

mySugr Companion 2.4

Benutzerhandbuch 007

23. Januar 2014

Einführung

[Was ist der mySugr Companion?](#)

[Wen und was will der mySugr Companion erreichen?](#)

[Auf welchen Geräten kann ich den mySugr Companion verwenden?](#)

[Installationsanweisung für iOS Geräte](#)

[Push Nachrichten](#)

[Deinstallation](#)

[Updates](#)

[Wieviel kostet der mySugr Companion?](#)

Bedienung

Erste Schritte

[Schritt 1: Account anlegen](#)

[Schritt 2: Therapieeinstellungen und allgemeine Einstellungen vornehmen](#)

[Therapieeinstellungen](#)

[Basal-Einstellungen \(nur Companion Pro\)](#)

[Logbuch-Reihenfolge anpassen \(nur Companion Pro\)](#)

[Soundeffekte](#)

[Fotobibliothek verwenden](#)

[Fotos verbessern \(Companion Pro\)](#)

[Schritt 3 : mit dem Dashboard vertraut machen](#)

[Schritt 4: Neue Einträge vornehmen](#)

Eintrag vornehmen

[Datum/Uhrzeit](#)

[Ort](#)

[Foto \(nur Companion Pro\)](#)

[Zucker](#)

[Nahrung](#)

[Bolus](#)

[Temp Basal \(Pumpe\)](#)

[Aktivität](#)

[Notizen](#)

[Tags](#)

[Punkte sammeln](#)

[Punkteverteilung:](#)

[Einträge editieren](#)

[Einträge löschen](#)

[Einträge analysieren über "Einträge"](#)

[Einträge anpassen \(nur Companion Pro\)](#)

[Einträge suchen \(nur Companion Pro\)](#)

[Beispiel](#)

[Challenges](#)

[Eine Challenge teilen](#)

[Den mySugr Companion empfehlen](#)

[Datenexport \(PDF, MS Excel \(beide nur Companion Pro\) & CSV,\)](#)

[Profil](#)

[Persönliche Informationen](#)

[Passwort ändern](#)

[Erklärung der Icons und Farben](#)

[Home Screen](#)

[Side Menü](#)

[Tags](#)

[Farben](#)

[Warnhinweise](#)

[Der mySugr Companion darf nicht allorts verwendet werden](#)

[Eingeschränkte Nutzung](#)

[Der mySugr Companion ersetzt nicht den Besuch beim Arzt](#)

[Fehlerbehebung/ Support](#)

[Datensicherheit](#)

[Informationen zum Hersteller](#)

Einführung

Was ist der mySugr Companion?

Der Companion ist ein charmanter, aber auch mal frecher Diabetes Manager.

Ähnlich einem analogen Tagebuch, kannst du Blutzucker und viele weitere wichtige Diabetes-Daten digital auf dem Smartphone dokumentieren – so hast du die Diabetes-Daten ständig dabei.

Neben den Blutzuckerwerten lassen sich zum Beispiel die Insulinmenge, körperliche Aktivitäten, die Menge der Kohlenhydrate und verschiedene Situationen, wie Gemütszustand oder die Art der Mahlzeit dokumentieren. Sogar Fotos (Companion Pro) von deinen Mahlzeiten kannst du machen.

Der Alltag mit Diabetes ist oft anstrengend und birgt viele Hürden für Diabetiker. Der Companion soll dabei helfen, den meist aufwendigen Therapiealltag zu vereinfachen und den Umgang mit Diabetes zu erleichtern.

Die App bietet einen ständigen Überblick über den Blutzuckerdurchschnitt und zeigt im Graphen den Verlauf der Blutzuckerkurve. Dadurch können Rückschlüsse auf die Therapie gezogen, und diese bei Bedarf angepasst werden. Die Such-Funktion (Companion Pro) ermöglicht ein schnelles Auffinden der gespeicherten Daten und eine Übersicht darüber, wie sich dein Blutzucker bei bestimmten Situationen, Aktivitäten oder Mahlzeiten verhalten hat. Die Erkenntnisse daraus kannst du später bei ähnlichen Begebenheiten anwenden und so deine Therapie optimieren.

Die mySugr Companion ist ein anerkanntes medizinisches Produkt, das bedeutet sie ist medizinisch zertifiziert und trägt das CE-Kennzeichen (Medizinprodukte-Richtlinie 93/42/EWG).

Unser Produkt besitzt keine Schnittstelle zu anderen Geräten, das bedeutet es gibt keine direkte Kombinationsmöglichkeit. Selbstverständlich kannst und musst du aber weiterhin dein Blutzuckermessgerät, Insulinpumpe, Pen etc. verwenden, die Nutzung der App ist völlig unabhängig von anderen Produkten.

Wen und was will der mySugr Companion erreichen?

Der Companion wurde speziell für Typ-1 Diabetiker/innen entwickelt, die

- Älter als 18 Jahre sind
- Geübt im Umgang mit digitaler Technologie sind
- Ein iPhone 3GS, 4, 4S oder 5 als ihr Eigen nennen können
- Einen gültigen Vertrag mit dem Netzbetreiber ihres Vertrauens haben
- Einen gültigen Account im Apple App Store besitzen und ein App-Download keine Schwierigkeiten bereitet
- Eine gültige Kreditkarte besitzen, oder in der Lage sind eine andere Zahlungsmethode anzuwenden, die im Apple App Store akzeptiert wird

Der Companion soll allen Nutzern einen Therapie-Mehrwert bieten und die Diabetes-Therapie

optimieren. Im medizinischen Fachjargon nennt man das „die Compliance erhöhen“. Das funktioniert nur, wenn man sich aktiv und intensiv mit seinen Diabetes-Daten auseinandersetzt.

Damit dies nicht langweilig wird, und man die Motivation nicht verliert, hat mySugr spielerische Elemente in den Companion eingebaut, die dazu motivieren sollen, sich aktiv um seinen Diabetes zu kümmern. Außerdem bekommt man zu jedem Eintrag ein Feedback. Wichtig ist, dass so viele Daten wie möglich eingetragen werden und du ehrlich zu dir selber bist. Nur so sind die Daten wirklich nutzbar. Verfälschte Werte helfen dir nicht weiter.

Mit dem mySugr Companion soll die mühsame Diabetes-Therapie nicht mehr lästig sein, sondern einfacher werden und auch Spaß machen.

Der Companion bietet dir:

- einfaches, schnelles Notieren
- clevere Suche (Companion Pro)
- praktische Datenanalyse
- schicke, übersichtliche Graphen
- nützliche und hilfreiche Foto-Funktion (Companion Pro)
- spannende Challenges
- fette PDF Reports (Companion Pro)
- motivierendes Feedback
- praktischen Blutzucker-Reminder (Companion Pro)
- Social Sharing Funktion
- Daten-Synchronisation zwischen mehreren Geräten (Companion Pro)
- echtes Medizinprodukt

Auf welchen Geräten kann ich den mySugr Companion verwenden?

Der Companion lässt sich auf dem iPhone 3GS, 4, 4S und dem iPhone 5 und Android Smartphones verwenden. Voraussetzung bei Apple Geräten ist iOS 5.0 oder höher.

Installationsanweisung für iOS Geräte

Nachdem du im Apple App Store die mySugr Companion App gefunden hast, klickst du diese an, um die Details zu öffnen. Danach drückst den Button „Gratis“ und dann „Installieren“.

Nach der App Store Authentifizierung beginnt der Ladevorgang.

Das Companion Icon erscheint dabei ausgegraut auf dem iPhone, der Fortschritt des Installationsvorgangs wird durch einen Ladebalken angezeigt. Sobald der Ladevorgang beendet ist, verschwindet der Balken und das Icon ist in voller Farbpracht sichtbar. Die mySugr App ist nun vollständig installiert.

Push Nachrichten

Wenn du App installiert hast, wirst du gefragt ob mySugr dir Push Nachrichten schicken darf. Push Nachrichten sind kleine Mitteilungen, wie zum Beispiel die Meldung darüber, dass du eine Challenge erfolgreich absolviert hast.

Deinstallation

Möchtest du den Companion nicht weiter nutzen, kannst du die App in wenigen Schritten ganz einfach von deinem iPhone verbannen. Dazu hältst du das das Icon der App so lange gedrückt, bis das Icon anfängt sich zu bewegen und in der linken Ecke der App ein kleines Kreuz erscheint, mit dem du die App von deinem Telefon entfernst. Klickst du auf das Kreuz, wirst du noch einmal gefragt, ob du die mySugr Companion App wirklich löschen möchtest. Du kannst entweder mit „Löschen“ oder „Abbrechen“ bestätigen.

Updates

Updates erfolgen in unregelmäßigen Abständen, meist dann, wenn es neue geniale Funktionen gibt. Wenn eine neue Version vom Companion vorhanden ist, wirst du automatisch vom Apple App Store informiert. Updates werden auf deinem iPhone in der App Store App in einem kleinen roten Kreis mit einer Zahl angezeigt, Die Zahl ist abhängig von der Menge, wie viele neue Versionen für deine geladenen Apps vorhanden sind. Unter diesen Updates klickst du dann einfach auf den mySugr Companion. Nun siehst Du auch gleich, was das neue Update beinhaltet. Um die neue Version zu installieren, drückst du den „Update“ Button rechts neben dem Companion Icon. Wie bereits bei der Installation der App, erscheint auch bei einem Update ein Ladebalken, der den Ladefortschritt anzeigt. Das Update ist vollständig abgeschlossen, wenn der Ladebalken verschwunden ist. Updates können jederzeit installiert werden.

Wieviel kostet der mySugr Companion?

Es gibt 2 Varianten der Companion App:

Der **Companion Basic** ist ein voll funktionsfähiges Produkt und besitzt die wichtigsten Funktionen, die du benötigst, um deinen Diabetes-Alltag zu meistern. Völlig kostenlos.

Der **Companion Pro** ist auf Flexibilität und unlimitierte Nutzung optimiert. Neben nützlichen Extra-Funktionen, kannst du den Companion noch ausgiebiger und intensiver nutzen, und deinem Diabetes-Monster so richtig in den Hintern treten. Den Companion Pro kannst du entweder als In-App Purchase einmalig kaufen, oder tageweise durch Challenges freispielen.


Mehr Infos zu den Companion Pro Funktionen findest du auf unserer Webseite www.mysugr.com

Bedienung

Erste Schritte

Sobald du die mySugr Companion App auf deinem Smartphone installiert hast, kann es auch schon losgehen. Zunächst tippst du auf das Companion Icon um die App zu starten.

Schritt 1: Account anlegen



The screenshot displays the registration interface of the mySugr Companion App. At the top, a heart icon contains the text "Sei dabei.". Below this, there are three input fields: "REGION" with the value "EU", "E-MAIL" with the value "E-Mail", and "PASSWORT" with the value "Passwort". A checkbox is present with the text "Ich erkläre mich mit den Allgemeinen Nutzungsbedingungen von mySugr einverstanden. Hier lesen". At the bottom, there is a green button labeled "REGISTRIEREN". The status bar at the top shows "iPod", signal strength, the time "16:31", and a battery icon.

Um den Companion nutzen zu können, musst du dich vorher registrieren. Dies ist nötig, um zum Beispiel später deine Daten exportieren zu können (siehe Reports).

Für die Erstellung deines Accounts sind zwei Dinge erforderlich:

- Eine E-Mail Adresse
- Ein Passwort

Schritt 2: Therapieeinstellungen und allgemeine Einstellungen vornehmen

Therapieeinstellungen



Nachdem du einen Account erstellt hast, ist es wichtig deine Therapiedaten einzutragen. Im Side Menü, zu erreichen vom Dashboard aus über das Symbol links oben in der Ecke oder per Swipe, den

Menüpunkt Einstellungen wählen. Hier kannst du Grundlagen deiner Therapie (Pen, Einheit der Blutzuckermessung usw.), und deine individuellen Blutzucker-Grenzwerte eingeben.

Basal-Einstellungen (nur Companion Pro)

Insulinpumpenträger können ihre Basalrate im Companion hinterlegen. Dazu gehst du im Sidemenü in die Einstellungen und dann unterhalb von deinen Blutzucker-Zieleinstellungen auf "Basaleinstellungen". Du kannst wählen, ob du deine Basalrate auch auf dem Home-Screen im Graph sehen möchtest, und in welchem Takt deine Basalrate wechselt. Du kannst wählen zwischen 30 Minuten oder einer Stunden (Grundeinstellung).

Durch Klick in den gewünschten Zeitabschnitt kannst du deine Einheiten pro Stunden (oder 30 Minuten) eingeben. Die gesamte Basalmenge siehst du ganz oben rechts im Graphen.

Um die Basalrate zu speichern, oben rechts in der Ecke das grüne Häkchen klicken.

Logbuch-Reihenfolge anpassen (nur Companion Pro)

Du kannst die Interface Elemente nach deinen eigenen Bedürfnissen anpassen. So kannst du selber entscheiden, welche Werte die am wichtigsten sind und gern auf den ersten Blick in der Übersicht der Einträge sehen möchtest. Dazu gehst du im Sidemenü in die Einstellungen und dann unterhalb der Blutzucker-Einstellungen auf "Logbuch-Reihenfolge". Um die Reihenfolge zu ändern, schiebst einzelnen Zeilen einfach an die gewünschte Position. Zum Schluss speicherst du den Vorgang mit dem grünen Häkchen oben rechts.

Darüber hinaus kannst du hinterlegen, welches Messgerät, Insulin und Insulinpumpe du nutzt, und wie hoch dein aktueller HbA1c gerade ist.

Soundeffekte

Hier kannst du einstellen, ob du Töne, wie die vom Monster, hören willst oder nicht.

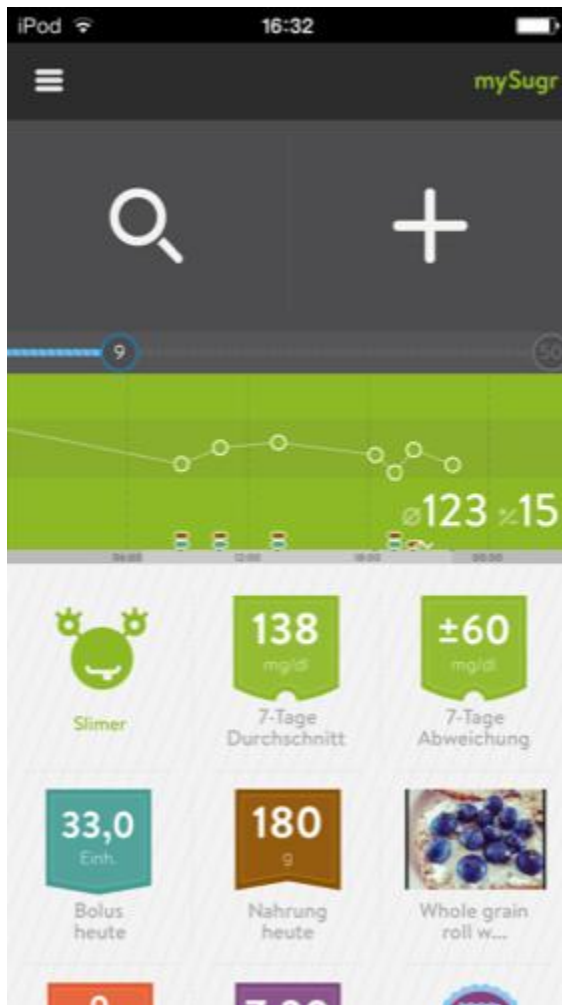
Fotobibliothek verwenden

Hier kannst du einstellen, ob die von dir gemachten Fotos in deiner Fotobibliothek auf dem Telefon gespeichert werden sollen. Das kann hilfreich sein, wenn du öfter die gleichen Sachen isst. So musst du nicht jedes Mal ein neues Foto machen, sondern kannst es aus der Bibliothek wählen.

Fotos verbessern (Companion Pro)

Hier kannst du einstellen, ob der Companion mittels eines fescen Filters deine Fotos ein wenig verschönern soll.

Schritt 3 : mit dem Dashboard vertraut machen



Bevor es richtig losgeht, mache dich am besten vorher mit dem Home Screen bzw. der Übersicht vertraut.

Ganz oben befindet sich links eine **Lupe**, um nach Einträgen zu suchen (Companion Pro) und daneben der **Plus Button** um Einträge vorzunehmen (siehe „Einträge vornehmen“).

Direkt darunter befindet sich ein **Fortschrittsbalken** mit dem aktuell erreichten Punktestand. Punkte erhältst du für jeden Eintrag, Ziel ist es mindestens 50 Punkte am Tag zu bekommen. Der Balken gibt dir also Anhalt darüber, wie gut du dich um deinen Diabetes kümmerst.

Unter dem Fortschrittsbalken befindet sich der **Graph**. Er zeigt dir den Blutzuckerverlauf in einer 24-Stunden Übersicht. Außerdem werden Blutzuckerabweichung, wann du einen Bolus abgeben hast, du etwas gegessen hast und dein Zuckerdurchschnitt des betreffenden Tages angezeigt.

Unter dem Graphen siehst du verschiedene Kacheln. Sie geben Auskunft über

- den Zuckerdurchschnitt der letzten 7 Tage
- die Zuckerabweichung der letzten 7 Tage
- die Dauer deiner Aktivitäten der letzten 7 Tage
- die verabreichte Bolusmenge am Tag
- deine verputzte Nahrung am Tag

- Hypos und Hypers der letzten 7 Tage

Außerdem findest du in der Übersicht einen

- verschiedene Challenge Buttons
- Miniatur Bild deines zu letzt geschossenen Fotos
- uuuuund das Diabetes-Monster

Schritt 4: Neue Einträge vornehmen

Eintrag vornehmen

ZEITPUNKT	22.01.2014 16:33
ORT	Wien
	
BLUTZUCKER	165 mg/dl
NAHRUNG	10 g
	Nahrungsbeschreibung
BOLUS (PUMPE)	1 Einh.
TEMP BASAL	1:00 110 %
AKTIVITÄT	1:- h
	Aktivitätsbeschreibung

Um einen Eintrag vorzunehmen wählst du im Side Menü entweder den Punkt "Neuer Eintrag" oder drückst in der Übersicht direkt den großen Button mit Plus-Symbol (+).

Daten sind für Diabetiker extrem wertvoll. Also trage so viele wie möglich von ihnen gewissenhaft ein. In der Detailübersicht ist Platz für:

- Datum/Uhrzeit
- Ort
- Foto (Companion Pro)
- Blutzucker
- Nahrung
- Bolus
- Temp. Basal (Pumpe) / Basal (Pen)
- Aktivität
- Notizen
- Tags
- Reminder (Companion Pro)

Datum/Uhrzeit

Die Einstellung ist immer aktuell, kann aber bei Bedarf auch geändert werden. Das hat den Vorteil, dass du deine Werte auch zu einem späteren Zeitpunkt eintragen kannst.

Ort

Sofern du es in den Voreinstellungen zugelassen hast, schlägt mySugr dir einen Ort vor an dem du dich gerade befindest. Das funktioniert über GPS und setzt voraus, dass dieses auf deinem iPhone aktiv ist. Du kannst den Ort aber auch manuell eingeben oder löschen.

Foto (nur Companion Pro)

Der Diabetes-Alltag dreht sich besonders viel um Essen und die darin enthaltenen Kohlenhydrate. Wenn du deine Nahrung fleißig fotografierst, können dir die Fotos besonders beim Schätzen von Kohlenhydraten später eine große Hilfe sein.

Zucker

Versteht sich von selbst. Hier trägst du deinen Blutzucker ein. Und nicht schummeln!

Nahrung

Hier trägst du ein, wie viele BE oder Kohlenhydrate du essen möchtest. Zusätzlich kannst du über Freitext dein Essen auch genau beschreiben.

Bolus

Hier ist Platz für die gespritzte oder gepumpte Insulinmenge.

Temp Basal (Pumpe)

In manchen Situationen braucht der Körper mehr oder weniger Insulin. Wenn du also an deiner Basalrate etwas änderst, dann trage es hier ein.

Basal (Pen)

An dieser Stelle ist Platz für dein Basalinsulin

Aktivität

Bewegung ist immer gut. Je mehr desto besser. Trage hier die Dauer deiner Aktivität ein. Über das Freitextfeld kannst du die Art deiner Aktivität genauer beschreiben, z.b. Laufen, Babysitten, Blätter haken etc.

Notizen

Hier ist Platz für alles was dir zu deinem Eintrag noch wichtig ist und dir unter Umständen später beim Analysieren der Daten eine große Hilfe sein kann.

Tags

Hier kannst du aus einer Vielzahl von Situationen, die zum Beispiel deinen Gefühlszustand beschreiben, die Art der Mahlzeit die du gerade isst, oder was du gerade tust, wählen. Aus den gewählten Situationen ergeben sich später Kontexte, die für die Datenanalyse extrem wichtig sind. (siehe "Einträge analysieren" und "Einträge suchen").

Wenn du alle gewünschten Einträge vorgenommen hast, dann musst du es mit dem grünen Haken oben rechts bestätigen um deine Daten zu speichern. Willst du den Vorgang abbrechen, drücke den Button mit dem roten X oben links.

Die Anzahl der Details die du dokumentieren möchtest ist dir selbst überlassen.

Blutzucker-Reminder (nur Companion Pro)

Manchmal ist es gar nicht so einfach an jede Blutzucker-Messung zu denken. Deshalb haben wir eine praktische Reminder-Funktion in den Companion integriert. Du kannst einstellen, ob du nach 15 min, 30 min, 1h, 2h, oder nach 3h an eine Blutzucker-Kontrolle erinnert werden möchtest. Schiebe dafür den Slider einfach so weit nach rechts, bis die korrekte Zeit eingestellt ist.



Punkte sammeln

Für jeden Eintrag erhältst du Punkte. Dabei ist es völlig unwichtig, ob du einen guten oder schlechten Wert dokumentierst. Jede Situation und jedes Detail ist Punkte wert. Ziel ist es 50 Punkte am Tag zu erreichen. Hast du dies geschafft, hast du eine gute Grundlage für eine gut eingestellte Therapie.

Punkteverteilung:

- pro Tag: 1 Punkt
- Blutzucker: 2 Punkte
- Nahrung: 2 Punkte
- Foto der Nahrung: 3 Punkte (Companion Pro)
- Beschreibung der Nahrung: 3 Punkte
- Ort: 2 Punkte
- Bolus: 2 Punkte

- Temp Basal /Basal: 3 Punkte
- Aktivität: 3 Punkte
- Beschreibung Aktivität: 3 Punkte
- Notizen: 3 Punkte

Social Sharing / Einträge teilen

Wir sind der Meinung, Diabetes ist nichts mit dem man sich verstecken muss. Egal ob Blutzucker, Aktivitäten oder eine leckere Mahlzeit. Mit dem Companion kannst du deine Einträge via Facebook oder Twitter mit deinen Freunden und Followern teilen. Voraussetzung ist ein Account in dem entsprechenden sozialen Netzwerk.

In den Datenschutz-Einstellungen deines Telefons unter Facebook und Twitter kannst du einstellen, ob die Companion App auf deinen Facebook oder Twitter account zugreifen darf. Anders ist ein Teilen nicht möglich. Du wirst aber auf jeden Fall immer vorher gefragt. Ohne deine Erlaubnis werden wir keinen Eintrag teilen.

Sobald du einen Eintrag erstellt hast, kannst du unterhalb der Blutzucker-Reminder Funktion einstellen, ob du deinen Eintrag in einem oder beiden Netzwerken teilen möchtest. Dazu einfach auf das Facebook und/oder Twitter-Symbol klicken. Außerdem kannst du deinen Eintrag mit einem individuellem Text versehen.

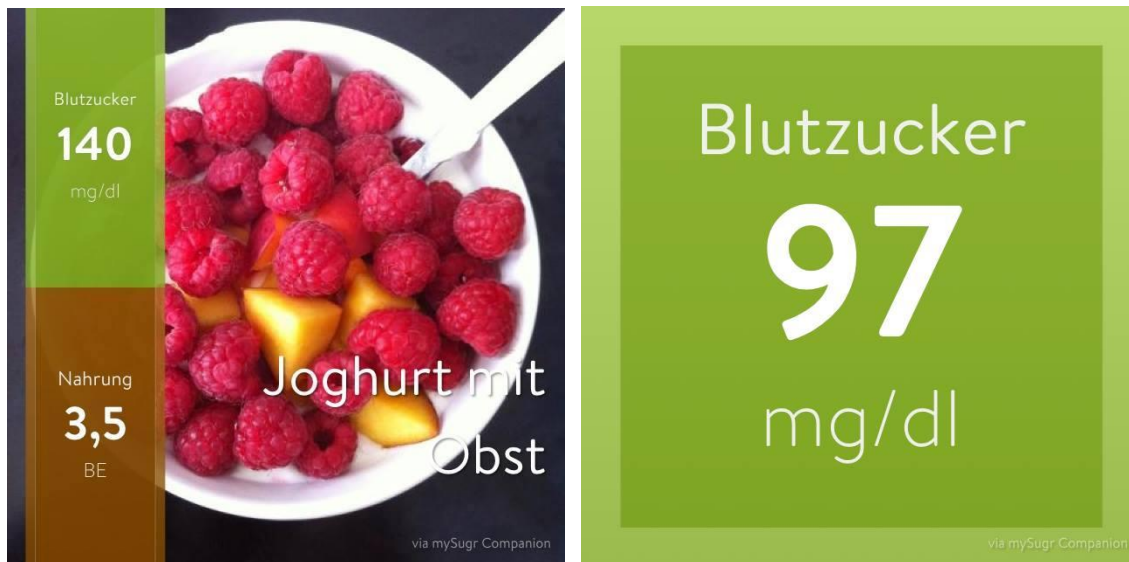
Wenn du alles eingegeben hast, einfach den Button "Speichern und Teilen" klicken.

Je nachdem, ob dein Eintrag ein Bild oder zum Beispiel nur den Blutzuckerwert enthält, wird dies auch so entsprechend geteilt.

Die geteilten Einträge erscheinen als Tweet in deiner Twitter Timeline, oder als Post auf deiner Facebook Pinnwand.



Beispiele:



Einträge editieren

Um einen Eintrag zu ändern, wählst du den gewünschten Eintrag im Side Menü über “Einträge” aus, und gehst auf den kleinen Stift rechts oben in der Ecke. Nun kannst du alle gewünschten Daten, zum Beispiel das Datum, den Ort oder die Tags ändern oder nachtragen.

Einträge löschen

Um einen Eintrag zu löschen, gehst du einfach direkt in den entsprechenden hinein, und dann auf das Symbol “Bearbeiten”. Das ist der Stift oben rechts in der Ecke. Dann scrollst ganz hinunter bis zum roten Button „Eintrag löschen”.

Du kannst auch in der Übersicht deiner Einträge einen bestimmten Eintrag direkt durch Swipen (nach rechts) aus der Liste löschen. Achtung: der Eintrag wird sofort gelöscht. Eine Bestätigungsanfrage erfolgt nicht!

Einträge analysieren über “Einträge”



Im Side Menü unter “Einträge” findest du deine gesamten Daten in chronologischer Reihenfolge. Über den Einträgen siehst du den Graphen, der deine BZ Kurve anzeigt. Sobald du durch die Einträge scrollst, ändert sich auch der Graph. Es wird immer der Wert im Graph aktuell angezeigt, in dem du dich gerade in der Liste befindest. Das gleiche funktioniert auch umgekehrt. Wenn du im Graph in eine bestimmte Richtung schiebst, wird dazu der passenden Eintrag in der Liste angezeigt.

So hast du immer im Blick, wie sich dein Blutzucker z.B. nach bestimmten Situationen, einer Mahlzeit oder einem Bolus, verhalten hat.

Du kannst durch einen einfachen Klick in den Eintrag auch direkt in diesen hinein gehen. Auch von hier aus kannst du den Graph in verschiedene Richtungen schieben und dich so durch die einzelnen Einträge bewegen.

Einträge analysieren über “Analyse”



Im Side Menü findest du den Punkt “Analyse”. In der Analyse siehst du deinen Blutzucker-Durchschnitt und deine Blutzucker-Abweichung, übersichtlich geordnet nach Tagen, Wochen und Monaten. Durch Klick in einen gewünschten Monat kommst du in eine detailliertere Ansicht, unterteilt in Wochen. Hier kannst du im Graphen schnell erkennen, wie sich dein Blutzuckerverhalten hat, wie oft du welchen Tag verwendet hast, und die Menge deiner verputzten Kohlenhydrate samt Foto in der entsprechenden Woche.

Einträge anpassen (nur Companion Pro)

Du kannst die Interface Elemente nach deinen eigenen Bedürfnissen anpassen. So kannst du selber entscheiden, welche Werte die am wichtigsten sind und gern auf den ersten Blick in der Übersicht der Einträge sehen möchtest. Dazu gehst du im Sidemenü in die Einstellungen und dann unterhalb der Blutzucker-Einstellungen auf “Logbuch-Reihenfolge”. Um die Reihenfolge zu ändern, schiebst einzelnen Zeilen einfach an die gewünschte Position. Zum Schluss speicherst du den Vorgang mit dem grünen Häkchen oben rechts.

Einträge suchen (nur Companion Pro)

Die ausführliche Suche (mehr als drei Suchergebnisse) gehört zu den Pro-Paket (siehe "Wieviel kostet der mySugr Companion") und du findest sie direkt auf deinem Home Screen (Symbol Lupe). Sie hilft dir, deine Daten zu nutzen und von ihnen zu profitieren. Du kannst via Freitext nach Mahlzeiten, Situationen, Orten oder Aktivitäten suchen, die du bereits dokumentiert hast.

Beispiel

Du fragst dich, wie du die leckeren Nudeln von deinem Lieblingsitaliener beim letzten mal berechnet hast, und wie sich dein Blutzucker danach verhalten hat?

Gib einfach in das Suchfeld „Nudeln“ ein, und es werden alle Einträge mit diesem Suchwort gelistet.

Challenges



Challenges sind Aufgaben, mit denen du deinen Diabetes richtig herausfordern kannst. Du findest sie im Hauptmenü. Die Challenges sollen dir helfen, Gesundheitsziele zu erreichen, zum Beispiel mal wieder ein wenig mehr Sport zu betreiben, oder deinen Blutzucker häufiger zu messen. Mit den Challenges hast Du

außerdem die Möglichkeit, dir den Companion Pro für eine bestimmte Zeit kostenlos freizuspielen. Die Anzahl deiner aktiven Challenges werden ebenfalls im Sidemenü angezeigt.

Eine Challenge teilen

Mit dem mySugr Companion kannst du deinen Freunden und Followern bei Facebook und Twitter zeigen, welche Challenge du gerade spielst und wie weit du es bereits gebracht hast.

Vorraussetzung ist ein Account in dem entsprechenden sozialen Netzwerk.

In den Datenschutz-Einstellungen deines Telefons unter Facebook und Twitter kannst du einstellen, ob die mySugr Companion App auf deinen Facebook oder Twitter-Account zugreifen darf. Nur so ist ein Teilen möglich (Siehe auch "Einträge teilen"). Ohne deine Erlaubnis wird von uns niemals etwas geteilt.

Um eine Challenge zu teilen, wählst du im Side-Menü einfach die gewünschte Challenge aus.

Nachdem sich die Challenge geöffnet hat, klickst du das entsprechende Netzwerk an, in dem Du die Challenge verbreiten möchtest. Außerdem kannst du einen individuellen Text eingeben, zum Beispiel warum du gerade an dieser Challenge teilnimmst. Danach einfach den Button "Los gehts" klicken.



Den mySugr Companion empfehlen

Du möchtest Freunden gern von mySugr Companion erzählen oder ihn jemandem empfehlen und ans Herz legen? Nur zu, das ist ganz einfach.

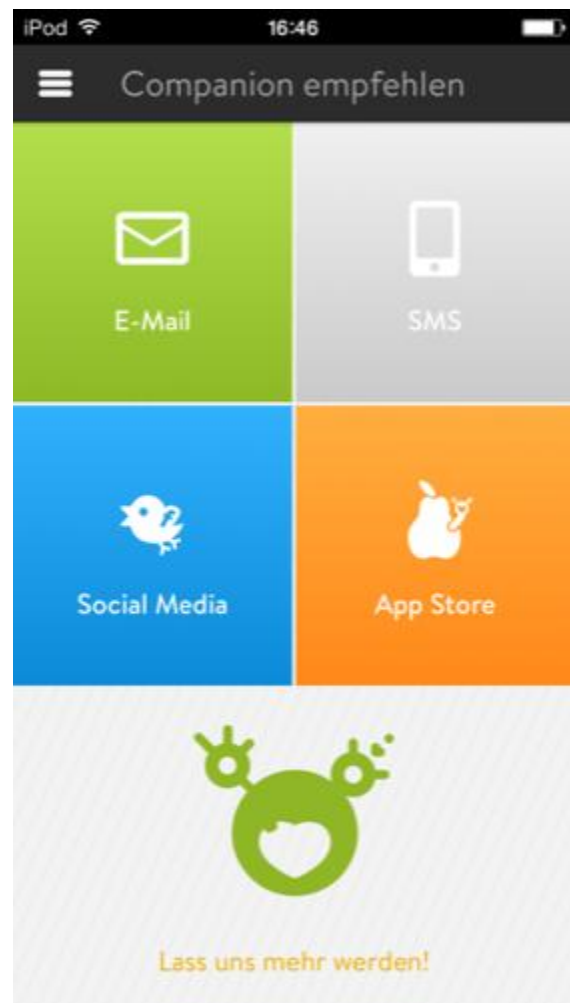
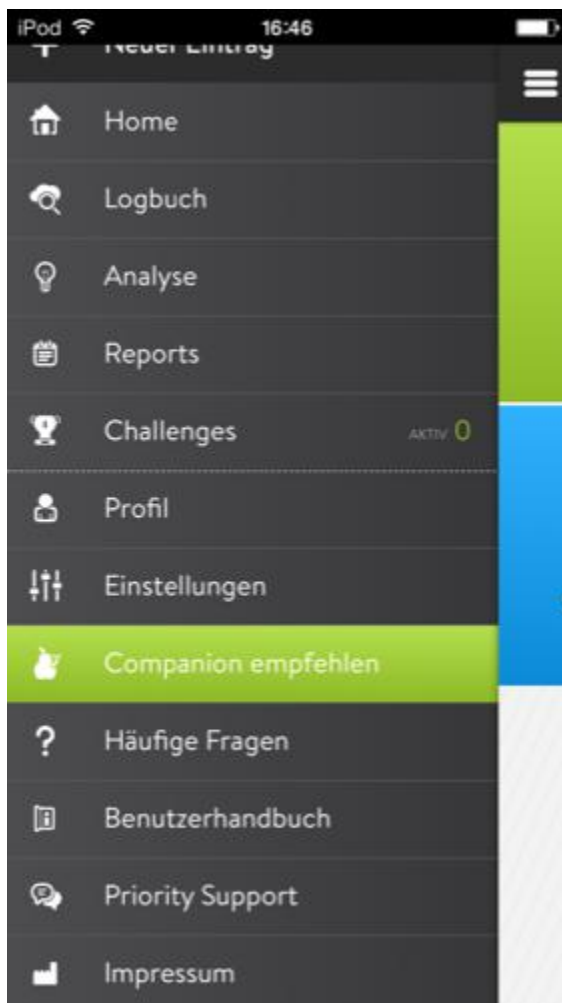
Im Side-Menü klickst du dazu einfach den Menü Punkt "Companion empfehlen".

Es öffnet sich ein neuer Screen und du hast die Möglichkeit den Companion

- via E-Mail zu empfehlen
- via SMS zu empfehlen
- via Social Media (Facebook und Twitter) zu empfehlen (Account erforderlich)
- im App Store zu bewerten

Wähle einfach per Klick die gewünschte Empfehlungs-Kachel aus.

Um dir die Eingabe eines Textes zu erleichtern, haben wir bereits einen Text vorgegeben, der automatisch erscheint. Diesen kannst du aber selbstverständlich nach Belieben editieren.



Datenexport (PDF, MS Excel (beide nur Companion Pro) & CSV,)



Im Sidemenü findest du den Punkt "Reports". Hier kannst du deine Daten in verschiedenen Formaten (Klick in das Feld "Dateiformat") downloaden.

Übersichtlich aufbereitete **PDF**-Reports sind perfekt für deinen Arztbesuch (Reports über den von dir selber festgelegten und gewünschten Zeitraum gehören zum Pro-Paket).

Damit haben wir es dir und deinem Arzt leichter gemacht, deine Daten zu analysieren. Drucke das PDF einfach vor dem Arzt-Besuch aus, oder verschicke die Datei gleich direkt per E-Mail. Solltest du zum Beispiel auch einen Dropbox- oder Evernote Account haben, kannst du deine Reports auch dort hinein laden.

Zusätzlich kannst du dir deine Daten auch als **CSV**-Datei exportieren und versenden. Sie lassen sich dann mit Microsoft Excel, Apple Numbers oder Google Docs öffnen und weiterverarbeiten. CSV ist praktisch für eine Sicherheitskopie, oder um die Daten auf anderen Geräten weiter zu verwenden.

MS Excel Dateien sind perfekt für die Weiterverarbeitung auf deinem Computer.

Profil

E-MAIL	pv@mysugr.com
VORNAME	Peter
NACHNAME	Venkman
GESCHLECHT	Männlich
GEBURTSDATUM	Geburtsdatum
DIABETES-TYP	Diabetes-Typ

Im Sidemenü unter Profil findest du Informationen zu deinem Account.

Hier kannst du ein paar persönlichen Daten hinterlegen, den Namen deines Monsters eingeben und erneuern, sowie dein Passwort ändern.

Wenn du magst, trage auch dein Geschlecht, Geburtstag, Diabetes-Typ und das Jahr deiner Diagnose ein.

Persönliche Informationen

Egal was du ändern möchtest, tippe einfach in die entsprechende Zeile oder auf den Monsternamen und führe deine Änderungen nach Belieben durch. Speichern nicht vergessen (grüner Haken oben rechts)!

Passwort ändern

Hast du dein Passwort vergessen oder möchtest es ändern, kannst du hier einen Link anfordern, mit dem du dein Passwort erneuern kannst.

Erklärung der Icons und Farben

Home Screen

Auf dem Home Screen siehst du viele Fähnchen in unterschiedlichen Farben, die dir zum Beispiel Auskunft über deinen Durchschnitts-Blutzucker oder deine gegessenen Kohlenhydrate geben. Außerdem begrüßt dich das Monster, das je nach aktuellem Blutzuckerdurchschnitt des Tages, seine Farbe ändert.

Ebenfalls gibt es verschiedene Icons für unterschiedliche Challenges.

Side Menü

Im Side Menü ist jeder Menü-Punkt zusätzlich zur textlichen Beschreibung mit einem kleinen Icon versehen.

Tags

Jeder Tag hat ein eigenes, klar erkennbares Symbol. Die Situations-Symbole sind dunkelgrau und befinden sich jeweils auf einer hellgrauen Kachel. Nach Auswahl der Situationen färbt sich das Icon grün ein und ändert seine Form. So hebt sich ein gewählter Tag von den inaktiven Tags ab.

Farben

Die Fähnchen die den Durchschnitts-Blutzucker darstellen, richten sich farblich nach Blutzuckergrenzen.

- **Rot:** Blutzucker nicht im Zielbereich
- **Grün:** Blutzucker im Zielbereich

- **Orange:** Blutzucker nicht megasuper aber auch nicht megaschlecht

Warnhinweise

Der mySugr Companion darf nicht allorts verwendet werden

Der Companion kann generell überall dort verwendet werden, wo es möglich und erlaubt ist, ein Smartphone zu benutzen. Die Nutzung ist also nicht räumlich beschränkt. Das hat den klaren Vorteil, dass du so deine Diabetes-Daten überall und sofort in die App eintragen kannst. Einige Ausnahmen gibt es jedoch.

Nicht verwendet werden darf die App generell an Orten, wo die Nutzung eines mobilen Telefons untersagt ist. Das sind zum Beispiel bestimmte Bereiche in Krankenhäusern, im Flugzeug, am Steuer wenn du mit dem Auto unterwegs bist und überall dort, wo die Verwendung von Smartphones verboten ist.

Eingeschränkte Nutzung

Der Companion sollte nicht von Personen verwendet werden, die aufgrund mangelnder geistiger Fähigkeiten oder mangelndem technischen Verständnisses, nicht in der Lage sind sich allein um die Diabetes-Therapie zu kümmern, oder die allgemein Schwierigkeiten mit der Bedienung eines Smartphones haben.

Der myFSugr Companion ersetzt nicht den Besuch beim Arzt

Der Companion ist ein zertifiziertes Medizinprodukt und dient dazu, die Diabetes-Therapie zu unterstützen. Die App ersetzt aber auf keinen Fall den Besuch beim Arzt und die regelmäßige Überprüfung des Langzeitblutzuckers (HbA1c). Auch der Blutzucker muss weiterhin selbständig kontrolliert werden und der Companion übernimmt auch nicht die selbständige Abgabe von Insulin. Außerdem ist die App nicht mit Blutzuckermessgeräten synchronisierbar.

Fehlerbehebung/ Support

Wenn du Fragen zum Produkt hast, bei der Nutzung der App einmal Fehler auftauchen, oder etwas nicht funktioniert, dann kontaktiere uns am besten sofort via E-mail unter support@mysugr.com. Telefonisch erreichst du uns unter 0699 11109779 bzw. unter 0043 699 11109779 für Anrufe aus dem Ausland.

Datensicherheit

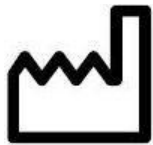
Deine Daten sind bei uns sicher. Das ist uns ganz wichtig.

Der Companion ist ein zertifiziertes Medizinprodukt. Das heisst, es werden hohe Sicherheits- und Zuverlässigkeitsanforderungen erfüllt. Die Speicherung sämtlicher medizinischer Daten erfolgt ausschließlich auf europäischen Servern von Amazon.

Informationen zum Hersteller



mySugr GmbH
Hofmühlgasse 17/23
A-1060 Wien
Telefon: +43 699 11109779
E-Mail: support@mysugr.com
Geschäftsführer: Frank Westermann
Firmenbuchnummer: FN 376086 v
Gerichtsstand: Handelsgericht Wien
UID-Nummer: ATU67061939



Benutzerhandbuch Version 007 (Deutsch), 23. Jänner 2014

