



FreeStyle  
**Libre**  
SELECT



**IHR START MIT FREESTYLE LIBRE SELECT**

Für mehr Lebensqualität<sup>1,2</sup> und  
Sicherheit<sup>3,4</sup> im Umgang mit Diabetes.

Das einfache<sup>3</sup> und schmerzfreie<sup>5</sup> Messsystem für Menschen mit Typ 2 Diabetes und einer Insulintherapie, um mehr über die Auswirkungen von Ernährung, Medikation und Bewegung auf ihre Zuckerwerte zu erfahren.

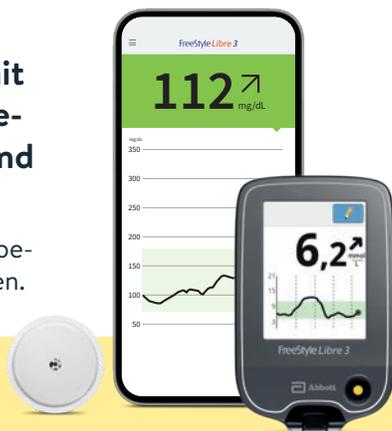


**Abbott**

# Lernen Sie FreeStyle Libre Select kennen.

Mit FreeStyle Libre Select erkennen Sie mit einem Blick auf Ihr Smartphone<sup>6</sup> oder Lesegerät<sup>7</sup> die Auswirkungen von Ernährung und Bewegung auf Ihre Zuckerwerte.

Das kann Ihnen helfen, Ihre Zuckerwerte besser im Zielbereich zu halten<sup>8</sup> und Ihre Gesundheit positiv beeinflussen.



## ONLINE-LIVE-WEBINARE ZUR PRODUKTSCHULUNG



### Lernen Sie alle Funktionen Ihres Messsystems kennen

Bevor Sie mit FreeStyle Libre Select loslegen, melden Sie sich bitte zu den Online-Live-Webinaren zur Produkteinweisung (Technische Einweisung) an:

Dort erklärt Ihnen unser geschultes Fachpersonal die einfache Handhabung des Messsystems und beantwortet Ihre Fragen.

[www.FreeStyleLibre.de/hilfe/technische-einweisung](http://www.FreeStyleLibre.de/hilfe/technische-einweisung)

# Inhaltsverzeichnis

Lernen Sie FreeStyle Libre Select kennen	2
Zuckerwerte noch besser verstehen	4
Der Unterschied zwischen Blutzucker- und Gewebezuckermessung	8
Der Sensor	10
Die App	14
Das Lesegerät	32
Digitale Lösungen	44
FreeStyle plus Ich	54
FreeStyle Libre Select und DiGAs	55
Bestellung	56
Tipps	57
Ihre wichtigsten Daten	58

# Mit dem FreeStyle Libre Select Messsystem Zuckerwerte noch besser verstehen.

FreeStyle Libre Select ermöglicht es Ihnen zu verstehen, wie sich Medikamente, tägliche Bewegung und Ernährung auf Ihre Zuckerwerte auswirken.<sup>9</sup>

## SO EINFACH FUNKTIONIERT'S:



1

### ANBRINGEN

Der Sensor lässt sich einfach<sup>5</sup> und schnell<sup>5</sup> anbringen, misst über 15 Tage<sup>10</sup> mit einer ausgezeichneten Messgenauigkeit<sup>5</sup> und kann Tag und Nacht getragen werden.

2



### KONTROLLIEREN

Der Sensor sendet Ihre Zuckerwerte jede einzelne Minute<sup>11</sup> automatisch und ohne Scannen an Ihr Smartphone<sup>6</sup> oder Lesegerät<sup>7</sup>. So können Sie Ihre Zuckerwerte jederzeit<sup>11</sup> mit einem einfachen Blick einsehen.

3



### LERNEN

Entdecken Sie, wie Lebensmittel und tägliche Aktivitäten Ihre Zuckertrends beeinflussen. So können Sie bewusster entscheiden und langfristig Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensqualität<sup>1,2</sup> steigern.

Nach ärztlicher Rücksprache hilft Ihnen das Beobachten Ihrer Zuckerwerte dabei, fundierte Entscheidungen über Ihre Ernährung zu treffen<sup>9,12</sup>:

### 1 KONTROLLIEREN

Überwachen Sie Ihre Zuckerwerte nach jeder Mahlzeit (1 – 2 Stunden), um die Auswirkungen von Lebensmitteln auf Ihre Zuckerwerte zu erkennen.<sup>9</sup>

### 2 ERKENNEN

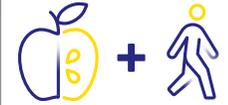
Erfahren Sie, welche Lebensmittel Ihren Zuckerwert ansteigen lassen und mit welchen Handlungen und Aktivitäten Sie ihn im Zielbereich halten können.

### 3 HANDELN

Ergreifen Sie die für Sie empfohlenen Maßnahmen, um einen Anstieg zu vermeiden oder Ihre Zuckerwerte im Zielbereich zu halten.



Der Zuckerverlauf zeigt Ihre Zuckerwerte der letzten 12 Stunden an.<sup>13</sup> So können Sie besser nachvollziehen, wie tägliche Entscheidungen Ihre Zuckerwerte beeinflussen.



Der Zuckerverlauf hilft Ihnen zu erkennen, wie einfache tägliche Aktivitäten, wie z. B. ein Spaziergang, dazu beitragen können, Ihre Zuckerwerte im Zielbereich zu halten.

## Mit FreeStyle Libre Select können Sie Ihre Zuckerschwankungen besser verstehen, wodurch Sie:



**Lebensmittel identifizieren können**, die einen starken Anstieg Ihrer Zuckerwerte verursachen.



**Aktivitäten wiederholt in Ihren Alltag einbauen können**, bei welchen Sie einen positiven Effekt feststellen.



**Langfristig Ihre Zuckerwerte** besser im Zielbereich halten können.<sup>9</sup>

Mit FreeStyle Libre Select können Sie jederzeit<sup>11</sup> und überall<sup>14</sup> Ihre Zuckerwerte einsehen und besser verstehen.<sup>9</sup>

Faktoren, die Ihre Zuckerwerte beeinflussen können:



**LEBENSMITTEL\***



**KRANKHEIT**



**STRESS**

Ernährung ist der Schlüssel zur Lebensqualität – Essen muss schmecken und zufrieden machen.

**Genießen Sie bewusst und entdecken Sie, wie sich unterschiedliche Lebensmittel auf Ihre Zuckerwerte auswirken.**

Durch geschicktes Auswählen der Lebensmittel besteht die Möglichkeit, Ihre Zuckerwerte und somit auch Ihre Gesundheit positiv zu beeinflussen.

Auch wenn es möglich ist, allgemeine Empfehlungen zu bekommen, müssen Sie selbst herausfinden, was Ihnen guttut und wie sich einzelne Lebensmittel und Mahlzeiten auf Sie auswirken.<sup>15</sup>

Mit FreeStyle Libre Select können Sie Ihre Zuckerwerte jederzeit<sup>11</sup>, z. B. vor und nach den Mahlzeiten, überprüfen<sup>9</sup>, um besser zu verstehen, wie bestimmte Nahrungsmittel Ihre Zuckerwerte beeinflussen.



**KÖRPERLICHE AKTIVITÄT\*\***



**INSULIN**



**MEDIKAMENTE\*\*\***

\* Bestimmte Lebensmittel erhöhen den Glukosespiegel.

\*\* In den meisten Fällen ist es in der Regel so, dass körperliche Aktivität den Glukosespiegel senkt. Bei intensiver Belastung wie Kraft- oder Sprintsportarten kann der Glukosespiegel aber auch vorübergehend erhöht werden.

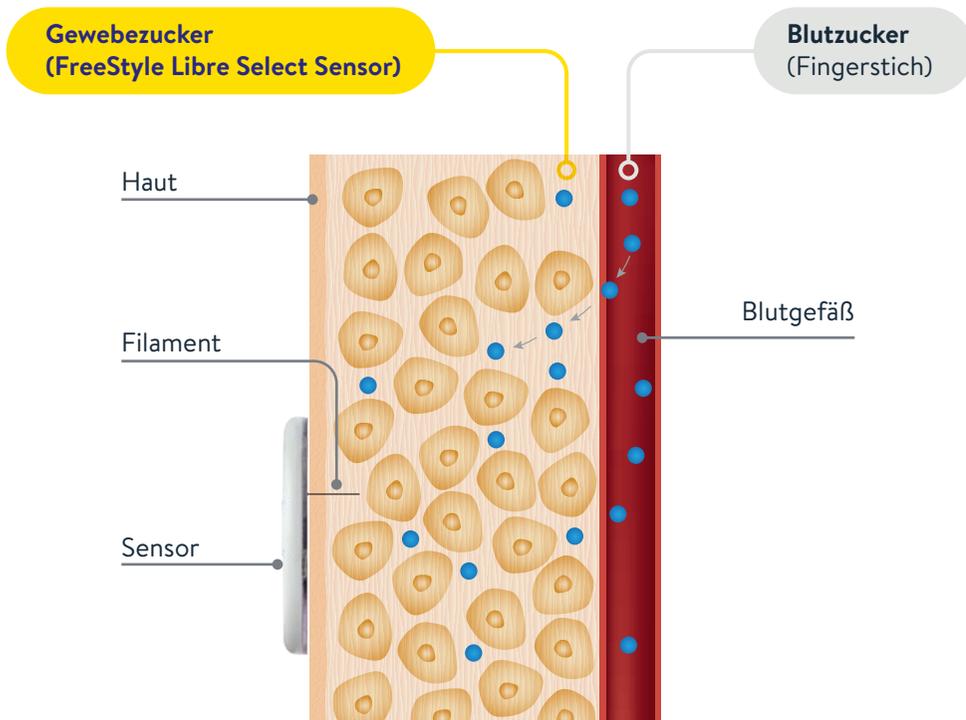
\*\*\* Medikamente wie Kortisonpräparate können zu einer Erhöhung des Glukosespiegels führen.



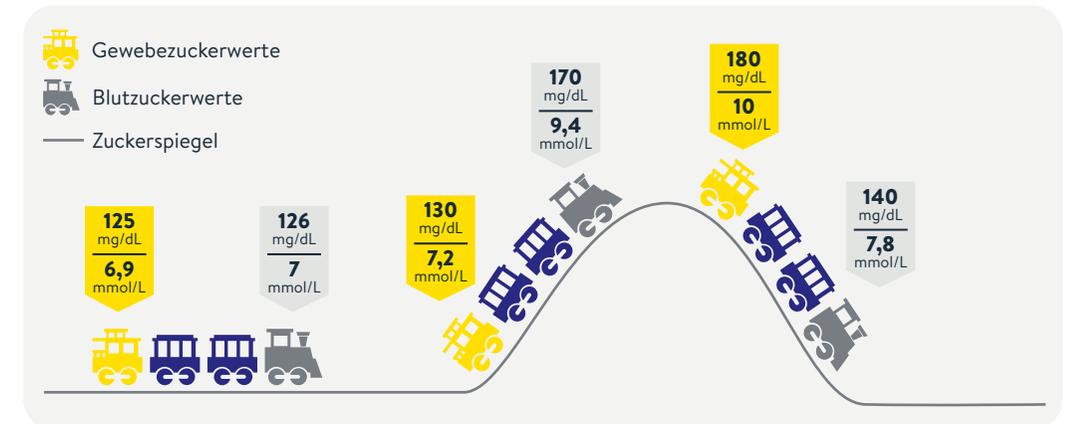
# Der Unterschied zwischen Blutzucker- und Gewebezuckermessung einfach erklärt.

Als sichere und einfache Alternative zur klassischen Blutzuckermessung misst das FreeStyle Libre Select Messsystem Ihren Zuckerwert nicht im Blut, sondern über ein Filament in der Gewebeflüssigkeit.<sup>3,4,9,10</sup>

In bestimmten Situationen kann es zwischen dem Blutzuckerwert und Gewebezuckerwert zu kleinen zeitlichen Unterschieden kommen. Das ist ganz normal, denn z. B. gelangt verdaute Nahrung erst ins Blut und tritt dann in die Gewebeflüssigkeit über.<sup>9</sup> Dieser kleine zeitliche Unterschied wird aber durch die heutige Technik minimiert und Gewebezuckermessung ist daher eine genaue und zuverlässige Alternative zur Blutzuckermessung.<sup>3,4,9,10</sup>



Anhand des Beispiels einer Achterbahn kann der Unterschied zwischen Blutzucker und Gewebezucker gut nachvollzogen werden.



## STABILE ZUCKERWERTE

Bei stabilen Zuckerwerten sind die von FreeStyle Libre Select gemessenen Zuckerwerte und die Blutzuckerwerte sehr ähnlich.



## RASCH STEIGENDE ZUCKERWERTE

Bei rasch steigenden Zuckerwerten können die von FreeStyle Libre Select gemessenen Zuckerwerte niedriger liegen als die Blutzuckerwerte.



## RASCH FALLENDE ZUCKERWERTE

Bei rasch fallenden Zuckerwerten können die von FreeStyle Libre Select gemessenen Zuckerwerte höher liegen als die Blutzuckerwerte.

Das FreeStyle Libre Select Glukosemesssystem ist eine einfache und sichere Alternative zur klassischen Blutzuckermessung.<sup>3,4,9,10</sup> Außerdem können Sie anhand der Zuckerwerte Ihre Insulindosierung anpassen.<sup>9</sup>

Lernen Sie auf den nächsten Seiten alles über den FreeStyle Libre Select Sensor.

Mit dem FreeStyle Libre Select Sensor erhalten Sie 15 Tage<sup>10</sup> schmerzfreie<sup>5</sup> Zuckermessung mit einem kleinen und komfortablen<sup>5</sup> Sensor.



## Verbessern Sie die Haftung auf Ihrer Haut, bevor Sie den Sensor anbringen.



### ÖLIGE HAUT

Um die Haftung zu verbessern, reinigen Sie Ihre Haut mit Seife und Wasser und trocknen Sie die Stelle ab. Reinigen Sie anschließend die Stelle mit einem nicht rückfettenden Alkoholtuch. Lassen Sie die Haut vollständig trocknen, ohne darauf zu pusten, bevor Sie den Sensor anbringen.



### FEUCHTE HAUT

Um die Haftung zu verbessern, trocknen Sie Ihre Haut und reinigen Sie sie mit einem nicht rückfettenden Alkoholtuch. Lassen Sie die Haut vollständig trocknen, ohne darauf zu pusten, bevor Sie den Sensor anbringen.



### BEHAARTE HAUT

Die gewählte Stelle auf der Rückseite des Oberarms sollte gut rasiert sein.



Wenn Sie eine zusätzliche Fixierung benötigen, können Sie auch einen Fixierverband oder medizinisches Tape über dem Sensor anbringen.<sup>16</sup>  
**Achten Sie hierbei darauf, dass das Loch des Sensors nicht bedeckt werden darf!**

## Entsorgen Sie Applikator und Sensor richtig.



### ENTSORGUNG DES SENSORAPPLIKATORS:

Sensorapplikatoren enthalten eine Nadel und müssen deswegen bei einer dafür vorgesehenen Sammelstelle für scharfe/spitze Gegenstände entsorgt werden. Vergewissern Sie sich, dass die Verschlusskappe am Sensorapplikator befestigt ist.



### ENTSORGUNG DER SENSOREN:

FreeStyle Libre Select Sensoren unterliegen dem Elektroggesetz und sind daher nach Gebrauch als Elektroschrott zu entsorgen.

## So bringen Sie den FreeStyle Libre Select Sensor an:

Wählen Sie einen Hautbereich an der Rückseite Ihres Oberarms. Bereiten Sie die Anwendungsstelle vor und bringen Sie den Sensor richtig an.



**Waschen Sie die Anwendungsstelle mit einer einfachen Seife**, trocknen Sie die Stelle und reinigen Sie den Bereich anschließend mit einem nicht rückfettenden Alkoholtuch.

Lassen Sie die Stelle an der Luft trocknen, bevor Sie die Anbringung des Sensors vorbereiten.



**Packen Sie den Sensorapplikator vorsichtig** aus und drehen Sie die Kappe ab. Richten Sie die dunkle Markierung des Sensorapplikators an der dunklen Markierung auf der Sensorpackung aus. Drücken Sie den Sensorapplikator auf einer harten Oberfläche fest und bis zum Anschlag auf die Packung.



**Drücken Sie den Sensorapplikator fest auf die Haut.**<sup>17,18</sup>

Beim Anbringen des Sensors am Körper wird ein dünnes, biegsames und steriles Filament direkt unter die Haut geschoben.



**Ziehen Sie den Sensorapplikator vorsichtig vom Körper weg** und vergewissern Sie sich, dass der Sensor nach dem Anbringen fest sitzt.

# Die FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> – jetzt kostenlos heruntergeladen und registrieren.

Scannen Sie dazu einfach den QR-Code ODER öffnen Sie den Apple App Store oder den Google Play Store und geben Sie in der Suchleiste „FreeStyle Libre 3“ ein.



Schauen Sie sich unsere Videos rund um die Einrichtung und Nutzung der App an:



**QR-Code scannen oder unter:**

[www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erkl%C3%A4rvideo](http://www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erkl%C3%A4rvideo)

**Hinweis:** Im Erklärvideo sehen Sie einen anderen Sensor. Die Vorgehensweise zum Einrichten der App mit dem FreeStyle Libre Select Sensor ist jedoch gleich.



**KOMPATIBILITÄT PRÜFEN**

Die FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> ist nur mit bestimmten Mobilgeräten und Betriebssystemen kompatibel. Scannen Sie diesen QR-Code und finden Sie heraus, ob Ihr Smartphone<sup>6</sup> dazugehört.

<https://app.FreeStyleLibre.de>

# So richten Sie die FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> ganz einfach auf Ihrem Smartphone<sup>6</sup> ein.

Um **alle Vorteile** des FreeStyle Libre Select Messsystems nutzen zu können, **registrieren** Sie sich in der FreeStyle Libre 3 App.

- 1 Erlauben oder aktivieren Sie den **Bluetooth-Zugriff**, falls Sie dazu aufgefordert werden. **Aktivieren Sie NFC**, falls Sie dazu aufgefordert werden.
- 2 Starten Sie das Einrichten der App mit Klick auf „**Jetzt starten**“.
- 3 Bestätigen Sie Ihr Wohnland mit „**Weiter**“.
- 4 Lesen und akzeptieren Sie **die Endnutzer-Lizenzvereinbarungen, die Nutzungsbedingungen und die Datenschutzerklärung**.
- 5 **Die Erstellung Ihres Kontos\* ist einfach** – sie benötigen nur eine E-Mail-Adresse und können ein Passwort erstellen.
- 6 Stimmen Sie den **Forschungsarbeiten** zu und lesen Sie alle Informationen durch.
- 7 Geben Sie danach Ihre **persönlichen Daten** ein.
- 8 Bestimmen Sie Ihre **Maßeinheit** (mg/dL oder mmol/L) und wählen Sie anschließend, ob die **Kohlenhydratanzeige** in Gramm oder Broteinheiten erfolgen soll.
- 9 **Erlauben Sie, dass die App im Hintergrund ausgeführt wird**, falls Sie dazu aufgefordert werden.  
**Hinweis:** Stellen Sie sicher, dass Ihr Smartphone Datum und Uhrzeit automatisch aktualisiert.
- 10 Machen Sie sich mit den Funktionen der App vertraut und klicken Sie auf „**Weiter**“, sofern Sie alles verstanden haben.

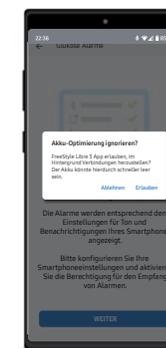
\*Die Konto-Erstellung ist optional und kann übersprungen werden.

# Notwendige Einstellungen für die FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup>.

-  Damit Sie Zuckerwerte erhalten können, darf die FreeStyle Libre 3 App nicht beendet werden. Lassen Sie die App dauerhaft im Hintergrund geöffnet.
-  Bluetooth muss beim Starten eines FreeStyle Libre Select Sensors aktiviert sein und auch danach dauerhaft eingeschaltet bleiben.
-  Erlauben Sie der FreeStyle Libre 3 App alle Benachrichtigungen, um Alarmer<sup>19</sup> erhalten zu können.

## ANDROID:

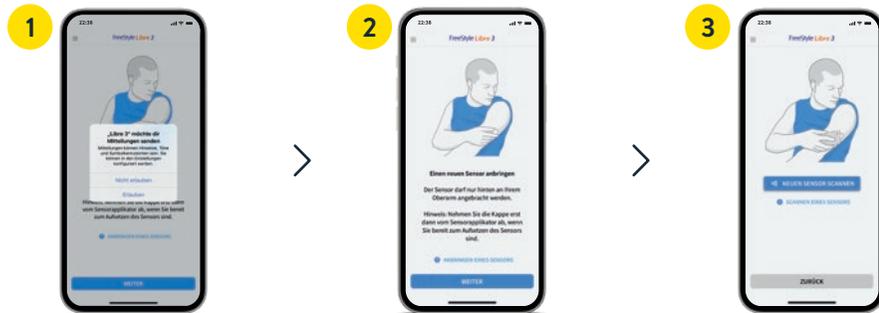
- 1 Erlauben Sie, dass die App **im Hintergrund ausgeführt** wird, um Zuckerwerte und Alarmer zu empfangen.
- 2 Ignorieren Sie die **Batterieoptimierung**.
- 3 Erlauben Sie der App, den **Gerätestandort abzurufen**.  
**Hinweis:** Bei Android 6.0 und höher muss die Standortberechtigung aktiviert sein, damit sich das System mit Bluetooth-Geräten verbinden kann. Sowohl FreeStyle Libre Select Sensoren als auch die FreeStyle Libre 3 App erfassen Ihren Standort nicht.



# So starten Sie Ihren neuen Sensor mit Ihrem iPhone<sup>6</sup> ...

Bluetooth muss beim Starten eines Sensors aktiviert sein und dauerhaft eingeschaltet bleiben.

## SO EINFACH GEHT'S:



1 Erlauben Sie **Mitteilungen der App**<sup>6</sup>.

2 Bringen Sie Ihren Sensor an und klicken Sie auf **„Weiter“**.

3 Klicken Sie auf **„Neuen Sensor Scannen“**.

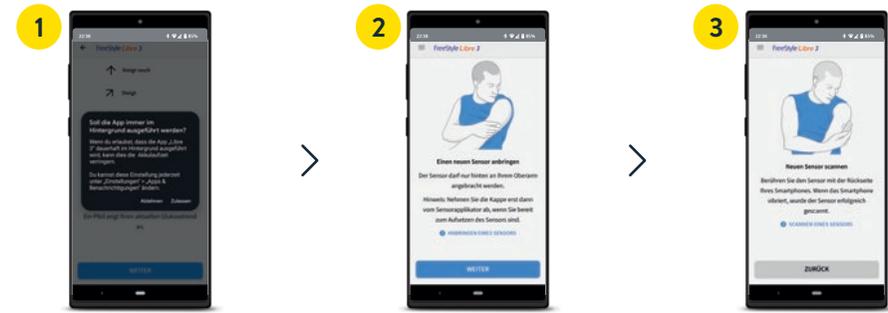


4 **Aktivieren** Sie Ihren neuen Sensor mit einem Scan mit der **Oberseite Ihres Smartphones**<sup>6</sup>. **Bewegen** Sie Ihr Smartphone **langsam**, falls erforderlich.

5 Ihr Sensor ist in **60 Minuten** einsatzbereit.<sup>11</sup> Sie können Ihr Smartphone weiter benutzen. Wenn der Sensor bereit ist, erhalten Sie eine **Benachrichtigung**, sofern Benachrichtigungen aktiviert sind.

# ... oder Ihrem **Android**-Smartphone<sup>6</sup>.

Damit Sie Ihren Sensor mit der FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> starten können, muss die NFC-Funktion auf Ihrem Smartphone aktiviert sein.



1 Erlauben Sie es der App, immer im **Hintergrund zu laufen**.

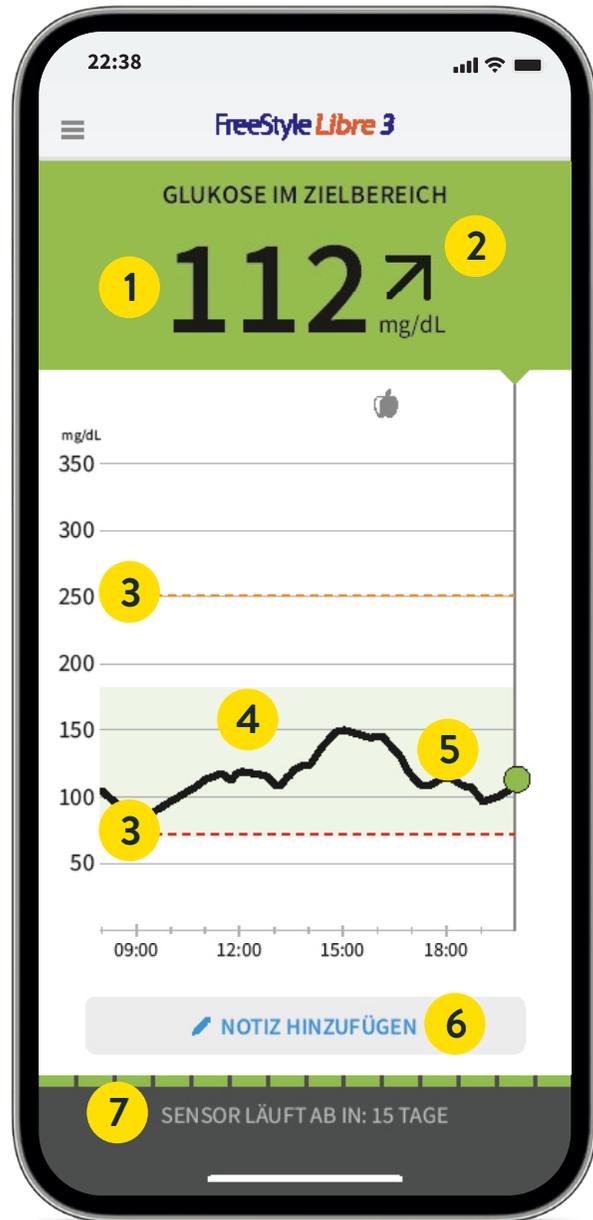
2 Bringen Sie Ihren Sensor an und klicken Sie auf **„Weiter“**.

3 Scannen Sie Ihren Sensor, indem Sie ihn mit der Rückseite Ihres Smartphones berühren. Jedes Modell ist anders. **Bewegen** Sie Ihr Smartphone **langsam**, falls erforderlich.



4 Ihr Sensor ist in **60 Minuten** einsatzbereit.<sup>11</sup> Sie können Ihr Smartphone weiter benutzen. Wenn der Sensor bereit ist, erhalten Sie eine **Benachrichtigung**, sofern Benachrichtigungen aktiviert sind.

Jetzt alles rund um Ihre Zuckerwerte auf Ihrem Smartphone<sup>6</sup> mitverfolgen.



Zuckerwerte, -trends und noch vieles mehr in Echtzeit<sup>11</sup> einsehen.

-  **Ihr aktueller Zuckerwert**  
wird automatisch jede Minute<sup>11</sup> aktualisiert.
-  **Trendpfeil**  
zeigt an, wie sich Ihre Zuckerwerte in naher Zukunft verändern.
-  **Alarmgrenzwerte**  
für hohen und niedrigen Glukose-Alarm<sup>19</sup>.
-  **Zielbereich**  
ist hellgrün hinterlegt, damit Sie besser sehen können, ob sich Ihre Zuckerwerte darin befinden.
-  **Zuckerverlauf**  
Zuckerwerte auf die Minute genau einsehen.
-  **Notizfunktion**  
Mahlzeiten, Insulinanwendung, Sport und andere Ereignisse hinterlegen und verfolgen.
-  **Lebensdauer des Sensors**  
zeigt an, wie lange es dauert, bis der Sensor abläuft.

**Klinisch bewiesen:** Nutzer:innen haben eine verbesserte Diabeteseinstellung durch kontinuierliche Nutzung der FreeStyle Libre 3 App<sup>6,20,21</sup>

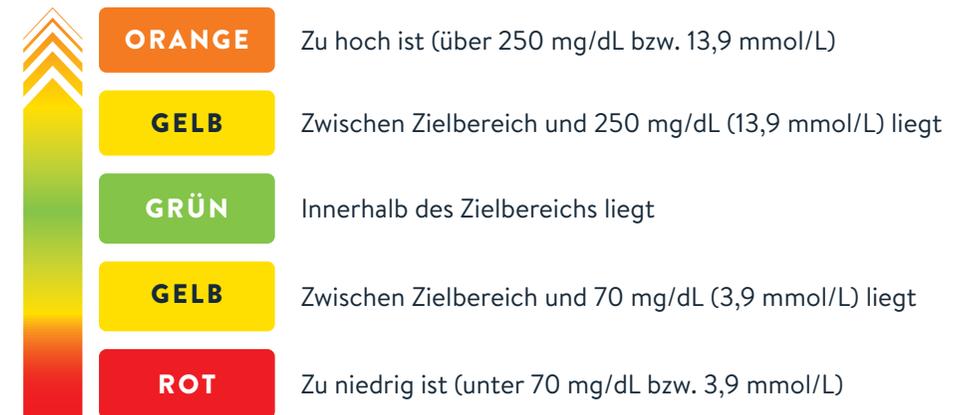
Mit der Notizfunktion erhalten Sie ein besseres Verständnis für Ihre Zuckerwerte.



Ampelfarben und Trendpfeil zeigen, wo Ihr Zuckerwert liegt und wie er sich entwickelt.

Ihr aktueller Zuckerwert bestimmt die Hintergrundfarbe des Smartphone<sup>6</sup>-Displays. So können Sie schnell erkennen, in welchem Bereich sich Ihr Zuckerwert befindet.

### Die Ampelfarben zeigen an, ob Ihr Zuckerwert:



### Der Trendpfeil zeigt, in welche Richtung sich Ihr Zuckerwert bewegt.

- Zuckerwert steigt rasch**  
d. h. in 15 Minuten steigt er um mehr als 30 mg/dL (1,7 mmol/L)
- Zuckerwert steigt**  
d. h. in 15 Minuten steigt er zwischen 15 und 30 mg/dL (0,8 und 1,7 mmol/L)
- Zuckerwert ändert sich langsam**  
d. h. in 15 Minuten steigt oder fällt er um weniger als 15 mg/dL (0,8 mmol/L)
- Zuckerwert fällt**  
d. h. in 15 Minuten fällt er zwischen 15 und 30 mg/dL (0,8 und 1,7 mmol/L)
- Zuckerwert fällt rasch**  
d. h. in 15 Minuten fällt er um mehr als 30 mg/dL (1,7 mmol/L)

### Nutzen Sie die Notizfunktion Ihrer FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup>

In der FreeStyle Libre 3 App können Sie Notizen auch im Nachhinein hinterlegen, bearbeiten und im Bereich Protokoll einsehen.



Lebensmittel



Schnell wir-  
des Insulin



Lang wirkendes  
Insulin



Sportliche  
Betätigung  
(exercise)

## Optionale Echtzeit-Glukose-Alarme<sup>19</sup> direkt auf Ihr Smartphone<sup>6</sup> erhalten.



Optionale Glukose-Alarme lassen Sie direkt wissen, wenn Sie Ihre festgelegten Alarmgrenzen über- oder unterschreiten.



Die Alarme lassen sich einfach ein- und wieder ausschalten.



Ton- und Vibrationseinstellungen lassen sich einfach anpassen.



**Bei niedrigen Zuckerwerten** – zwischen 60 – 100 mg/dL (3,3 – 5,6 mmol/L) einstellbar



**Bei hohen Zuckerwerten** – zwischen 120 – 400 mg/dL (6,7 – 22,2 mmol/L) einstellbar



**Signalverlust<sup>22</sup>**, falls Ihr Sensor 20 Minuten lang keine Verbindung mit der FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> aufbauen konnte



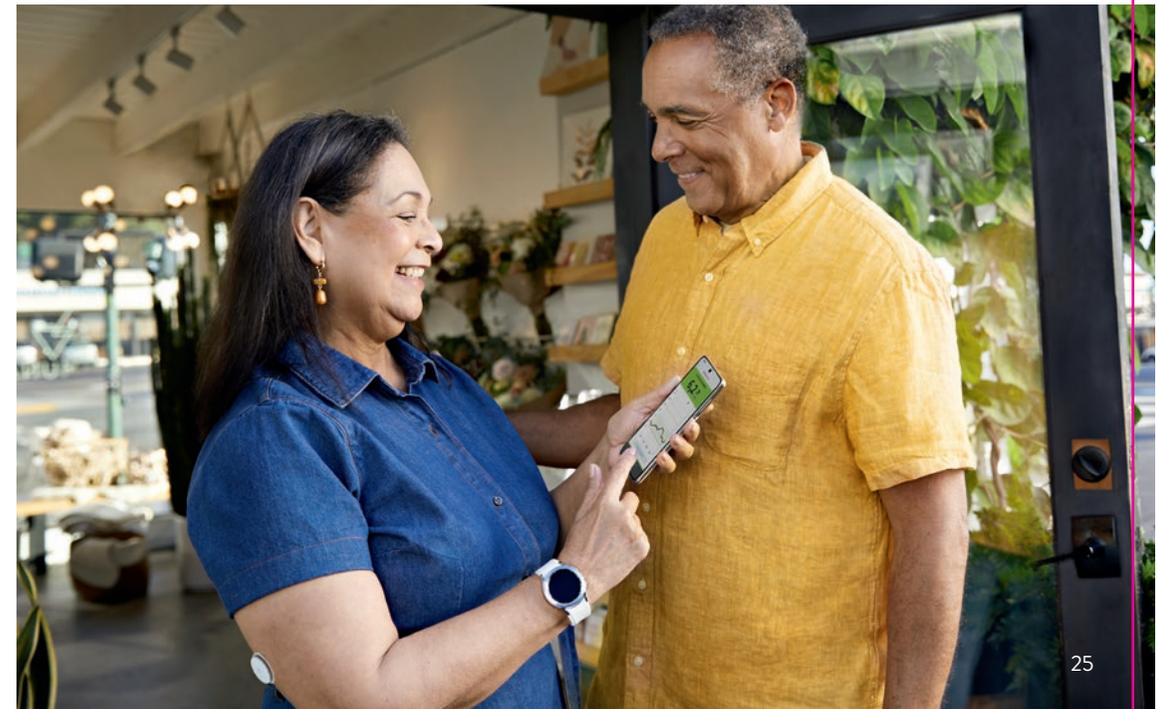
Besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, wie hoch bzw. tief Ihre Alarmgrenzwerte liegen dürfen. Sie können sich Ihre persönlichen Alarmgrenzwerte auf der letzten Seite notieren.

## Alarme<sup>19</sup> empfangen Sie auch auf Ihrer Smartwatch<sup>23,24</sup>.

### Nutzen Sie das FreeStyle Libre Select Messsystem mit Ihrer kompatiblen Smartwatch

Lassen Sie sich mit der FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> direkt auf Ihrer kompatiblen Smartwatch benachrichtigen<sup>19,23</sup>, wenn Ihr Zuckervert zu niedrig oder zu hoch ist – **jederzeit<sup>11</sup> und überall<sup>23,24</sup>**.

**Achtung:** Ihre Smartwatch zeigt nur Alarme an, solange sich Ihr Smartphone<sup>6</sup> in Reichweite des Sensors und der Smartwatch befindet.



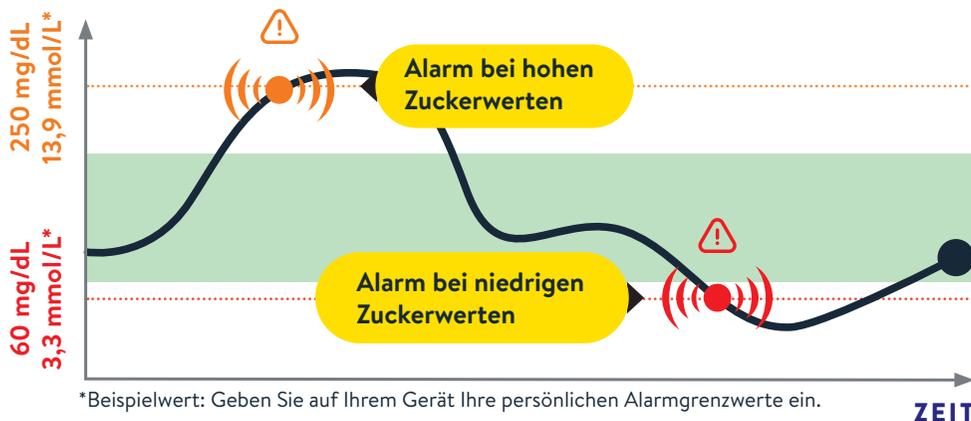
## Mittels Ton- und Vibrationsfunktion keine Alarme<sup>19</sup> verpassen.

### Die Alarme verfügen über eine Ton- und Vibrationsfunktion.

Die Einstellungen für Lautstärke und Vibration folgen den Einstellungen Ihres Smartphones<sup>6</sup>.

- Nutzen Sie die Tonfunktionen in lauten Umgebungen (z. B. beim Einkaufen).
- Nutzen Sie die Vibrationsfunktion für Diskretion (z. B. im Kino).
- Sie können die Ton- und Vibrationsfunktion ausschalten. Die Alarme werden weiterhin auf dem Bildschirm angezeigt. Weitere Infos auf Seite 29.

### ZUCKERWERT



**Die Grenzwerte der Alarme entsprechen nicht Ihrem Zucker-Zielbereich.** Besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, wie hoch bzw. tief Ihre Alarmgrenzwerte liegen dürfen.

## Alarm bei Signalverlust<sup>22</sup> – bei fehlender Verbindung zwischen Sensor und Smartphone<sup>6</sup>.

Der Alarm „Signalverlust“ informiert Sie, wenn zwischen Sensor und Smartphone<sup>6</sup> länger als 20 Minuten keine Verbindung vorhanden ist oder sobald Ihr Smartphone weiter als 10 Meter\* vom Sensor entfernt ist.

Ihre Werte werden jedoch **immer vollständig angezeigt**, da der Sensor die Messwerte speichert.<sup>13</sup> Darüber hinaus kann es vorkommen, dass Ihre FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> **kurzzeitig keine Zuckerwerte empfangen** kann, z. B. in einer Sauna wegen hoher Temperaturen. Sie erhalten dann eine entsprechende Fehlermeldung in Ihrer FreeStyle Libre 3 App. Es kann **2–4 Minuten** dauern, bis das Signal wieder aufgebaut ist.

The diagram shows a white sensor on the left and a smartphone on the right. A dotted line with a red alarm icon and a crossed-out signal icon indicates a connection issue. Text in the center reads: 'Mehr als 10 Meter\* mehr als 20 Minuten'. Below the diagram, two columns of text provide instructions:

- Wenn Sie weiter als 10 Meter von Ihrem Smartphone entfernt sind:**  
Verringern Sie den Abstand, um die Verbindung erneut aufzubauen.
- Wenn Ihr Smartphone länger als 20 Minuten keine Verbindung zum Sensor hat:**  
Prüfen Sie, ob sich zwischen Ihnen und dem Smartphone massive Gegenstände befinden.\*

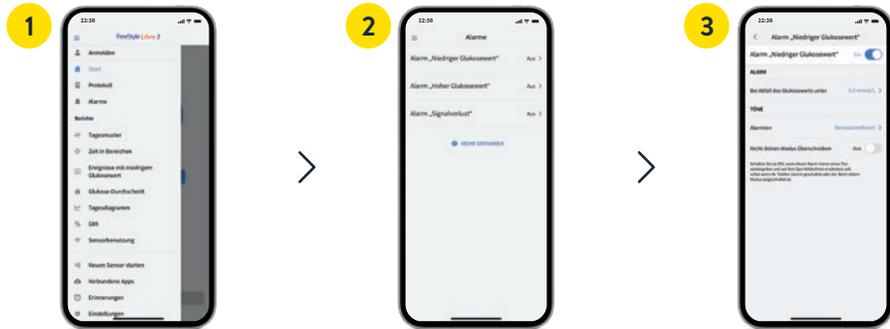
**Ihr Smartphone kann die Glukose-Alarme<sup>19</sup> aus bis zu 10 Metern Entfernung empfangen\*.** Der Alarm bei Signalverlust wird automatisch aktiviert, sobald ein Glukose-Alarm zum ersten Mal eingeschaltet wird. Sie können den Alarm für Signalverlust jederzeit aus- und wieder einschalten.

\*Physische Gegenstände, wie z. B. eine Wand, könnten die Datenverbindung beeinträchtigen. Der Sensor misst und speichert jedoch weiterhin Zuckerdaten für bis zu 15 Tage<sup>10</sup>.

# Sie entscheiden, ob und wie Sie die Alarme<sup>19</sup> nutzen möchten.

Mit den optionalen Glukose-Alarmen können Sie auswählen, wann Sie benachrichtigt werden möchten. Schalten Sie die Alarme bei Bedarf ein und wieder aus.

## So einfach geht's:

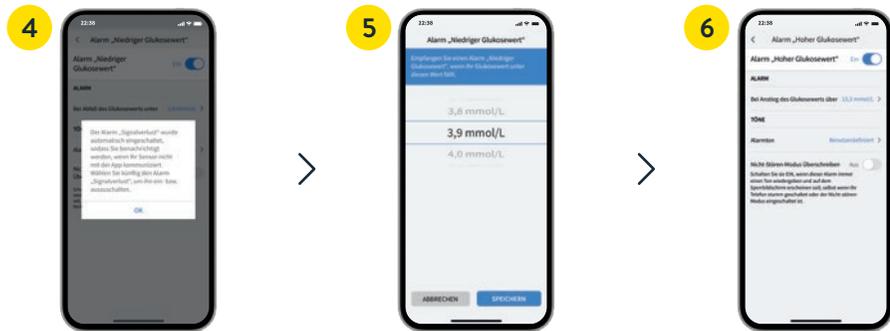


Tippen Sie im Menü auf den Punkt „**Alarmer**“.



Wählen Sie den gewünschten **Alarm** aus.

Tippen Sie auf den Regler oder schieben Sie ihn nach rechts, um den Alarm **einzuschalten**.



Der Alarm für „**Signalverlust**“<sup>22</sup> informiert Sie automatisch bei Verbindungsverlust, wenn der Alarm aktiviert ist.

Anschließend können Sie Ihren persönlichen **Alarmgrenzwert** einstellen.

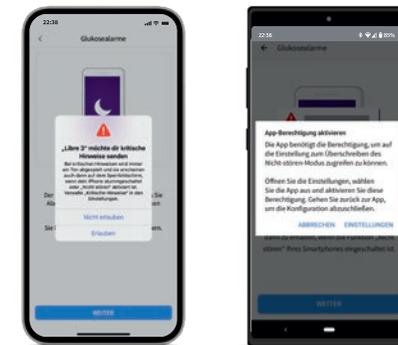
Verfahren Sie so auch mit dem **zweiten Alarm**.

# Zugriff erlauben – der Nicht-stören-Modus und kritische Hinweise.



Erlauben Sie der App<sup>6</sup> den Zugriff auf den **Nicht-stören-Modus** sowie **kritische Hinweise**, damit Sie auch dann einen Alarm<sup>19</sup> erhalten, wenn Ihr Smartphone<sup>6</sup> stumm geschaltet ist oder sich im Nicht-stören-Modus befindet.

Der Nicht-stören-Modus verhindert, dass Sie Alarme empfangen, es sei denn, die App-Benachrichtigungen sind so eingestellt, dass dieser Modus überschrieben wird.



Sie können in den Einstellungen der Alarme auch auswählen, den Nicht-stören-Modus nur bei einzelnen Alarmen zu überschreiben.

## Ton- und Vibrationseinstellungen

Die Einstellungen für Lautstärke und Vibration folgen den Einstellungen Ihres Smartphones. Diese sollten also so eingestellt sein, dass Sie sie hören können, um keinen Alarm zu verpassen.

Falls Sie nicht möchten, dass immer ein Ton ausgegeben wird, deaktivieren Sie die kritischen Hinweise wieder.

**Hinweis:** Es kann weitere vom iOS- oder Android-System generierte Berechtigungen geben, die hier nicht angezeigt werden.

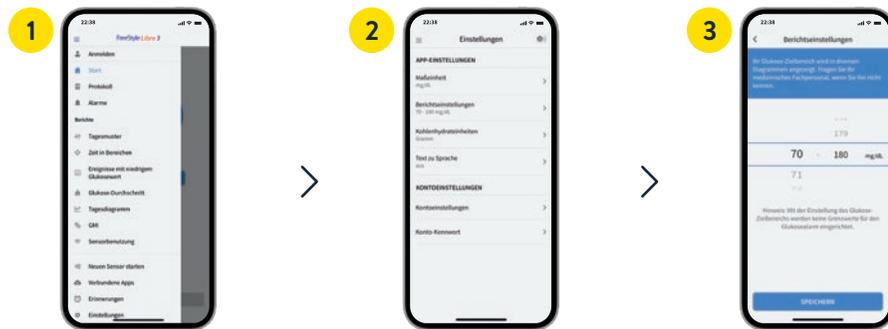
# Der Zucker-Zielbereich ist bereits voreingestellt.

Der Zucker-Zielbereich ist in Ihrer FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> auf 70 bis 180 mg/dL (3,9 – 10 mmol/L) voreingestellt.<sup>25</sup>

In der App wird Ihr Zielbereich in Diagrammen als hellgrüner Bereich dargestellt.



## Im Einstellungsmenü unter „Berichtseinstellungen“ können Sie Ihren Zielbereich einfach abändern:



Tippen Sie im Menü auf „Einstellungen“.

Wählen Sie „Berichtseinstellungen“ aus.

Geben Sie Ihren individuellen Zielbereich ein und klicken Sie auf „Speichern“.

Einstellungen

Berichtseinstellungen  
70 - 180 mg/dL



Besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, ob Ihr Zielbereich angepasst werden sollte. Sie können sich Ihren persönlichen Zielbereich auf der letzten Seite notieren.

**Hinweis:** Ihr individueller Zucker-Zielbereich entspricht nicht Ihren Alarmgrenzwerten<sup>19</sup>.

# Erhalten Sie detaillierte Berichte zu Ihren Zuckerwerten.

Die Überprüfung und das Verständnis Ihres Zuckerverlaufs können hilfreich sein, um Ihre Zuckerkontrolle zu verbessern.<sup>8,26</sup>



### BERICHT „Zeit in Bereichen“

Sie können sich die Auswertung der Zeit im Zielbereich individuell eingestellt unter „Benutzerdefiniert“ oder eingestellt nach den empfohlenen Werten der internationalen Richtlinien unter „Standard“ anzeigen lassen.<sup>25</sup>

### PROTOKOLL:

Im Bereich Protokoll finden Sie alle Notizen und Alarme<sup>19</sup> nach Uhrzeit sortiert und mit dem entsprechenden Zuckerwert versehen. Sie können Notizen auch nachträglich hinzufügen, indem Sie auf der Startseite oder unter Protokoll unten auf „Notiz hinzufügen“ tippen.

### BERICHT: „Glukose-Durchschnitt“

Zeigt Informationen über Ihre durchschnittlichen Zuckerwerte, auch für verschiedene Zeiträume des Tages, an. Werte im Zielbereich sind grün, Werte über Ihrem Zielbereich sind gelb oder orange; Werte unterhalb Ihres Zielbereichs sind rot.

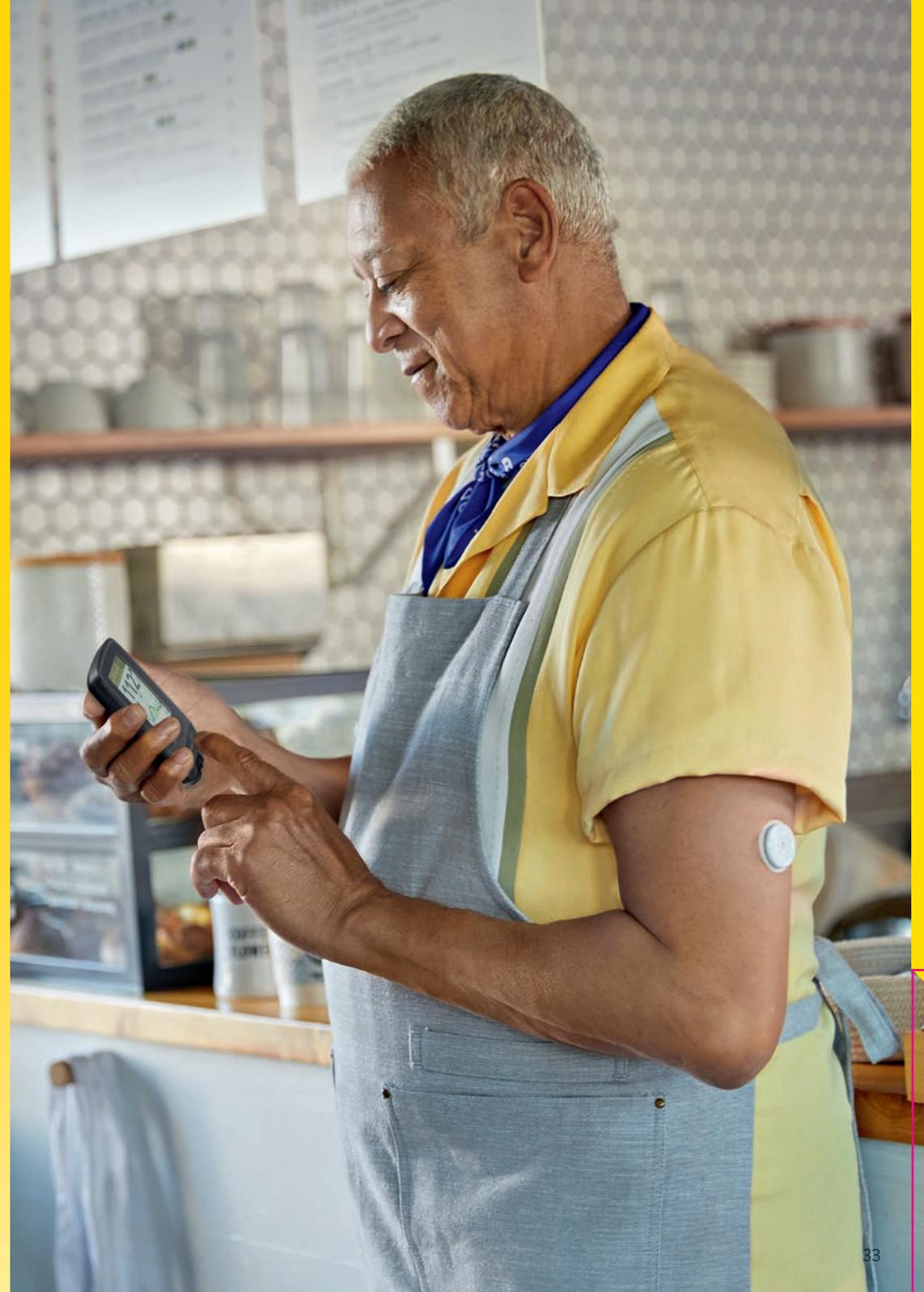
Das FreeStyle Libre 3 Lesegerät –  
die optimale Lösung für alle ohne  
kompatibles Smartphone<sup>6,7</sup>.



**QR-Code scannen oder unter:**

[www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos](http://www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklaervideos)

**Hinweis:** Im Erklärvideo sehen Sie einen anderen Sensor.  
Die Vorgehensweise zum Einrichten der App mit dem  
FreeStyle Libre Select Sensor ist jedoch gleich.



## Entdecken Sie alle Funktionen Ihres Lesegerätes.



Der Trendpfeil zeigt, in welche Richtung sich Ihr Zuckerwert bewegt.

-  **Zuckerwert steigt rasch**  
d. h. in 15 Minuten steigt er um mehr als 30 mg/dL (1,7 mmol/L)
-  **Zuckerwert steigt**  
d. h. in 15 Minuten steigt er zwischen 15 und 30 mg/dL (0,8 und 1,7 mmol/L)
-  **Zuckerwert ändert sich langsam**  
d. h. in 15 Minuten steigt oder fällt er um weniger als 15 mg/dL (0,8 mmol/L)
-  **Zuckerwert fällt**  
d. h. in 15 Minuten fällt er zwischen 15 und 30 mg/dL (0,8 und 1,7 mmol/L)
-  **Zuckerwert fällt rasch**  
d. h. in 15 Minuten fällt er um mehr als 30 mg/dL (1,7 mmol/L)

## Mit Ihrem Lesegerät behalten Sie den Durchblick.

-  **1 Start-Taste (Home-Button)**  
Drücken Sie den gelben Home-Button, um das Lesegerät einzuschalten und Ihren aktualisierten Zuckerwert einzusehen.
-  **2 Ihr aktueller Zuckerwert**  
wird automatisch jede Minute<sup>11</sup> aktualisiert, wenn Sie den Home-Button drücken. Es ist keine Kalibrierung mittels Fingerstich nötig.<sup>9,10</sup>
-  **3 Trendpfeil**  
zeigt an, wie sich Ihre Zuckerwerte in naher Zukunft verändern.
-  **4 Zielbereich**  
ist hellgrün hinterlegt, damit Sie besser sehen können, ob sich Ihre Zuckerwerte darin befinden.
-  **5 Zuckerverlauf**  
zeigt die Zuckerwerte der letzten 12 Stunden ohne Datenlücken an.
-  **6 Alarmgrenzwerte**  
für hohen und niedrigen Alarm<sup>19</sup>.
-  **7 Notizen**  
durch Berührung hinzufügen.
-  **8 Meldungen**  
(z. B. Sensorstatus)
-  **9 Symbol für Ton / Vibration**
-  **10 Symbol für Signalstatus**
-  **11 Blutzucker und -ketone messen.**

Achten Sie auf den angezeigten Trendpfeil. Besonders, wenn er nach unten zeigt und Sie niedrige Zuckerwerte haben, können Sie Unterzuckerungen frühzeitig erkennen und entsprechend reagieren.

## So richten Sie Ihr FreeStyle Libre 3 Lesegerät ein.



**Schalten Sie Ihr Lesegerät ein**, indem Sie auf den gelben Home-Button drücken. **Drücken Sie diese Taste immer dann, wenn Sie Ihre Zuckerwerte abrufen wollen.**

**Schritt für Schritt zu Ihren Einstellungen.** Wählen Sie Ihre Sprache aus und stellen Sie dann über die Pfeiltasten das aktuelle Datum und die Uhrzeit ein.

**Lernen Sie die Trendpfeile** kennen, damit Sie einschätzen können, wie schnell und wohin sich Ihr Zuckerwert verändert. Mit „**Fertig**“ gelangen Sie zum Startbildschirm.

Die Datums- und Uhrzeiteinstellungen sind wichtig für das Messen Ihrer Werte und die spätere Auswertung Ihrer Zuckerverläufe.



Tippen Sie auf „**Neuen Sensor starten**“ und schauen Sie sich die animierte Anleitung genau an.

Halten Sie den Bildschirm des Lesegerätes nah an Ihren Sensor am Oberarm, um den **Sensor zu aktivieren**.

**Ihr Sensor ist nach 60 Minuten einsatzbereit.<sup>11</sup>**

## Der Zucker-Zielbereich ist bereits voreingestellt.

Der Zucker-Zielbereich ist auf dem FreeStyle Libre 3 Lesegerät auf **70 bis 180 mg/dL (3,9 – 10 mmol/L)** voreingestellt.<sup>25</sup>

Auf dem Lesegerät wird Ihr Zielbereich in Diagrammen als hellgrüner Bereich gezeigt.



Im Einstellungsmenü unter „**Berichtseinstellungen**“ können Sie Ihren Zielbereich einfach abändern:



Tippen Sie oben rechts auf das **Einstellungssymbol**.



Wählen Sie „**Berichtseinstellungen**“ aus.

Berichtseinstellungen

Geben Sie Ihren individuellen **Zielbereich** ein.



Besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, ob Ihr Zielbereich angepasst werden sollte. Sie können sich Ihren persönlichen Zielbereich auf der letzten Seite notieren.

**Hinweis:** Ihr individueller Zucker-Zielbereich entspricht nicht Ihren Alarmgrenzwerten<sup>19</sup>.

# Nutzen Sie die Notizfunktion für ein besseres Verständnis Ihres Zuckerspiegels.

## So lassen sich Notizen hinzufügen:

Das Lesegerät speichert diese Informationen 90 Tage lang.



Sie können Notizen für Zuckermesswerte hinzufügen, indem Sie das **Symbol mit dem Stift oben rechts** auf dem Touchscreen berühren.



Markieren Sie das **Kontrollkästchen** neben den Notizen, welche Sie hinzufügen möchten:

- Lebensmittel
- Schnell wirkendes Insulin
- Lang wirkendes Insulin
- Sportliche Betätigung (exercise)



Tippen Sie das „**Plus**“-Symbol an, um Ihrer Notiz weitere spezifischere Informationen hinzuzufügen. Speichern Sie die Notizen mit „**OK**“.

Notizen zu Lebensmitteln 🍏 und schnell wirkendem Insulin 📝 werden als Symbole in Ihren Zuckerdiagrammen und in Ihrem Protokoll angezeigt und helfen Ihnen und Ihrem Diabetesteam, Ihren Zuckerverlauf besser zu verstehen und zu beurteilen.

# Optionale Echtzeit-Glukose-Alarme<sup>19</sup> direkt auf Ihr Lesegerät erhalten.



Optionale Glukose-Alarme lassen Sie direkt wissen, wenn Sie Ihre festgelegten Alarmgrenzen über- oder unterschreiten.



Ihr Lesegerät zeigt beim Alarm Ihren aktuellen Zuckerwert und Trendpfeil an, damit Sie besser reagieren können.



Die Alarme lassen sich einfach ein- und wieder ausschalten.



**Bei niedrigen Zuckerwerten** – zwischen 60 – 100 mg/dL (3,3 – 5,6 mmol/L) einstellbar



**Bei hohen Zuckerwerten** – zwischen 120 – 400 mg/dL (6,7 – 22,2 mmol/L) einstellbar



**Signalverlust<sup>22</sup>**, falls Ihr Sensor 20 Minuten lang keine Verbindung mit dem Lesegerät aufbauen konnte



Um den Alarm auszuschalten, tippen Sie auf „**Alarm abstellen**“ oder drücken Sie den gelben Home-Button.



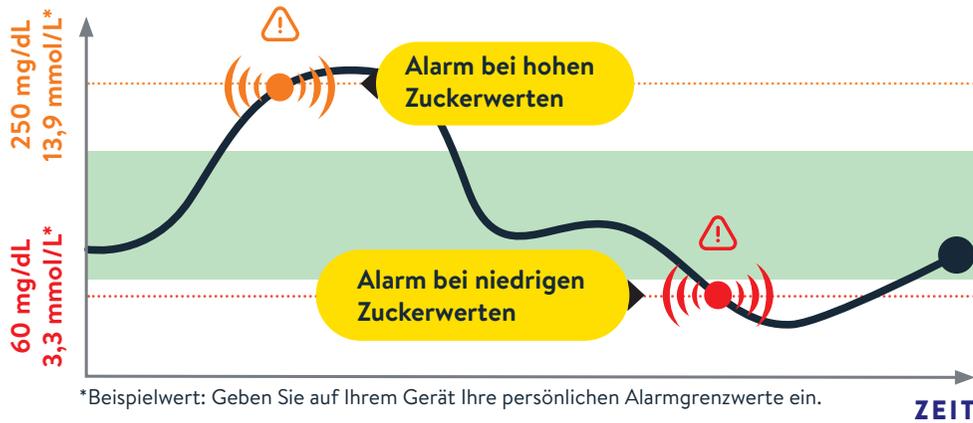
Besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, wie hoch bzw. tief Ihre Alarmgrenzwerte liegen dürfen. Sie können sich Ihre persönlichen Alarmgrenzwerte auf der letzten Seite notieren.

# Mittels Ton- und Vibrationsfunktion keine Alarme<sup>19</sup> verpassen.

## Die Alarme verfügen über eine Ton- und Vibrationsfunktion.

- Nutzen Sie die Tonfunktionen in lauten Umgebungen (z. B. beim Einkaufen).
- Nutzen Sie die Vibrationsfunktion für Diskretion (z. B. im Kino).
- Sie können die Ton- und Vibrationsfunktion ausschalten. Die Alarme werden weiterhin auf dem Bildschirm angezeigt.

### ZUCKERWERT



Die Grenzwerte der Alarme entsprechen nicht Ihrem Zucker-Zielbereich. Besprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam, wie hoch bzw. tief Ihre Alarmgrenzwerte liegen dürfen.

# Sie entscheiden, ob und wie Sie die Alarme<sup>19</sup> nutzen möchten.

## Sie können die Alarme einfach ein- und wieder ausschalten. Möchten Sie die Alarme einschalten? So einfach geht's:

- Das **Einstellungs-**symbol antippen.
- Die Schaltfläche „**Alarme**“ wählen.
- Auf „**Alarmeinst. ändern**“ tippen.
- Den gewünschten **Alarm auswählen**.
- Den Button antippen oder nach links schieben, um den Alarm anzuschalten.

Den Wert für den Alarm mit den Pfeiltasten einstellen und auf „**Fertig**“ tippen.

Der Alarm für Signalverlust<sup>22</sup> wird **automatisch** eingeschaltet, sobald Sie einen Alarm zum ersten Mal aktivieren.

# Alarm bei Signalverlust<sup>22</sup> – bei fehlender Verbindung zwischen Sensor und Lesegerät.

Der Alarm „Signalverlust“ informiert Sie, wenn zwischen Sensor und Lesegerät länger als 20 Minuten keine Verbindung besteht oder sobald Ihr Lesegerät weiter als 10 Meter\* vom Sensor entfernt ist.

Ihre Werte werden jedoch **immer vollständig angezeigt**, da der Sensor die Messwerte speichert.<sup>13</sup> Darüber hinaus kann es vorkommen, dass Ihr FreeStyle Libre 3 Lesegerät **kurzzeitig keine Zuckerwerte empfangen** kann, z. B. in einer Sauna wegen hoher Temperaturen. Es kann **einige Minuten** dauern, bis das Signal wieder aufgebaut ist.

**Mehr als 10 Meter\*  
mehr als 20 Minuten**

**Wenn Sie weiter als 10 Meter von Ihrem Lesegerät entfernt sind:**  
Verringern Sie den Abstand, um die Verbindung erneut aufzubauen.

**Wenn Ihr Lesegerät länger als 20 Minuten keine Verbindung zum Sensor hat:**  
Prüfen Sie, ob sich zwischen Ihnen und dem Lesegerät massive Gegenstände befinden\* und drücken Sie den gelben Home-Button.

**Ihr Lesegerät kann die Glukose-Alarme<sup>19</sup> aus bis zu 10 Metern Entfernung empfangen\*.** Der Alarm bei Signalverlust wird automatisch aktiviert, sobald ein Glukose-Alarm zum ersten Mal eingeschaltet wird. Sie können den Alarm für Signalverlust jederzeit aus- und wieder einschalten.

\*Physische Gegenstände, wie z. B. eine Wand, könnten die Datenverbindung beeinträchtigen. Der Sensor misst und speichert jedoch weiterhin Zuckerdaten für bis zu 15 Tage<sup>10</sup>.

# Ihr FreeStyle Libre 3 Lesegerät kann auch Blutzucker und Blutketone messen.

## Das FreeStyle Libre 3 Lesegerät kann Ihre Zuckerwerte in Echtzeit<sup>11</sup> anzeigen und Ihren Blutzucker oder Ihre Blutketone messen.

Verwenden Sie dazu FreeStyle Precision Blutzucker-Teststreifen oder FreeStyle Precision  $\beta$ -Keton-Teststreifen.

**Machen Sie immer einen zusätzlichen Blutzuckertest, wenn Ihre Gewebezuckerwerte nicht mit Ihrem Befinden übereinstimmen.<sup>9</sup>**

**Vergleichen Sie genau dann, wenn die Zuckerwerte am stabilsten sind,** z. B. nach dem Aufstehen und vor dem Frühstück. Achten Sie darauf, dass der Trendpfeil dabei waagrecht ist.

**FreeStyle Precision Blutzucker-Teststreifen**  
100 Stk. PZN: 06905357;  
50 Stk. PZN: 06905334

**FreeStyle Precision  $\beta$ -Keton-Teststreifen**  
10 Stk. PZN: 06905386

Das Lesegerät

Die digitalen Lösungen unterstützen Sie täglich im Umgang mit Diabetes.



Schauen Sie sich unsere Videos rund um das digitale Diabetesmanagement an:



QR-Code scannen oder unter:

[www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklavideos](http://www.FreeStyleLibre.de/hilfe/freestyle-libre-3-erklavideos)

**Hinweis:** Im Erklärvideo sehen Sie einen anderen Sensor. Die Vorgehensweise zum Einrichten der App mit dem FreeStyle Libre Select Sensor ist jedoch gleich.



**AUSFÜHRLICHE  
INFORMATIONEN FINDEN SIE  
IN DER BROSCHÜRE „IHRE  
DIGITALEN LÖSUNGEN“.**



# Teilen<sup>27,28</sup> Sie Ihre Zuckerwerte mit Ihrer Praxis – einfach und sicher<sup>29</sup>.



Teilen Sie mit LibreView<sup>30</sup> Ihre vollständigen<sup>13</sup> Zuckerdaten in übersichtlichen Berichten.

Mithilfe dieser Berichte kann Ihr Diabetesteam besser individuelle Therapieentscheidungen treffen.



## Sehen Sie mit nur drei einfachen Schritten Ihre Zuckerwerte in anschaulichen Berichten ein:

- 1 Geben Sie [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com) in Ihren Webbrowser ein.
- 2 Geben Sie Ihre **Login-Daten aus der FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup>** ein. Falls Sie in der App kein Konto eröffnet haben und noch kein LibreView<sup>30</sup>-Konto besitzen, registrieren Sie sich neu. **Hinweis: Ihre Login-Daten für LibreView und für die FreeStyle Libre 3 App sind identisch.**

- 3 Klicken Sie auf und im Anschluss darauf auf um Ihre **Zuckerberichte einzusehen.**



### BESSERE ÜBERSICHT

Ihre Zuckerdaten werden automatisch und sicher in LibreView hochgeladen<sup>27,28</sup> und in verständlichen Berichten und Analysen anschaulich aufbereitet.



### HOHE DATENSCHUTZSTANDARDS<sup>29</sup>

Bei LibreView behalten Sie überall und jederzeit<sup>27,28</sup> die Kontrolle über Ihre Daten: Sie bestimmen, welche Praxen Zugriff haben. LibreView speichert Ihre Daten unter Einhaltung höchster Sicherheitsstandards, ausschließlich verschlüsselt auf Servern innerhalb Deutschlands.



### IMMER AKTUELL

LibreView wird stetig weiterentwickelt und aktualisiert, um Ihnen einen noch besseren Service zu bieten.

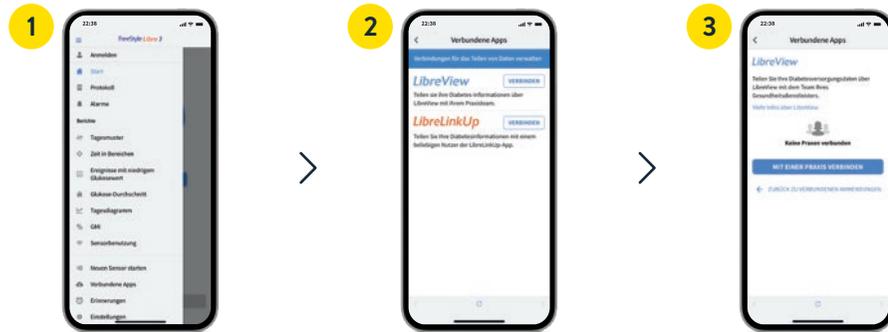


Kostenlose Registrierung unter [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com)

# So verbinden Sie Ihre FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> ganz einfach mit Ihrer Praxis.

## OPTION 1:

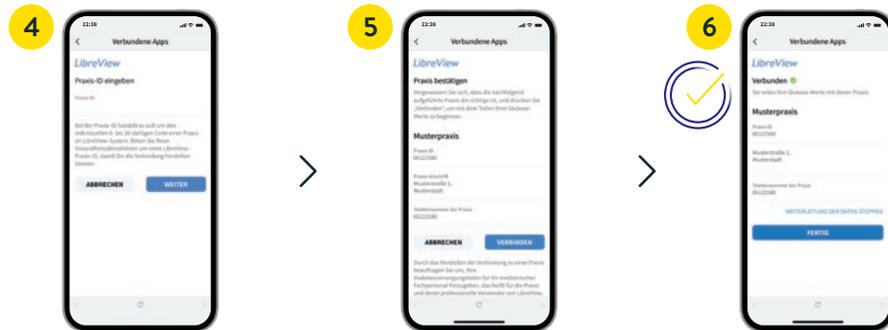
**Starten Sie das Teilen<sup>27,28</sup> Ihrer Zuckerdaten mit der FreeStyle Libre 3 App.**  
 Bitten Sie Ihre Praxis um die LibreView<sup>30</sup> Praxis-ID<sup>31</sup> und notieren Sie diese auf der letzten Seite. Tragen Sie die Praxis-ID in der FreeStyle Libre 3 App ein.



1 Tippen Sie auf „Menü“ und gehen Sie auf „Verbundene Apps“.

2 Wählen Sie „LibreView“ aus.

3 Tippen Sie auf „Mit einer Praxis verbinden“.



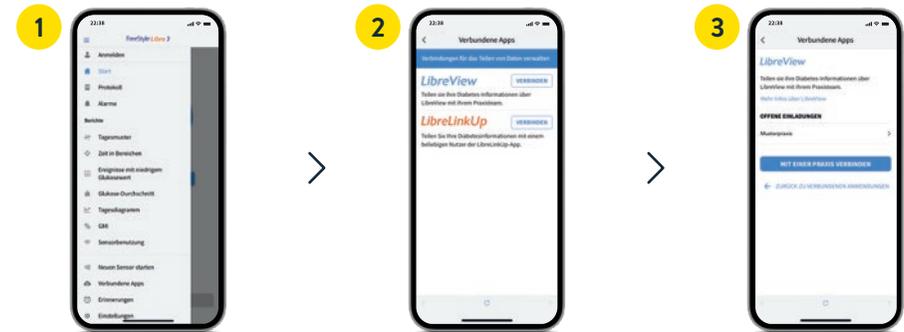
4 Geben Sie die Praxis-ID ein und tippen Sie danach auf „Weiter“.

5 Prüfen Sie die Kontaktinformationen Ihrer Praxis und wählen Sie „Verbinden“.

6 **Geschafft!** Sie sind jetzt mit Ihrer Praxis verbunden.

## OPTION 2:

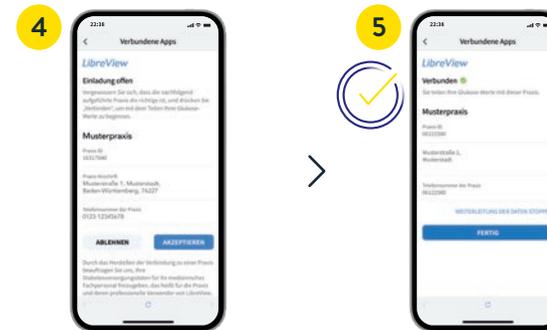
**Ihre Praxis sendet Ihnen eine Einladung zum Teilen<sup>27,28</sup> Ihrer Zuckerdaten.**  
 Ihre behandelnde Praxis kann Ihnen eine Einladung senden, damit Sie Ihre Zuckerwerte teilen können. Akzeptieren Sie die Praxiseinladung direkt in der App<sup>6</sup> oder in der Einladungs-E-Mail.



1 Tippen Sie auf „Menü“ und gehen Sie auf „Verbundene Apps“.

2 Wählen Sie „LibreView“<sup>30</sup> aus.

3 Tippen Sie auf die Praxis unter „Offene Einladungen“.



4 Prüfen Sie die Kontaktinformationen Ihrer Praxis und tippen Sie auf „Akzeptieren“, um die Einladung anzunehmen.

5 **Geschafft!** Sie sind jetzt mit Ihrer Praxis verbunden.

# Werte über LibreView<sup>30</sup> übertragen<sup>27</sup> – für eine sichere Datenspeicherung<sup>29</sup>.

## 1 LIBREVIEW-KONTO ANLEGEN

- Geben Sie [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com) in Ihren Browser ein, klicken Sie auf „Registrieren“ und wählen Sie die obere Box „LibreView Konto“ aus.
- Nun werden Sie durch den Registrierungsprozess geführt. Während des Prozesses erhalten Sie eine E-Mail, in der Sie aufgefordert werden, Ihre E-Mail-Adresse zu bestätigen. Richten Sie anschließend die 2-Faktor-Authentifizierung ein.
- Anschließend können Sie LibreView kennenlernen und gelangen zu Ihrem Profil.

## 2 EINMALIG GERÄTETREIBER INSTALLIEREN

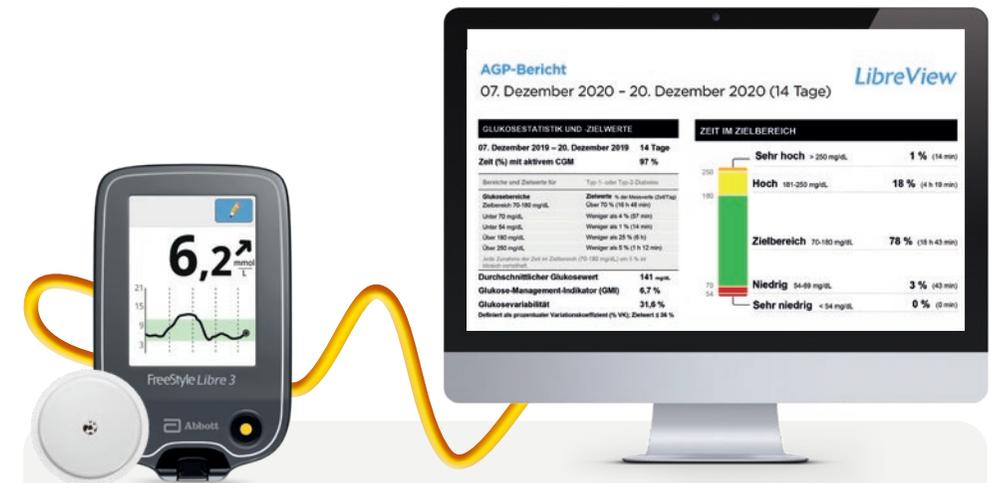
Damit Ihr Computer das Lesegerät erkennt, ist die Installation des LibreView Gerätetreibers notwendig. Den **Link zum Download** finden Sie in Ihrem LibreView-Konto.\*

## 3 DATEN MITTELS KABEL ÜBERTRAGEN UND MIT DER PRAXIS VERBINDEN

- Schließen Sie Ihr Lesegerät über das mitgelieferte Kabel an Ihren Computer an.
- Um Glukose-Berichte hochzuladen, klicken Sie zuerst auf das Lesegerät Symbol oben links und dann auf die Schaltfläche „**Hier drücken, um Patientendaten hochzuladen**“. Um alle Berichte einsehen zu können, klicken Sie anschließend auf die Schaltfläche „**Glukose-Berichte**“.
- Um die Daten mit Ihrer Praxis zu teilen, müssen Sie: auf das Einstellungsmenü klicken > auf „**Kontoeinstellungen**“ klicken > auf „**Meine Praxen**“ klicken > die Praxis-ID<sup>31</sup> Ihrer Praxis eingeben > „**Hinzufügen**“ anklicken.

\*Für die Installation der Treiber werden Administratorrechte benötigt.

Mit dem FreeStyle Libre 3 Lesegerät können Sie Ihre vollständigen<sup>13</sup> Zuckerdaten ausschließlich mit LibreView<sup>30</sup> auslesen.



**Hinweis:** Ihr medizinisches Beratungsteam kann Ihre Daten auch ohne Ihre Registrierung auslesen. Allerdings werden diese Daten nicht dauerhaft gespeichert und können keinem Patientenprofil zugeordnet werden.



Weitere Informationen zu LibreView sowie ein hilfreiches Erklärvideo zum Herstellen der Verbindung mit Ihrem Lesegerät finden Sie über den QR-Code oder unter: [www.FreeStyleLibre.de/produkte/libreview.html](http://www.FreeStyleLibre.de/produkte/libreview.html)

# Zuckerwerte mit Ihren Liebsten teilen – für mehr Sicherheit aus der Ferne.<sup>3,4,27,28,32</sup>

## LibreLinkUp

Mithilfe der LibreLinkUp App<sup>33</sup> können Ihre Liebsten Zuckerwerte und Alarmer<sup>19,34</sup> aus der Ferne mitverfolgen<sup>27,28</sup>. So erfahren Sie mehr Sicherheit<sup>3,4</sup> und erhalten zusätzliche Unterstützung beim Umgang mit Ihrem Diabetes.<sup>32</sup>

### VORTEILE VON LIBRELINKUP FÜR SIE UND IHRE LIEBSTEN



Ihre Zuckerwerte, Trendpfeile und Alarmer werden nach einmaliger Freigabe automatisch aus der FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> weitergeleitet<sup>27,28</sup>.



Ihre Angehörigen können über die Verlaufskurve streichen, um die einzelnen Werte zu sehen.



Mehr Gelassenheit bei Tag und Nacht durch individuell einstellbare Alarmer<sup>34</sup> – für schnelleres Handeln in Notfällen.



Anzeige Ihres Zuckerverlaufs mit den Werten der letzten 12 Stunden – ohne Datenlücken.

### LIBRELINKUP APP KOSTENLOS HERUNTERLADEN:



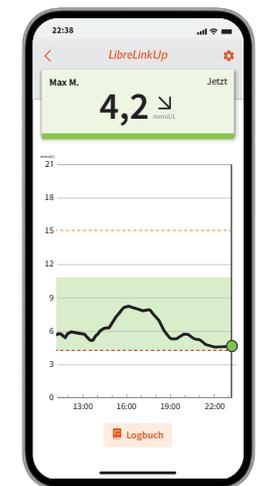
# LibreLinkUp<sup>33</sup> ist nur mit der FreeStyle Libre 3 App<sup>6</sup> nutzbar.

### Das sollten Sie tun:

- 1 Öffnen Sie Ihre FreeStyle Libre 3 App.
- 2 Wählen Sie im App-Menü „**Verbundene Apps**“.
- 3 Wählen Sie „**Verbinden**“ im Bereich LibreLinkUp.
- 4 Fügen Sie Vor- und Nachname sowie die E-Mail-Adresse der Person hinzu, mit der Sie Ihre Zuckerwerte teilen<sup>27,28</sup> möchten.
- 5 Bestätigen Sie mit „**Hinzufügen**“. Die eingeladene Person muss Ihre Einladung annehmen, bevor Ihre Zuckerwerte freigegeben werden.<sup>32</sup>

### Das sollten Ihre Liebsten tun:

- 1 Laden Sie die LibreLinkUp App herunter.
- 2 Wählen Sie im App-Menü „**Erste Schritte**“, dann „**Konto erstellen**“.
- 3 Folgen Sie den angezeigten Schritten in der App und erstellen Sie ein LibreView<sup>30</sup>-Konto.
- 4 Nehmen Sie die angezeigte Einladung an.<sup>32</sup>
- 5 Sie erhalten ab sofort die Zuckerwerte Ihrer vertrauten Person.<sup>27,28</sup>



# Ihr treuer Begleiter im Alltag mit Diabetes.



## IHRE PLATTFORM, DIE DIABETES UND LIFESTYLE VEREINT

Tauchen Sie ein in die Welt von FreeStyle plus Ich<sup>35</sup> und entdecken Sie spannende Beiträge zu Diabetes und Lifestyle, interaktive E-Learnings und einen exklusiven Prämienshop.



### Sie suchen mehr Unterstützung für Ihren Alltag mit Diabetes?

Entdecken Sie das **Magazin** mit vielen nützlichen Artikeln und interessanten Videos rund um Lifestyle und Diabetes.



### Sie wollen alles aus Ihrem FreeStyle Libre Messsystem rausholen?

Lernen Sie in ausführlichen und interaktiven **E-Learnings** alle Funktionen und Vorteile Ihres Messsystems in Ihrem eigenen Tempo kennen.



### Sie wollen direkt für Ihre Fortschritte belohnt werden?

Ihre verdienten Punkte werden in Ihrem Konto gespeichert und Sie können sie im **Prämienshop** gegen tolle Prämien eintauschen.

# Digitale Lebensstilberatung mit FreeStyle Libre Select und DiGAs.

Mit FreeStyle Libre Select Sensoren erhalten Sie Ihre Zuckerwerte jede einzelne Minute<sup>11</sup> mit ausgezeichneter Messgenauigkeit<sup>5</sup> und können auf Basis dieser Werte über digitale Gesundheitsanwendungen (DiGAs) individuelle Empfehlungen erhalten.



## FREESTYLE LIBRE SELECT SENSOR

Der Sensor misst Ihre Zuckerwerte jede einzelne Minute.

## IHRE DIGA

Der Sensor sendet Ihre aktuellen Zuckerwerte rund um die Uhr<sup>13</sup> an Ihre DiGA.

## INDIVIDUELLE BEGLEITUNG

Sie bekommen individuelle Tipps und Ziele für Ihren Lebensstil vorgeschlagen.

MELDEN SIE SICH KOSTENLOS AN  
UNTER: [MEIN.FREESTYLE.DE](https://www.mein.freestyle.de)



## FreeStyle Libre Select Sensoren können mit folgenden DiGA Partnern genutzt werden:



Damit Sie im Umgang mit Diabetes mehr Erfolg und kontinuierliche Fortschritte erzielen können, schließen wir Partnerschaften. Scannen Sie den QR-Code und erfahren Sie mehr über Partnerschaften mit FreeStyle Libre oder unter:

[www.FreeStyleLibre.de/kooperationen](https://www.FreeStyleLibre.de/kooperationen)



**Tipp:** Besprechen Sie bei Ihrem nächsten Praxisbesuch, ob eine DiGA in Kombination mit einem FreeStyle Libre Sensor für Sie in Frage kommt.

# Rezept einreichen für gesetzlich Versicherte.

Starten Sie Ihre Kostenübernahme<sup>36</sup> im Internet unter [www.FreeStyleLibre.de](http://www.FreeStyleLibre.de)



**Senden Sie Ihr erstes Rezept und alle Folgerezepte an:**

 **FreeStyle Rezept-Service**  
Postfach 1222  
15202 Frankfurt (Oder)

Wir übernehmen den Antrag auf Kostenübernahme bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse für Sie.

Bitte denken Sie daran, Ihr Folgerezept **4-6 Wochen** vor Ablauf Ihres aktuellen Genehmigungszeitraums einzureichen.

 Den aktuellen Status Ihrer Bestellung können Sie rund um die Uhr kostenfrei abfragen unter:  
**0800 – 22 00 33 2**

Sollten Sie keinen Internetzugang haben, fragen Sie in Ihrer Praxis nach den Bestellunterlagen oder rufen Sie uns an unter:

 **0800 – 519 9 519\***

\*Montag bis Freitag erreichbar von 8:00 bis 18:00 Uhr. Kostenlos aus dem deutschen Festnetz sowie dem deutschen Mobilfunknetz im Inland.

# Hilfreiche Tipps, damit Ihr FreeStyle Libre Select Sensor besser haftet:



## SCHÖN VORSICHTIG

Achten Sie stets darauf, mit dem Sensor nicht an Türrahmen, Autotüren, Sicherheitsgurten oder Möbelkanten hängen zu bleiben.



## SCHÖN LANGSAM

Passen Sie beim An- und Ausziehen auf, dass Ihre Kleidung sich nicht am Sensor verfängt.



## FINGER WEG

Achten Sie darauf, nicht am Sensor herumzuspielen, zu ziehen oder ihn anderweitig zu berühren, während Sie ihn tragen.



## TROCKENTUPFEN

Achten Sie beim Abtrocknen nach dem Duschen oder Schwimmen sorgfältig darauf, nicht am Sensor hängen zu bleiben und ihn abzureißen.



## LOCKERES OUTFIT

Geben Sie Ihrem Sensor Platz und Luft, indem Sie lockere Kleidung aus leichten Materialien tragen.



## KONTAKTSPIELSPORTARTEN UND INTENSIVE SPORTLICHE AKTIVITÄT

Wählen Sie die Stelle an der Rückseite des Oberarms sorgfältig aus, um die Gefahr des Abreißen möglichst gering zu halten. Schützen Sie den Sensor gegebenenfalls mit einem Pflaster, Verband oder Tape.<sup>16</sup> Achten Sie dabei darauf, dass das Loch des Sensors nicht bedeckt wird.



# Besprechen Sie Ihre wichtigsten Daten gemeinsam mit Ihrem Diabetesteam.

## Meine Login-Daten für die App<sup>6</sup> und LibreView<sup>30</sup>

Notieren Sie sich hier die verwendete E-Mail-Adresse sowie Ihr Passwort. Ihre Login-Daten für die FreeStyle Libre 3 App und LibreView sind identisch.

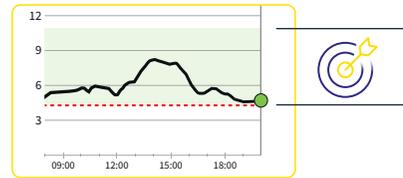
## FreeStyle Libre 3 App kostenlos heruntergeladen:



## Mein Zucker-Zielbereich

Tragen Sie hier Ihren persönlichen Zucker-Zielbereich, nach Rücksprache mit Ihrem Diabetesteam, ein.

**Hinweis:** Ihr individueller Zucker-Zielbereich entspricht nicht Ihren Alarmgrenzwerten.<sup>19</sup>

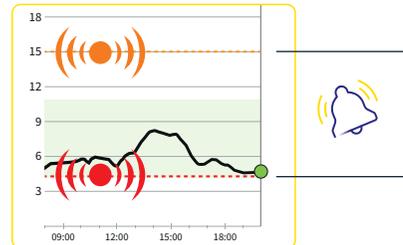


## Meine Alarmgrenzwerte

Tragen Sie hier Ihre persönlichen Alarmgrenzwerte nach Rücksprache mit Ihrem Diabetesteam ein:

Bei hohem Zuckerwert:

Bei niedrigem Zuckerwert:



## Praxis-ID<sup>31</sup> meiner Praxis

Die Praxis-ID erhalten Sie von Ihrer Praxis.

## Kostenlose Registrierung unter: [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com)



# Reklamieren Sie Ihren Sensor ganz einfach über das Onlineformular.

Sollte es einmal vorkommen, dass etwas mit Ihrem Sensor nicht wie erwartet funktioniert, stehen wir Ihnen gerne jederzeit online zur Seite.



Wir sind online 24 Stunden am Tag für Sie da. Scannen Sie den QR-Code oder besuchen Sie uns unter: [www.FreeStyleLibre.de/reklamation](http://www.FreeStyleLibre.de/reklamation)

Sollten Sie mehr Unterstützung bei Ihrer Sensor-Reklamation benötigen, rufen Sie uns an: **0800 – 519 9 519\***  
Montag bis Freitag erreichbar von 8:00 bis 18:00 Uhr.

\*Kostenlos aus dem deutschen Festnetz sowie dem deutschen Mobilfunknetz im Inland  
1. Yaron et al. Diabetes Care 2019; 42 (7): 1178-1184. 2. Fokkert M. et al., BMJ Open Diab Res Care.2019. 3. Haak T et al. Diabetes Therapy. 2017; 8 (1): 55-73. 4. Bolinder J et al. The Lancet. 2016; 388 (10057): 2254-2263. 5. Daten liegen vor. Abbott Diabetes Care. 6. Die FreeStyle Libre 3 App ist nur mit bestimmten Mobilgeräten und Betriebssystemen kompatibel. Bevor Sie die App nutzen möchten, besuchen Sie bitte die Webseite [www.FreeStyleLibre.de](http://www.FreeStyleLibre.de), um mehr Informationen zur Gerätekompatibilität zu erhalten. 7. FreeStyle Libre Select Sensoren können entweder mit dem FreeStyle Libre 3 Lesegerät oder mit der FreeStyle Libre 3 App ausgelesen werden. Beide Geräte können nicht parallel verwendet werden. 8. Lang J, et al., [Poster 972]. Diabetes 2019;68(suppl 1). <https://doi.org/10.2337/db19-972-P>. 9. Eine zusätzliche Prüfung der Glukosewerte mittels eines Blutzucker-Messgeräts ist erforderlich, wenn die Symptome nicht mit den Messwerten oder den Alarmen des Systems übereinstimmen. 10. Das Setzen eines Sensors erfordert ein Einführen des Sensorfilaments unter die Haut. Der FreeStyle Libre Select Sensor kann bis zu 15 Tage lang getragen werden. 11. Der Sensor ist 60 Minuten nach der Aktivierung für die Glukosemessung bereit. 12. Unger, J. Postgraduate Medicine (2020): <https://doi.org/10.1080/00325481.2020.1744393>. 13. Für ein vollständiges glykämisches Profil muss der FreeStyle Libre Select Sensor alle 15 Tage ersetzt werden. 14. Der Sensor ist in bis zu 1 m Wassertiefe für die Dauer von bis zu 30 Minuten wasserfest. 15. AGP-Fibel Ernährung: S11. 16. Verband oder Tape zur Fixierung muss bei der Sensoranbringung angebracht werden, das Loch des Sensors darf dabei nicht bedeckt werden. 17. Achtung: Drücken Sie den Sensorapplikator ERST DANN auf die Haut, wenn er sich über der vorbereiteten Stelle befindet, um eine versehentlich falsche Platzierung oder Verletzung zu vermeiden. 18. Hinweis: Wenn Sie den Sensor anbringen, kann es zu Blutergüssen oder Blutungen kommen. Nehmen Sie den Sensor ab, wenn die Blutung anhält, und bringen Sie an einer anderen Stelle einen neuen Sensor an. 19. Alarmer sind standardgemäß ausgeschaltet und müssen eingeschaltet werden. 20. Im Vergleich zu Lesegerät-Nutzer:innen. 21. Kao K., Journal of Diabetes Science and Technology. (2021): <https://doi.org/10.1>. 22. Der Alarm bei Signalverlust wird automatisch aktiviert, sobald ein Glukose-Alarm zum ersten Mal eingeschaltet wird. Der Alarm bei Signalverlust kann jederzeit aus- und wieder eingeschaltet werden. 23. Um Alarmer von der FreeStyle Libre 3 App auf Ihre Smartwatch zu erhalten, müssen die Alarmfunktion EINGESCHALTET, das Handy mit der Smartwatch verbunden und beide Geräte zum Empfangen von Benachrichtigungen zur Bereitstellung von Benachrichtigungen konfiguriert sein. 24. Kompatible Smartwatches sind solche, die die Benachrichtigungsspiegelung unterstützen. Bitte besuchen Sie [www.FreeStyleLibre.de](http://www.FreeStyleLibre.de), um mehr zur Kompatibilität von Smartwatches zu erfahren. 25. Battelino, T., et al. Diabetes Care. 2019; 42(8): 1593-1603. 26. Evans M et al., Diabetes Ther. 2022. <https://doi.org/10.1007/s13300-022-01253-9>. 27. Das Teilen der Glukosedaten erfordert eine Registrierung bei LibreView. 28. Die Übertragung der Daten zwischen den Apps erfordert eine Internetverbindung. 29. Die LibreView Daten werden in ein virtuelles nicht öffentliches Netzwerk übertragen und auf einer SQL-Server-Datenbank gehostet. Die Daten sind auf Dateiebene verschlüsselt. Die Verschlüsselung und Art der Schlüssel Speicherefunktionen verhindern, dass der Cloud-Hosting-Anbieter (Amazon Web Services) die Daten einsehen kann. Bei Nutzung von LibreView in Deutschland werden die Daten auf Servern in Deutschland gehostet. Der Zugang zum jeweiligen Nutzer Account ist passwortgeschützt. 30. LibreView ist eine cloudbasierte Anwendung. Die LibreView Website ist nur mit bestimmten Betriebssystemen und Browsern kompatibel. Weitere Informationen finden Sie unter [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com). 31. Bei der Praxis-ID handelt es sich um einen eindeutigen 8- bis 16-stelligen Code. Dieser Code wird erzeugt, sobald Ihr ärztliches Fachpersonal bzw. eine Person aus dem Praxisteam die Praxisfunktion des LibreView-Fachkreise-Kontos aktiviert. Wenn die LibreView Praxis-ID nicht bekannt ist, kann diese nach Anmeldung im LibreView-Fachkreise-Konto im Bereich der Praxis-Informationen abgefragt werden. 32. Es besteht die Möglichkeit, die LibreLinkUp Einladung anzunehmen und damit Benachrichtigungen und Warnhinweise zu erhalten oder diese abzulehnen. Eine Entscheidung hierüber sollten Sie basierend auf Ihren Kenntnissen und Erfahrungen treffen, bei dem Erhalt eines zu hohen oder zu niedrigen Glukosewerts angemessen reagieren zu können. 33. Die Nutzung von LibreLinkUp erfordert eine Registrierung bei LibreView. 34. Glukose-Alarme von verbundenen Nutzern werden an die LibreLinkUp App übertragen, wenn Alarmer in der FreeStyle Libre 3 App aktiviert sind. 35. FreeStyle plus Ich ersetzt nicht die therapeutische Beratung durch das Diabetes-Team. 36. Die Entscheidung einer Krankenkasse zur Kostenübernahme eines FreeStyle Libre Messsystems ist eine Einzelfallentscheidung. Eine Krankenkasse kann die Kostenübernahme auch ablehnen, sofern die Voraussetzungen für die Kostenübernahme im Einzelfall nicht erfüllt sind.

# Sie haben Fragen zum FreeStyle Libre Select Messsystem?

Dann rufen Sie uns an:



0800 – 519 9 519\*

Oder informieren Sie sich unter:



[www.FreeStyleLibre.de](http://www.FreeStyleLibre.de)

Besuchen Sie uns außerdem auf:

[www.facebook.com/FreeStyleDeutschland](https://www.facebook.com/FreeStyleDeutschland)

[www.youtube.com/FreeStyleDeutschland](https://www.youtube.com/FreeStyleDeutschland)



 FreeStyle  
**Libre**  
SELECT

  
Abbott

\*Montag bis Freitag erreichbar von 8:00 bis 18:00 Uhr. Kostenlos aus dem deutschen Festnetz sowie dem deutschen Mobilfunknetz im Inland. Bei den hier gezeigten Bildern handelt es sich um Agenturfotos, die mit Models gestellt wurden. Glukosedaten dienen zur Illustration, keine echten Patientendaten.

Das Lesegerät oder die Apps der FreeStyle Libre Messsysteme sind sowohl in mg/dL als auch mmol/L erhältlich. Ein Sensor kann nur mit dem FreeStyle Libre 3 Lesegerät oder der App aktiviert und genutzt werden. Ein Wechsel nach der Aktivierung des Sensors ist nicht möglich. Die LibreLinkUp App zeigt die Glukosewerte in der Maßeinheit des verknüpften FreeStyle Libre 3 App Profils an. Das Sensorgehäuse, FreeStyle, Libre und damit verbundene Markennamen sind Marken von Abbott. Sonstige Markennamen und Logos sind Eigentum der jeweiligen Hersteller.

© 2024 Abbott | ADC-99331 v1.0 | Star Publishing