

# Instrukcja obsługi kalkulatora bolusa mySugr

Version: 2.1.15\_iOS - 2019-12-03

## 1 Wskazania do stosowania

### 1.1 Przewidziane zastosowanie

Kalkulator bolusa mySugr jest przeznaczony do zarządzania cukrzycą insulinozależną, poprzez obliczenie dawki insuliny bolusowej lub spożycie węglowodanów na podstawie wprowadzonych danych. Przed użyciem należy wykonać ustawienie, określając docelowy poziom glukozy we krwi, stosunek insuliny do węglowodanów, parametry wrażliwości na insulinę i czas działania insuliny. W celu obliczenia, oprócz parametrów ustawionych przez użytkownika, algorytm wykorzystuje aktualne wartości stężenia glukozy we krwi, spożyte węglowodany i obecną insulinę aktywną, która jest obliczana na podstawie krzywych działania insuliny danego typu insuliny.

### 1.2 Dla kogo jest kalkulator bolusa mySugr?

Kalkulator bolusa mySugr został stworzony specjalnie dla ludzi:

- u których zdiagnozowano cukrzycę
- którzy mają 18 lat i więcej
- którzy są pod opieką lekarza lub innego pracownika służby zdrowia
- którzy są fizycznie i psychicznie w stanie samodzielnie zarządzać swoją cukrzycą
- którzy są w stanie umiejętnie korzystać ze smartfona

### 1.3 Środowisko użytkowania

Jako aplikacja mobilna, kalkulator bolusa mySugr może być używany w każdym środowisku, w którym jest połączenie internetowe i gdzie dozwolone jest korzystanie z telefonu komórkowego.

## 2 Przeciwwskazania użytkowania

### 2.1 Bolus w niektórych okolicznościach nie może być obliczony.

Obliczenia bolusa nie można wykonać, gdy:

- jesteś w stanie hipoglikemii (poziom glukozy we krwi jest poniżej zdefiniowanego zakresu docelowego)
- Twój poziom glukozy we krwi wynosi więcej niż 500 mg/dL lub 27,7 mmol/L
- wpis do Dzienniczka nie został dokonany w ciągu ostatnich 15 minut.

## **2.2 Kalkulator bolusa mySugr ma pewne ograniczenia dotyczące insuliny.**

Kalkulator bolusa mySugr może być używany tylko z insulinami wymienionymi w ustawieniach aplikacji. W żadnym wypadku kalkulator bolusa mySugr nie może być używany z insuliną długo działającą lub złożoną.

## **2.3 Ograniczenia smartfona**

Kalkulator bolusa nie powinien być używany na zrootowanych urządzeniach lub urządzeniach z zainstalowanym jailbreakiem.

## **3 Ostrzeżenia**



### **3.1 Kalkulator bolusa mySugr nie zastąpi profesjonalnych porad medycznych**

Kalkulator bolusa mySugr służy wspomagania leczenia cukrzycy, jednak nie może zastąpić regularnych wizyt u lekarza / zespołu diabetologicznego. Nadal potrzebujesz profesjonalnego i regularnego przeglądu swoich długoterminowych wartości stężenia glukozy we krwi (HbA1c). Jesteś odpowiedzialny za stałe samodzielne zarządzanie poziomem glukozy we krwi, niezależnie od korzystania z kalkulatora mySugr Bolus.

Przegląd i optymalizacja parametrów kalkulatora bolusa mySugr powinny być przeprowadzane podczas regularnych wizyt lekarskich.

### **3.2 Kalkulator bolusa mySugr zależy od wprowadzenia przez ciebie poprawnych danych.**

Kalkulator bolusa mySugr jest zależny od poprawności i dokładności wpisanych informacji. Kalkulator nie zadziała prawidłowo, jeśli wprowadzisz niewłaściwą wartość węglowodanów lub jeśli błędnie wpiszesz czynnik terapeutyczny. Odpowiadasz za sprawdzenie zalecanej dawki insuliny zgodnie ze swoim osobistym doświadczeniem.

### **3.3 Kalkulator bolusa mySugr nie może ocenić twoich nietypowych okoliczności**

Kalkulator bolusa mySugr nie może ocenić ani zrekomensować okoliczności takich jak wpływ stresu, choroby lub aktywności na codzienną terapię. Te indywidualne okoliczności mogą wpływać na wymaganą dawkę insuliny i należy je monitorować i dostosowywać w razie potrzeby do indywidualnej terapii.

## 3.4 Zalecane aktualizacje

Aby zapewnić bezpieczne i zoptymalizowane działanie kalkulatora bolusa mySugr, zaleca się instalowanie aktualizacji oprogramowania, gdy tylko będą one dostępne.

## 4 Instalacja

Kalkulator bolusa mySugr jest rozszerzeniem Dzienniczka mySugr. Wystarczy pobrać Dzienniczek mySugr z Apple App Store lub Google Play Store. Aby uzyskać bardziej szczegółowe instrukcje dotyczące instalacji i użytkowania Dzienniczka mySugr, zapoznaj się z instrukcją obsługi Dzienniczka mySugr.

## 5 Obliczenie

### 5.1 Aktywuj

Aby rozpocząć, otwórz nowy wpis w Dzienniczku mySugr i kliknij symbol kalkulatora bolusa powyżej pola insuliny. Jeśli korzystasz pierwszy raz z kalkulatora bolusa, zadamy Ci kilka pytań dotyczących spersonalizowanych ustawień.

**WAŻNE:** na podstawie tych ustawień obliczana jest dawka insuliny, dlatego muszą być one poprawne. Nie przeprowadzaj żadnych zmian w ustawieniach, zanim nie uzgodnisz tego z twoim lekarzem lub trenerem diabetologicznym.

### 5.2 Oblicz

Do obliczenia dawki insuliny wprowadź poziom glukozy we krwi i/lub zaplanowane spożycie węglowodanów i bolus kliknij symbol kalkulatora bolusa.

Po obliczeniu znajdziesz wynik w okienku kalkulatora bolusa. Zazwyczaj pokaże się tam w turkusowym okienku propozycja dawki insuliny. Oczywiście kalkulator bolusa może również zaproponować ilość węglowodanów, kiedy masz na podstawie poprzedniego wpisu wystarczająco dużo insuliny aktywnej oraz kiedy hipoglikemia jest prawdopodobna, jeśli nie będziesz spożywał/a dodatkowych węglowodanów. W takim przypadku wynik będzie pokazany w kolorze oliwkowym zamiast turkusowym.



### 5.3 Potwierdź

Jeśli się zgadzasz z proponowanym wynikiem, potwierdź klikając na symbol kalkulatora bolusa. Obliczona ilość będzie

automatycznie zapisana w Dzienniczku mySugr i okienko kalkulatora bolusa zamknie się.

**WAŻNE:** Kalkulator bolusa oblicza dawkę insuliny na podstawie podanych przez ciebie informacji. Jeśli te informacje są błędne lub niekompletne, ilość insuliny zostanie obliczona nieprawidłowo! Pamiętaj, że przy obliczeniu czynniki takie jak: stres, aktywność, choroba lub inne wydarzenia, które również mają wpływ na poziom glukozy, nie są brane pod uwagę!



## 5.4 IOB (Insulina aktywna)

Kalkulator bolusa ciągle oblicza twój IOB (insulinę aktywną) na podstawie ostatnio wpisywanych ilości insuliny i twoich osobistych ustawień dla czasu działania twojej insuliny. Ilość IOB widzisz przy każdym obliczeniu w formułce. O ile nie ma jeszcze aktywnej insuliny, aplikacja mySugr poprosi cię o potwierdzenie. Jeśli pamiętasz bolus, ale zapomniałaś/eś go wpisać, to przerwij obliczanie ("Anuluj") i stwórz nowy wpis (pamiętaj o dopasowaniu czasu, jeśli jest to konieczne). Kalkulator bolusa może potem, jeszcze działającą insulinę uwzględnić przy obliczeniach.

**WAŻNE:** Potwierdź tylko wtedy, że już nie masz IOB, jeśli jesteś pewna/pewien, że w trakcie działania insuliny nie wstrzykiwałaś/eś bolusa.

## 5.5 Zapisz

Przy zapisaniu wpisu, potwierdzona przez ciebie ilość insuliny (dla posiłku i korekty) lub propozycja węglowodanów zostanie zapisana w odpowiednich polach. Uwaga: ani wynikająca suma bolusa / korekty węglowodanów, ani IOB (insulina aktywna) nie zostaną zapisane we wpisie.

## 6 Dezaktywacja

W ustawieniach Dzienniczka mySugr można aktywować lub dezaktywować kalkulator bolusa mySugr.

Aby odinstalować Dzienniczek mySugr, zapoznaj się z instrukcją obsługi do Dzienniczka mySugr.↔ ↔

## 7 Ochrona danych

Twoje dane są u nas bezpieczne. Jest to dla nas bardzo ważne (jesteśmy również użytkownikami mySugr). Kalkulator bolusa mySugr jest zarejestrowanym i certyfikowanym

wyroblem medycznym (dyrektywa dotycząca urządzeń medycznych 93/42/EWG). W związku z tym wymagane jest spełnienie najwyższych standardów bezpieczeństwa i niezawodności danych.

Aby uzyskać więcej informacji, zapoznaj się z naszą polityką prywatności w [Warunkach użytkowania](#)

## 8 Rozwiązywanie problemów i Pomoc

### 8.1 Rozwiązywanie problemów

Troszczymy się o Ciebie! Dlatego pracują u nas ludzie z cukrzycą, którzy zajmują się twoimi pytaniami, zmartwieniami i obawami.

Aby szybko rozwiązać problem, odwiedź naszą stronę [Najczęściej zadawanych pytań](#)

### 8.2 Pomoc

Jeśli masz pytania dotyczące mySugr, potrzebujesz pomocy w obsłudze kalkulatora bolusa lub aplikacji, zauważyłeś błąd albo problem, natychmiast skontaktuj się z nami pod adresem [support@mysugr.com](mailto:support@mysugr.com).

Możesz również do nas zadzwonić:

- + 1 (855) 337-7847 (USA bez opłat)
- + 44 800-011-9897 (bez opłat w Wielkiej Brytanii)
- + 43 720 884555 (Austria)
- + 49 511 874 26938 (Niemcy)

W przypadku jakichkolwiek poważnych incydentów związanych z korzystaniem z tego urządzenia medycznego, prosimy o kontakt z obsługą klienta mySugr i odpowiednimi organami krajowymi.

## 9 Wytwórca



mySugr GmbH  
Trattnerhof 1/5 OG  
A-1010 Wiedeń, Austria

Telefon:

- + 1 (855) 337-7847 (Stany Zjednoczone za darmo),
- + 44 800-011-9897 (Wielka Brytania za darmo),
- + 43 720 884555 (Austria)
- + 49 511 874 26938 (Niemcy)

E-Mail: [support@mysugr.com](mailto:support@mysugr.com)

Dyrektor zarządzający: Anton Kittelberger

Numer rejestracyjny firmy: FN 376086v  
Jurysdykcja: Wiedeński Sąd Handlowy, Austria  
VAT: ATU67061939



2019-12-03

Instrukcja obsługi wersja 2.1.15 (pl)



0 1 2 3

## 10 Informacje o kraju

Australijski sponsor:

Roche Diabetes Care Australia Pty Limited

Lexington Corporate – Building E

24-32 Lexington Drive, Norwest

Bella Vista, NSW 2153