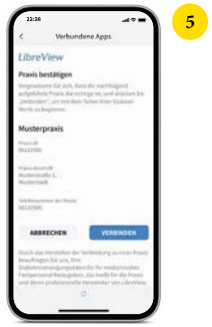
2 قم باختيار "**LibreView**"



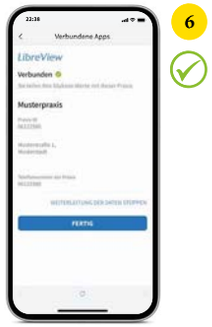
3 أنقر على "**أجري الاتصال بالعيادة**"



4 أدخل بيانات تعريف العيادة وأنقر بعد ذلك على "**التالي**".



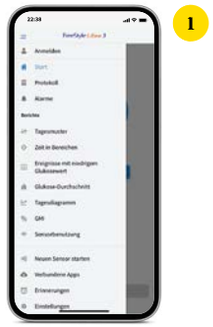
5 تحقق من بيانات الاتصال بعيادتك واختر "**اتصال**".



6 **لقد أنجزت المهمة!** أنت الآن على اتصال بعيادتك.

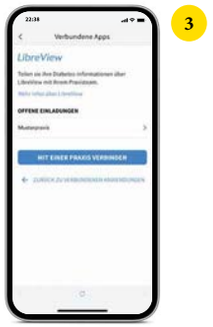
الإمكانية الـ 2:

ترسل لك عيادتك دعوة للمشاركة[15,17] في بيانات السكر الخاصة بك. تستطيع العيادة المعالجة لك إرسال دعوة لك، لكي يمكنك إشراكها في قيم السكر الخاصة بك. أقبل دعوة العيادة مباشرة في التطبيق[5] أو في رسالة البريد الإلكتروني الخاصة بالدعوة.

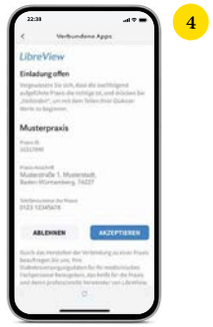


1 أنقر على "**قائمة الأوامر**" وانتقل إلى "**التطبيقات المتصلة**"

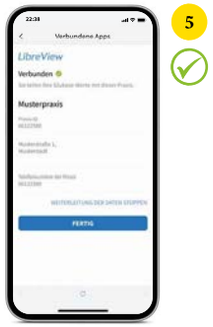
2 قم باختيار "**LibreView**".[13]



3 أنقر على العيادة في "**الدعوات المفتوحة**".



4 تحقق من بيانات الاتصال بعيادتك وأنقر على "**موافق**"، لقبول الدعوة.



5 **لقد أنجزت المهمة!** أنت الآن على اتصال بعيادتك.

نقل[15,17] قيم عن طريق LibreView[13] - من أجل حفظ البيانات بشكل آمن[31]

1 إنشاء حساب LibreView

- أدخل **www.LibreView.com** في متصفح الوب الخاص بك، وانقر على "**تسجيل**"، ثم اختر الخانة العلوية "**حساب LibreView**".
- الآن سيتم إرشادك خلال عملية التسجيل. لإتمام الأمر ستتلقى رسالة بالبريد إلكتروني، فيها يتم مطالبتك بتأكيد عنوان بريدك الإلكتروني الخاص بك.
- عقب ذلك ستعود إلى الصفحة الرئيسية حيث ستنقر هناك على "**تسجيل الدخول**".

2 تثبيت برنامج تشغيل الجهاز مرة واحدة

لكي يتعرف جهاز الكمبيوتر الخاص بك على جهاز القراءة، من الضروري تثبيت برنامج تشغيل جهاز LibreView. **الرابط الخاص بالتنزيل** تجدونه في حساب LibreView الخاص بكم.*

3 نقل البيانات بواسطة كابل والاتصال بالعيادة

- قم بتوصيل جهاز القراءة بجهاز الكمبيوتر باستخدام الكابل المرفق.
- لتحميل تقارير الجلوكوز انقر على الزر "**اضغط هنا لتحميل بيانات المريض**". لكي تستطيع مشاهدة جميع التقارير أنقر عقب ذلك على الزر "**تقارير الجلوكوز**".
- لمشاركة البيانات مع عيادتك يجب عليك: النقر على قائمة الإعدادات ﴾ ثم على «**إعدادات الحساب**» ﴾ ثم على «**عيادتي**» ﴾ أدخل بيانات تعريف عيادتك-ID[32] ﴾ ثم أنقر على «**إضافة**».

*لتثبيت برنامج التشغيل، هناك ضرورة لامتلاك حقوق المسؤول.

باستخدام جهاز القراءة FreeStyle Libre 3 يمكنك قراءة بيانات السكر الخاصة بك بواسطة LibreView[13] فقط.

ملاحظة: يمكن لفريق الاستشارات الطبية الخاص بك قراءة بياناتك أيضًا دون تسجيلك. غير أن هذه البيانات لا يتم حفظها بشكل دائم ولا يمكن ربطها ببيانات تعريف مريض.

أشرك أحبائك في علاجك لمرض السكري - لمزيد من الأمان عن بعد[3,4,15,16,17]

LibreLinkUp

بمساعدة تطبيق[14] LibreLinkUp، يستطيع أحبائك متابعة[15,17] قيم السكر والإنذارات[12] عن بُعد. هذا يمنحك المزيد من الأمان[3,4] ويوفر لك دعم إضافي في التعامل مع مرضك بالسكري.[16]

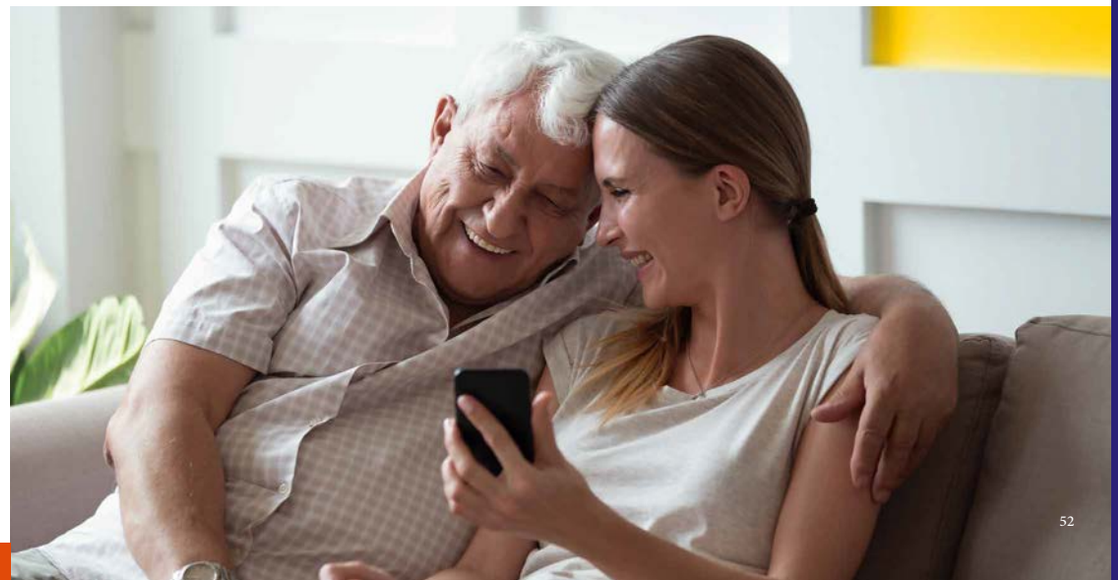
الفوائد التي تعود عليك مع تطبيق LibreLinkUp App

سيتم إحالة[15,17] قيم السكر وأسهم الاتجاه والإنذارات تلقائياً من تطبيق[5] FreeStyle Libre 3 وذلك بعد الحصول على الموافقة مرة واحدة.

يستطيع أفراد عائلتك التمرير بالأصبع على منحنى التطور لرؤية القيم الفردية.

عرض تطور السكر لديك بقيم الـ 12 ساعة الأخيرة - بدون ثغرات في البيانات.

مزيد من الطمأنينة نهارًا وليلاً من خلال إنذارات قابلة للضبط بشكل فردي[12,33] - من أجل تصرفًا سريعًا في حالات الطوارئ.



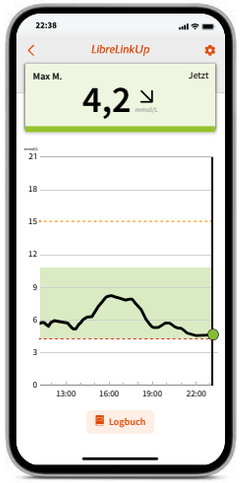
لا يمكن استخدام LibreLinkUp[14] إلا مع تطبيق FreeStyle Libre 3[5]

هذا ينبغي عليك فعله:

1. أفتح تطبيق FreeStyle Libre 3 الخاص بك.
2. اختار في قائمة التطبيق "**التطبيقات المتصلة**".
3. اختار "**الاتصال**" في نطاق LibreLinkUp.
4. أضف الاسم الأول واسم العائلة وعنوان البريد الإلكتروني للشخص الذي ترغب مشاركته[14,16] في قيم السكر.
5. أكد ذلك بالضغط على "**تم**". يجب على الشخص المدعو قبول دعوتك قبل أن تتم مشاركة قيم السكر الخاصة بك.[16]

هذا ما ينبغي على أحباؤك القيام به:

1. قم بتنزيل تطبيق LibreLinkUp.
2. اختار في قائمة أوامر التطبيق "**الخطوات الأولى**"، ثم "**إنشاء حساب**".
3. اتبع الخطوات المعروضة في التطبيق وقم بإنشاء حساب LibreView[13].
4. أقبل الدعوة المعروضة.[16]
5. ابتداء من الآن سوف تحصل على قيم السكر الخاصة بالشخص المقرب لك.[15,17]



قم الآن بتنزيل LibreLinkUp مجانًا في متجر Apple App Store أو Google Play Store:

Laden im App Store

JETZT BEI Google Play

FreeStyle plus Ich[34] – رفيقك اليومي مع مرض السكري

FreeStyle plus Ich

برنامج FreeStyle Plus Ich المجاني من Abbott يساعدكم كشريك بنصائح مفيدة وإلهامًا في الطريق نحو حياة أفضل مع مرض السكري.

تنوع أفكار وصفات الطعام الشهية وتمارين الرياضة والحركة وتقارير تجارب الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري وتقديم المساعدات لاستخدام عالم منتجات FreeStyle Libre ترفقك على المدى الطويل في طريقك نحو إدارة أفضل لمرض السكري في الحياة اليومية.

أنتفع من الفوائد التالية:

- أحصل على النشرة الإخبارية الأسبوعية الحصرية مع الهامات رائعة ليومك واستعلم بدون وسيط عن المحتويات الجديدة حول موضوعات مثيرة مباشرةً من فريق تحرير FreeStyle plus Ich.
- اكتشف المسابقات والعروض والجوائز الحصرية.
- دع العدد الكبير من المقالات المتنوعة في المجلة أو في مكتبة الوسائط يمنحك الالهام. من خلال مشاهدة المحتوى تجمع نقاط وترفع من مستوى معرفتك. عند كل ارتقاء في المستوى، يُسعدنا أن نقدم لك مكافآت رائعة يتم إتاحتها لك.

نصيحة: احصل في التو والحال على 50 نقطة من خلال توصية أصدقائك وصديقاتك ومعارفك الذين يعانون من السكري باستخدام FreeStyle Plus Ich.

سجل دخولك مجاناً تحت:
mein.FreeStyle.de

تسهيل طلب الشراء بوجود وصفة طبية - عبر الإنترنت أو من خلال نموذج الطلب.

إبدأ تغطية التكاليف[35] في الإنترنت على موقع www.FreeStyleLibre.de:

أنقر على "**إرسال الوصفة الطبية**"

اختر "**إرسال الوصفة الطبية الآن**"

سجل دخولك في حساب المستخدم

أدخل بيانات التأمين

أرسل رسالة ووصفة طبية

قم بتعبئة نموذج الطلب بالكامل وقم بإرساله سويًا مع الوصفة الطبية:

FreeStyle Rezept-Service
Postfach 1222
Frankfurt Oder 15202

نحن نتولى طلب تغطية التكاليف نيابة عنك لدى صندوق التأمين الصحي الحكومي. يرجى تذكر إرسال وصفتك الطبية الجديدة في الوقت المناسب قبل مرور فترة الموافقة.

يمكنكم الاستعلام عن الوضع الحالي لطلبكم على مدار الساعة مجانًا عن طريق الاتصال بالرقم 2 33 00 22 - 0800.

إذا كان ليس لديكم اتصالًا بالإنترنت، يرجى الاستفسار في عيادتكم عن ملف طلبنا أو الاتصال بنا على:

0800 - 519 9 519*

*متاح من الاثنين حتى الجمعة من الساعة 8:00 حتى الساعة 18:00. مجانًا من شبكة الهواتف الأرضية الألمانية وكذلك شبكة المحمول داخل البلاد.

نظام القياس FreeStyle Libre 3 للذين يدفعون بأنفسهم والمؤمن عليهم[36] لدى التأمين الصحي الخاص

بادر بطلب الشراء بصفتك دافع ذاتي عبر الإنترنت على موقع www.FreeStyleLibre.de:

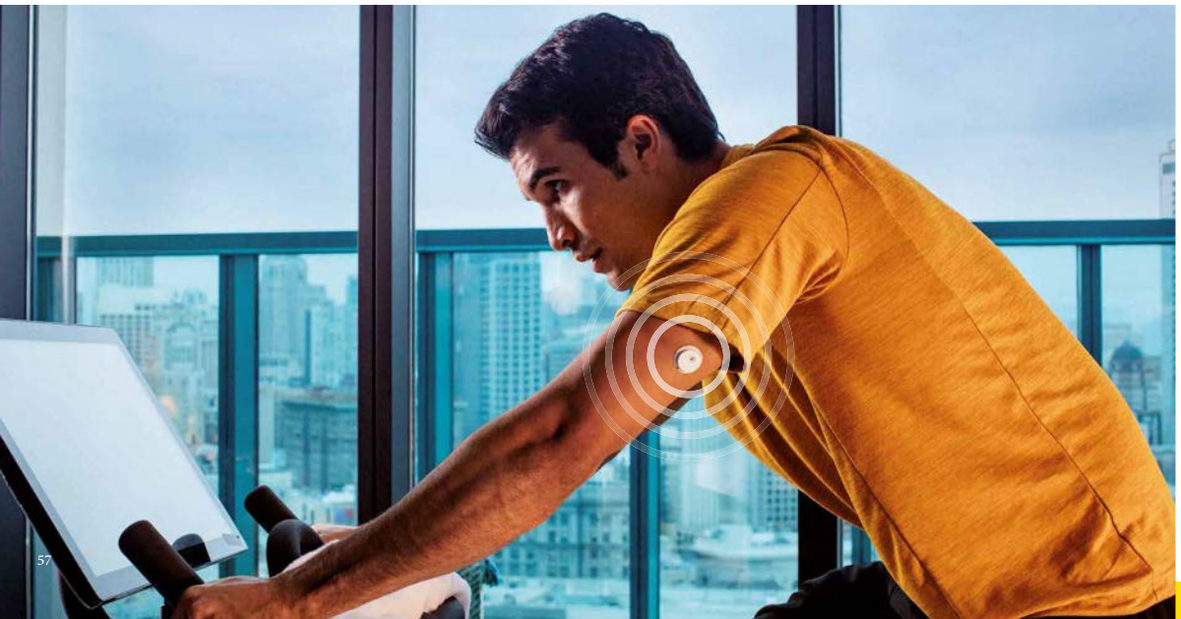
سجل دخولك في حساب المستخدم أو قم بإنشاء حساب

اختار المنتج وضعه في سلة البضائع

اختار أسلوب الدفع عند الخزينة

قم بالنقر على "**أطلب بشكل ملزم بالدفع**" لإتمام الطلب

يرجى الاستيضاح مسبقًا بشأن استرداد التكاليف لدى تأمينك الصحي الخاص.[36] يرجى عدم إرسال وصفة الطبيب إلى خدمة الوصفات من FreeStyle.



قم بمناقشة أهم بياناتك مع فريق مرض السكري المختص بك.

بياناتي الخاصة بتسجيل الدخول في تطبيق[5] و LibreView[13]

دون هنا عنوان البريد الإلكتروني المستخدم وكلمة المرور الخاصة بك. بيانات تسجيل الدخول الخاصة بك لتطبيق FreeStyle Libre 3 و LibreView هي نفسها.

تنزيل تطبيق FreeStyle Libre 3 مجانًا:

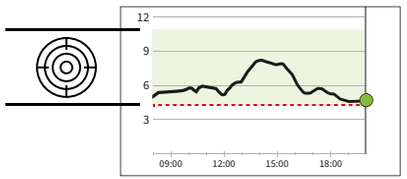
Laden im App Store

JETZT BEI Google Play

نطاق السكر المستهدف الخاص بي

دون هنا النطاق الشخصي المستهدف للسكر الخاص بك، بعد مراجعة فريق مرض السكر المختص بك.

ملاحظة: نطاق السكر المستهدف الخاص بك لا يتطابق مع قيم حدود الإنذار الخاصة بك.

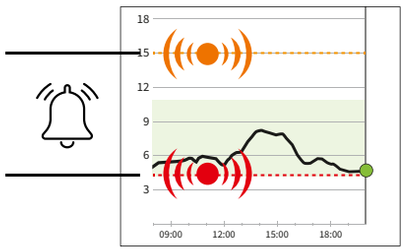


قيم حدود إنذاري

دون هنا قيم حدود الإنذار الشخصية الخاصة بك، بعد مراجعة فريق مرض السكر المختص بك:

في حالة قيم السكر المرتفعة:

في حالة قيم السكر المنخفضة:



رقم تعريف العيادة[32] الخاص بعيادتي

رقم تعريف العيادة يتم الحصول عليه من الفريق الطبي المختص بك.

التسجيل المجاني تحت:

www.LibreView.com

LibreView

1. يارون أت وآخرين 1178 :(7) 42 ;2019 Diabetes Care-1184. **2.** فوكويرت، م.، وآخرين 2019-bmjdrc/10.1136/doi.org. 7(1) ;2019 Diabetes Research & Care. 000809-BMJ **3.** هاك، توماس، وآخرين :(1) 8 ;2017 Diabetes Therapy. 73-55. **4.** بوليندير، يان، وآخرين 2254 :(10057) 388 ;2016 The Lancet. 2263-. **5.** يتوافق تطبيق FreeStyle Libre 3 فقط مع أجهزة محمولة وأنظمة تشغيل محددة. قبل أن ترغب في استخدام التطبيق، يرجى زيارة موقع الويب www.FreeStyleLibre.de للحصول على مزيد من المعلومات حول توافق الأجهزة. **6.** يمكن قراءة مستشعرات FreeStyle Libre 3 إما باستخدام جهاز القراءة FreeStyle Libre 3 أو باستخدام تطبيق FreeStyle Libre 3. لا يمكن استخدام الجهازين معًا بشكل متزامن. **7.** آلفا، س. وآخرين 1177/J Diabetes Sci Technol. 2020. doi:10.1177/193229682095875 **8.** بالمقارنة مع مستشعرات أخرى يتم حملها على الجسم. هناك بيانات متاحة. **9.** Abbott Diabetes Care. بالمقارنة مع مستشعرات أخرى يتم تركيبها من المريض نفسه. هناك بيانات متاحة. **10.** Abbott Diabetes Care. هناك بيانات متاحة. **11.** Abbott Diabetes Care. أن وضع مستشعر يتطلب إدخال السلك الدقيق للمستشعر تحت الجلد. يمكن حمل المستشعر لمدة تصل إلى 14 يومًا. **12.** الإنذارات معطلة وفق الوضع القياسي ويجب أن يتم تفعيلها. **13.** LibreView هو تطبيق يعتمد على تقنية السحابة. موقع LibreView بالإنترنت متوافق فقط مع أنظمة تشغيل ومتصفحات محددة. مزيد من المعلومات تجدونها تحت www.LibreView.com. **14.** إن استخدام LibreLinkUp يتطلب التسجيل لدى LibreView. **15.** المشاركة ببيانات الجلوكوز يتطلب التسجيل لدى LibreView. **16.** هناك إمكانية قبول دعوة LibreLinkUp وبذلك تلقي الإشعارات وإشارات التحذيرات، أو رفضها. ينبغي عليك اتخاذ قرار في هذا الشأن بناءً على معرفتك وخبراتك في الاستجابة بشكل مناسب في حالة الحصول على قيمة الجلوكوز مرتفعة أو منخفضة للغاية. **17.** إن نقل البيانات بين التطبيقات يتطلب اتصال بالإنترنت. **18.** يصبح المستشعر جاهزًا لقياس الجلوكوز بعد 60 دقيقة من التفعيل. **19.** من الضروري إجراء فحص إضافي لقيم الجلوكوز باستخدام جهاز قياس السكر، عندما لا تتطابق الأعراض مع القيم المقاسة أو إنذارات النظام. **20.** عند تثبيت المستشعر يجب وضع لاصق أو شريط للتثبيت، ولا يجوز في ذلك تغطية الثقب في منتصف المستشعر. **21.** أنتبه: قم بالضغط على وحدة تركيب المستشعر على الجلد فقط عندما يكون فوق الموضع المجهز له، لتجنب وضعه بشكل خاطئ عن طريق الخطأ أو الإصابة. **22.** ملاحظة: عندما تقوم تثبيت المستشعر فقد تحدث كدمات أو نزيف. إذا استمر النزيف، يرجى إزالة المستشعر ووضع مستشعر جديد في موضع آخر. **23.** بالمقارنة مع مستخدمي / مستخدمات جهاز القراءة. **24.** كاو ك.، Journal of Diabetes Science and Technology. (2021): https://doi.org/10.1. **25.** يتم تفعيل الإنذار عند فقدان الإشارة تلقائيًا، بمجرد تشغيل إنذار مستوى الجلوكوز للمرة الأولى. يمكن إيقاف وتشغيل إنذار فقد الإشارة في أي وقت. **26.** لتلقي إنذارات من تطبيق FreeStyle Libre 3 على ساعتك الذكية، يجب تشغيل وظيفة الإنذار، ويكون الجوال متصل بالساعة الذكية، وكلا الجهازين تم إعدادهم لتلقي الإشعارات من أجل تحضير الرسائل. **27.** الساعات الذكية المتوافقة هي تلك التي تدعم عرض الإشعارات. يرجى زيارة موقع www.FreeStyleLibre.de للإطلاع على مزيد من المعلومات حول توافق الساعات الذكية. **28.** المستشعر مقاوم للماء في عمق يصل إلى 1 متر لمدة تصل إلى 30 دقيقة. **29.** ياتيلينو، ت.، وآخرين 1593 :(8)42 ;2019 Diabetes Care. 1603-. **30.** لانج، ج.، وآخرين ATTD19 Poster session 0299- **31.** ATTD Berlin, Germany; 2019. يتم نقل بيانات LibreView عبر شبكة افتراضية غير عامة وتُستضاف على قاعدة بيانات خادم SQL. البيانات مشفرة على مستوى الملفات. عمليات التشفير ونوع وظائف تخزين المفاتيح تمنع مزود خدمة تقنية الاستضافة في السحابة (Amazon Web Services) من رؤية البيانات. عند استخدام LibreView في ألمانيا، يتم استضافة البيانات على خوادم في ألمانيا. كما أن الوصول إلى حساب المستخدم يتم حمايته بكلمة مرور. **32.** رقم تعريف العيادة هو كود واضح يتكون من 8 إلى 16 رموز. يتم إنشاء هذا الكود بمجرد قيام المختصين الطبيين أو شخص من فريق العمل في العيادة بتفعيل وظيفة عيادة حساب الدوائر المتخصصة لـ LibreView. إذا لم يكن رقم تعريف العيادة معروفًا، يمكن الاستعلام عنه بعد تسجيل الدخول إلى حساب الدوائر المتخصصة في LibreView في قسم معلومات العيادة. **33.** تُرسل إنذارات الجلوكوز من المستخدمين المتصلين إلى تطبيق LibreLinkUp، إذا كانت الإنذارات مفعلة في تطبيق FreeStyle Plus Ich **34.** FreeStyle Libre 3. لا يحل محل الاستشارة العلاجية من قبل فريق رعاية مرض السكري. **35.** للأشخاص الذين يعانون من السكري من النوع 1 أو النوع 2 ويخضعون لعلاج الإنسولين المكثف. قرار شركة التأمين بتغطية تكاليف نظام قياس FreeStyle Libre هو قرار فردي يتخذ من حالة إلى حالة. يستطيع صندوق التأمين الصحي أن يرفض تحمل التكاليف، طالما أن شروط تحمل التكاليف في الحالة الفردية لم يتم تلبيتها. **36.** أغلب شركات التأمين الصحي الخاصة تسدد تكاليف FreeStyle Libre وذلك حسب التعريفة التأمينية أو شروط التأمين. لذا يُفضل الاستعلام مسبقًا عن متطلبات استرداد التكاليف لدى شركة التأمين الصحي الخاصة بكم.

لديك أسئلة عن نظام القياس FreeStyle Libre 3؟

إذن اتصل بنا على:

0800 - 519 9 519

متاح من الاثنين حتى الجمعة من الساعة 8:00 حتى الساعة 18:00. مجانًا من شبكة الهواتف الأرضية الألمانية وكذلك شبكة المحمول داخل البلاد.

أو زورونا على:

موقع الإنترنت:
www.FreeStyleLibre.de

www.facebook.com/
FreeStyleDeutschland

www.youtube.com/
FreeStyleDeutschland

مزيد من المعلومات تجدونها على:
www.FreeStyleLibre.de

Abbott
life. to the fullest.®

FreeStyle
Libre 3

يدور الأمر في الصور المعروضة هنا حول صور وكالة تم التقاطها باستخدام عارضين. صورة ص. 2 سندرا شتاركا، لاعبة كرة قدم ألمانية تعاني من السكري من النوع 1. بيانات الجلوكوز تُستخدم للتوضيح فقط، وهي ليست بيانات حقيقية لمرضى.
جهاز القراءة أو تطبيقات أنظمة قياس FreeStyle Libre متوافرين على حد السواء بالوحدتين ملغم/ديسيلتر وكذلك أيضًا مليمول/لتر. يمكن تفعيل المستشعر واستخدامه فقط بجهاز القراءة FreeStyle Libre 3 أو بالتطبيق. الاستبدال بعد تفعيل المستشعر ليس ممكنًا. يعرض تطبيق LibreLinkUp قيم الجلوكوز بوحدة القياس المرتبطة بملف التعريف في تطبيق FreeStyle Libre 3. الغلاف الخارجي لمستشعر FreeStyle, Libre والعلامات التجارية المرتبطة بها هي علامات تجارية لشركة Abbott. Apple وشعار Apple هما علامتان تجاريتان مسجلتان لشركة Apple Inc. في الولايات المتحدة الأمريكية وغيرها من الدول. App Store هي علامة تجارية من شركة Apple Inc. وGoogle Play وشعار Google Play هي علامة تجارية لشركة Google LLC.

© Abbott 2024 | ADC-89460 v1.0 | Star Publishing