

ACCU-CHEK®

SmartGuide Predict



BRUKSANVISNING

ACCU-CHEK SMARTGUIDE PREDICT-APP

Innehåll

1 Om den här bruksanvisningen.....	3
2 Produktinformation.....	4
2.1 Avsedd användning.....	4
2.2 Indikationer för användning.....	4
2.3 Avsedda användare.....	4
2.4 Kontraindikationer.....	4
2.5 Begränsningar.....	4
2.6 Utbildning och träning.....	4
2.7 Huvudfunktioner.....	5
3 Allmän säkerhetsinformation.....	8
4 Använda appen.....	9
4.1 Förutsättningar för att använda appen.....	9
4.2 Versionsinformation.....	9
5 Komma igång.....	10
5.1 Installera och avinstallera appen.....	10
5.2 Logga in i Predict-appen.....	10
5.3 Inställning av Accu-Chek SmartGuide-appen.....	10
6 Konfigurera din mobila enhet.....	12
6.1 Allmänna krav.....	12
6.2 Åtkomstskydd.....	12
7 Startskärm.....	13
7.1 Navigeringselement.....	14
8 Glukosprognos.....	15
8.1 Felmeddelanden gällande glukosprognos.....	15
8.2 Prognos för låg glukosnivå.....	16
8.3 Undantag för Prognos för låg glukosnivå.....	16
9 Prognos för låg nivå på natten.....	17
9.1 Felmeddelanden gällande Prognos för låg nivå på natten.....	18
9.2 Aktivera Prognos för låg nivå på natten.....	19
10 Glukosmönster.....	20
10.1 Typer av glukosmönster.....	20
10.2 Möjliga orsaker till låga och höga glukosmönster.....	22
10.3 Ställa in en påminnelse om glukosmönster.....	23
10.4 Lägga till en anteckning.....	23
10.5 Aktivera notisen för veckosammanfattning.....	23
11 Exportera rapport.....	25
12 Appinställningar.....	26
13 Felsökning.....	28
13.1 Felsökning.....	28
13.2 Notisöversikt.....	28
14 Kundsupport.....	29
15 Teknisk information.....	30
16 Förklaring av appikoner.....	31
17 Symbolförklaringar.....	33

Läs anvisningarna noga så att du lär känna alla funktionerna i appen. Om appen inte fungerar som förväntat ska du läsa avsnittet om felsökning i den här bruksanvisningen. Om du fortfarande inte hittar det du söker ska du kontakta kundsupport.

I den här bruksanvisningen markeras följande information på ett särskilt sätt:



VARNING

En  **VARNING** beskriver en situation där det går att förutse allvarlig fara.



FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRD

En  **FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRD** beskriver en åtgärd som du bör vidta för att kunna använda produkten säkert och effektivt och för att förhindra att produkten skadas.

ANMÄRKNING

En **ANMÄRKNING** innehåller värdefull information och tips.

2.1 Avsedd användning

Accu-Chek® SmartGuide Predict-appen är en programvaruapplikation för personer med diabetes som använder ett anslutet system för kontinuerlig glukosmätning (CGM).

Accu-Chek SmartGuide Predict-appen är:

- ett informationshanteringsverktyg som hjälper personer med diabetes att visualisera och analysera sina diabetesdata.
- avsedd som ett hjälpmedel för personer med diabetes att använda i hemmet vid den dagliga diabeteshanteringen.
- en app som kompletterar Accu-Chek SmartGuide-appen.

2.2 Indikationer för användning

Accu-Chek SmartGuide Predict-applikationen (appen) är avsedd att användas i hemmet dagligen.

Accu-Chek SmartGuide Predict-appen är avsedd för granskning av tidigare data från kontinuerlig glukosmätning (CGM-data) och för att ge prognoser om kommande CGM-värden.

För att appen ska kunna användas korrekt krävs en kompatibel mobil enhet med korrekta inställningar. För att få den senaste informationen om kompatibla mobila enheter trycker du på <https://tools.accu-chek.com/documents/dms/index.html>.

2.3 Avsedda användare

Avsedda användare är:

- vuxna, 18 år och äldre
- personer med diabetes

2.4 Kontraindikationer

Appen är inte avsedd för att styra några funktioner eller ändra några data på de anslutna enheterna.

Appen är inte avsedd för att ersätta det primära visningssättet för de anslutna enheterna (till exempel blodsockermätare, insulinpennor eller CGM-data i den motsvarande CGM-appen).

Patienter ska inte ändra sin behandling baserat på de data som visas utan att först ha rådgjort med hälso- och sjukvårdspersonalen.

2.5 Begränsningar

Accu-Chek SmartGuide Predict-appen måste få CGM-värden från den aktuella personen med diabetes i realtid.

Luckor i insamlingen av CGM-data kan leda till försämrad prestanda hos funktionerna.

2.6 Utbildning och träning

Den här appen kan användas utan tidigare utbildning eller träning.

2.7 Huvudfunktioner

För att Predict-appen ska fungera korrekt måste du ställa in CGM-sensorn. Följ stegen i kapitlet Kalibrera sensorn i bruksanvisningen till Accu-Chek SmartGuide-appen.

Det krävs minst 1 timmes oavbruten överföring av CGM-data för att du ska kunna få din första glukosprognos. Och det krävs data från minst 1 dag för att kunna förutsäga sannolikheten att du får låg glukosnivå på natten.

I det här avsnittet får du en översikt över appens huvudfunktioner:

- Glukosprognos
- Prognos för låg glukosnivå
- Prognos för låg nivå på natten
- Glukosmönster
- Anpassningsbara notiser
- Exportera rapport
- Startskärm
- Dataöverföring
- Sömlös integrering med Accu-Chek SmartGuide-appen

Glukosprognos

Predict-appen samlar in och använder information från Accu-Chek SmartGuide-appen.

Din glukosprognos för de närmaste 2 timmarna visas när du har ställt in CGM-sensorn korrekt och CGM-data har överförts oavbrutet under minst 1 timme från Accu-Chek SmartGuide-appen till den här appen.

Mer information om den här funktionen finns i kapitlet Glukosprognos.

Prognos för låg glukosnivå

Appen upptäcker och ger dig besked om det finns en sannolikhet att du får låg glukosnivå inom 30 minuter. Som standard är notisen *Låg glukosnivå snart!* som du får i sådana fall redan aktiverad när du öppnar appen för första gången. Du kan gå till **Notisinställningar** från **Meny** och stänga av den. Kortet Prognos för låg glukosnivå visas fortfarande på appens startskärm.

Notisen *Låg glukosnivå snart!* visas på låsskärmen eller när du svajpar uppifrån och nedåt på någon annan skärm. Tryck på notisen för att få fler uppgifter och förslag på åtgärder du kan vidta.

Funktionen Prognos för låg glukosnivå fungerar endast om ditt larm för låg glukosnivå är inställt på mellan 60 mg/dL (3,3 mmol/L) och 100 mg/dL (5,5 mmol/L) i Accu-Chek SmartGuide-appen. Notisen fungerar inte när ditt larm för låg glukosnivå är inställt på över 100 mg/dL (5,5 mmol/L).

Mer information om den här notisen finns i kapitlet Glukosprognos.

Prognos för låg nivå på natten

Den här funktionen ger en prognos för sannolikheten att du får låg glukosnivå på natten, så att du kan bestämma vilka åtgärder du ska vidta innan du går och lägger dig.

Att få låg nivå innebär i det här sammanhanget att ditt glukosvärde kan hamna under 70 mg/dL (3,9 mmol/L).

Om du aktiverar den här funktionen och slår på den motsvarande notisen kan du få notisen *Prognos för låg nivå på natten!* om det finns en hög sannolikhet att du får låg glukosnivå medan du sover. Predict-appen behöver data från minst 1 dag för att kunna förutsäga sannolikheten.

Du kan även ställa in funktionen Prognos för låg nivå på natten och begära en beräkning manuellt.

Mer information om att få låg glukosnivå på natten finns i kapitlet Prognos för låg nivå på natten.

Glukosmönster

Den här funktionen identifierar återkommande glukoshändelser som inträffar under en dag eller en vecka (mån-sön). Detta gör att du kan vidta åtgärder för att hjälpa dig att hålla dina glukosnivåer i målområdet.

När Predict-appen får CGM-data från Accu-Chek SmartGuide-appen visas identifierade mönster från de senaste 24 timmarna under diagrammet på startskärmen.

Ordningen för mönstren är att mönstret med den högsta hälsorisen (till exempel ett mönster för mycket låg eller låg glukosnivå) visas först, längst upp. Du kan även ställa in påminnelser för valfritt identifierat mönster.

Du får en sammanfattning av mönstren en gång i veckan, varje måndag. Du bestämmer själv om du vill få en notis när sammanfattningen är tillgänglig.

Från fliken Aktuellt på skärmen Glukosmönster

- Se alla mönster som har identifierats de senaste 2 veckorna (från måndag förra veckan till aktuell tidpunkt). Du kan även se för vilka mönster som påminnelser är inställda.
- Tryck på ett identifierat mönster för att se mer information, till exempel eventuella associerade inlägg om kolhydrater, insulin och blodsockerresultat i loggboken i Accu-Chek SmartGuide-appen. Tryck på en enskild dag för mönstret för att se fler uppgifter och loggboksinformation för den dagen.
- Ställ in om du vill få besked när sammanfattningen för förra veckan är tillgänglig.

Från fliken Tidigare på skärmen Glukosmönster

- Se de mönster som inte längre identifieras, listade med den senaste månaden först. Tidigare mönster som är äldre än 2 veckor sparas separat i upp till 6 månader.

Mer information om mönster finns i kapitlet Glukosmönster.

Anpassningsbara notiser

Ställ in notiser för din sannolikhet att få låga nivåer på natten och för veckosammanfattningen av dina mönster. Som standard är notisen om att du får låg glukosnivå inom 30 minuter aktiverad. Använd funktionen för anpassningsbara notiser för att göra inställningar som passar dina personliga behov och preferenser.

Du får åtkomst till **Notisinställningar** från **Meny**. Om du upplever problem kan du även kontrollera inställningarna på din mobila enhet. Notiser måste vara aktiverade.

Exportera rapport

Välj den tvåveckorsperiod med data som ska exporteras för rapporten om dina mönster och/eller din ambulatoriska glukosprofil (AGP). Att analysera din rapport gör att du får en bättre förståelse för din tidigare övergripande glykemiska status. Med hjälp av den här glukoshistoriken kan du hantera dina glukosnivåer på ett bättre sätt i framtiden. Du kan dessutom enkelt dela rapporten med hälso- och sjukvårdspersonalen.

Mer information om hur du genererar den här rapporten finns i kapitlet Exportera rapport.

Startskärm

Få en snabbkoll över all din information. Alla relevanta data såsom ditt tidigare och senaste glukosvärde och dina glukosprognoser visas i ett diagram.

Korten Prognos för låg nivå på natten och Prognos för låg glukosnivå samt identifierade mönster från de senaste 24 timmarna visas under diagrammet på startskärmen. Observera att notisen *Låg glukosnivå snart!* endast visas om det finns en hög risk för att du får låg glukosnivå. Notisen *Låg glukosnivå snart!* visas initialt på låsskärmen. Som standard är den här notisen redan aktiverad när du öppnar appen för första gången.

Mer information om den här skärmen och om navigeringselement i appen finns i kapitlet Startskärm.

Dataöverföring

Predict-appen överför alla dina diabetesdata som sparas i appen till ditt Accu-Chek-konto. Det krävs en internetanslutning.

Sömlös integrering med Accu-Chek SmartGuide-appen

Eftersom Accu-Chek SmartGuide-appen och Predict-appen delar dina diabetesdata kan du gå direkt till Accu-Chek SmartGuide-appen från den här appen. Tryck helt enkelt på ikonen för Accu-Chek SmartGuide-appen längst upp till höger på startskärmen. Du kan även trycka på ikonen för Predict-appen på startskärmen i Accu-Chek SmartGuide-appen för att komma tillbaka till Predict-appen.

Mer information om hur det här fungerar finns i Inställning av Accu-Chek SmartGuide-appen.

 FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRD**Risk för allvarlig skada**

Vi rekommenderar att du inte ändrar din övergripande behandling (till exempel insulin/kolhydrat-faktorer, insulinschema eller motionsintensitet) baserat på de data som visas utan att först ha rådgjort med hälso- och sjukvårdspersonalen. Kontakta hälso- och sjukvårdspersonalen om du har frågor om din rutinbehandling.

Om du får oväntade glukosvärden rekommenderar vi att du gör följande innan du diskuterar ändringar av behandlingen med hälso- och sjukvårdspersonalen:

- Jämför glukosvärdena som visas i den här appen med de ursprungliga glukosvärdena som tillhandahölls av Accu-Chek SmartGuide-appen.
- Om du fortfarande är tveksam ska du utföra ett blodsockertest med din blodsockermätare.
- Om du därefter fortfarande är osäker på glukosnivåerna som visas i apparna ska du kontakta hälso- och sjukvårdspersonalen.

Predict-appen ger prognoser baserat på dina CGM-data och dina loggade inlägg (kolhydrater och insulin). Alla åtgärder som du eventuellt vidtar under de närmaste två timmarna (till exempel äta, tillföra insulin eller motionera) tas inte med i prognosen. Observera att det är mer än 2 timmar som gäller för funktionen Prognos för låg nivå på natten eftersom den omfattar natten.

4.1 Förutsättningar för att använda appen

Konton som krävs

- Du behöver ett Apple-ID för att kunna ladda ned appen på iOS-enheter.
- Du behöver ett Google-konto för att kunna ladda ned appen på Android-enheter.
- Du behöver ett Accu-Chek-konto för att kunna ställa in appen.
- Du behöver en privat e-postadress för att kunna skapa ett Accu-Chek-konto.

Systemkrav

Du får endast använda appen om följande krav är uppfyllda:

- Du måste använda Accu-Chek SmartGuide CGM-sensorn och -appen.
- Du måste vara ansluten till internet för att kunna få glukosprognoser och apnotiser.
- iOS-versionen av appen kräver iOS 15.3 eller senare.
- Android-versionen av appen kräver Android 11 eller senare.

Innan du uppdaterar operativsystemet på din mobila enhet till en nyare version ska du kontrollera att appen är kompatibel med den nya operativsystemversionen. Om du är osäker kan du titta i listan över kompatibla enheter: <https://tools.accu-chek.com/documents/dms/index.html>. Kontakta kundsupport om du fortfarande behöver hjälp.

Vi rekommenderar att du uppdaterar appen och/eller operativsystemet på din mobila enhet så fort det finns en tillgänglig uppdatering.

Nätverkskrav

Följande krävs för appen:

- Säker internetanslutning för att kunna dela data med ditt Accu-Chek-konto och molnet hos Roche Diabetes Care. Anslut endast din mobila enhet till kända, tillförlitliga och säkra Wi-Fi®-nätverk och mobila nätverk.

Krav på webbläsare

Du behöver en webbläsare för att kunna skapa ett Accu-Chek-konto och logga in i appen. Om du inte redan har en webbläsare installerad måste du först ladda ned en.

Den här appen är kompatibel med följande webbläsare på Android-enheter:

- Google Chrome
- Mozilla Firefox
- Mozilla Firefox Focus
- Microsoft Edge
- Samsung Internet

Den här appen är kompatibel med webbläsaren Safari på iOS-enheter.

4.2 Versionsinformation

Gå till App Store eller Google Play om du vill se den senaste versionsinformationen för appen.

5.1 Installera och avinstallera appen

Installera appen

Först måste du ladda ned appen till din mobila enhet. Du kan ladda ned appen från följande digitala distributionsplattformar:

- App Store för iOS-användare
- Google Play för Android-användare

Ladda ned appen och installera den på din mobila enhet. Information om hur du installerar appar på din mobila enhet finns i bruksanvisningen till din mobila enhet samt i App Store eller Google Play.

Avinstallera appen

Information om hur du avinstallerar appar på din mobila enhet finns i bruksanvisningen till din mobila enhet samt i App Store eller Google Play.

5.2 Logga in i Predict-appen

När du har laddat ned och installerat appen kan du öppna den och logga in.

Du behöver en webbläsare för att logga in i appen. Om du inte redan har en webbläsare installerad måste du först ladda ned en.

- 1 Tryck på appikonen.
- 2 Introduktionsskärmarna visas. Svajpa åt vänster för att se skärmarna.
- 3 Logga in i appen med samma användarnamn och lösenord som för ditt Accu-Chek-konto.
- 4 Har du inget Accu-Chek-konto? Tryck på **Skapa konto** och följ anvisningarna på skärmen.

5.3 Inställning av Accu-Chek SmartGuide-appen

Om Accu-Chek SmartGuide-appen är korrekt inställd så tar Predict-appen emot CGM-data automatiskt.

Om dataöverföringen lyckas kommer du till startskärmen. Du får åtkomst till olika områden i appen från navigeringssektionen längst ned.

Är Accu-Chek SmartGuide-appen inte installerad?

Tryck på **Gå till appen** så skickas du vidare till motsvarande appbutik. Du kan även trycka på ikonen för Accu-Chek SmartGuide-appen längst upp till höger på startskärmen.

Är sensorn inte kopplad än?

- Tryck på **Gå till appen** så öppnas Accu-Chek SmartGuide-appen. Följ anvisningarna för att koppla sensorn.
- Predict-appen måste ha tillgång till regelbundet uppdaterade glukosvärden för att kunna ge de mest exakta prognoserna. Tryck på **Synkronisera nu** för att överföra dina CGM-data.

Appen är installerad och ansluten, men det verkar som att något gick fel?

- Du måste vara inloggad på ditt Accu-Chek-konto.
Om du loggar ut kommer du inte att få några glukosvärden eller notiser. Du använder inloggningsuppgifterna till ditt Accu-Chek-konto för att logga in i både Accu-Chek SmartGuide-appen och Predict-appen.
- Det finns inte tillräckligt med data.
Kontrollera att CGM-sensorn och Accu-Chek SmartGuide-appen fungerar korrekt. Det krävs minst 1 timmes oavbruten överföring av CGM-data för att Predict-appen ska kunna ge dig din första glukosprognos för de kommande 2 timmarna.
- Det är dags att byta ut sensorn.
Gå tillbaka till Accu-Chek SmartGuide-appen och följ anvisningarna för att byta ut sensorn.
- Det finns inga tillgängliga CGM-data.
Inga data visas i diagrammet på startskärmen. Gå tillbaka till Accu-Chek SmartGuide-appen för att felsöka. Tryck på ikonen för Accu-Chek SmartGuide-appen längst upp till höger på startskärmen.

6.1 Allmänna krav

Skötsel av enheten

Använd inte appen på en mobil enhet som har en sprucken eller skadad display. Om displayen är sprucken eller skadad kan du kanske inte se all information som visas. Använd endast appen på en mobil enhet som fungerar korrekt.

6.2 Åtkomstskydd

Skydd av personliga data

Skydda dina data i appen mot obehörig åtkomst eller felaktig användning. Använd säkerhetsfunktionerna som är tillgängliga på din mobila enhet eller i operativsystemet, till exempel lösenordsskydd.

Alla dina diabetesdata är även krypterade och säkrade i ditt Accu-Chek-konto i molnet hos Roche Diabetes Care.

Gör så här om du vill ha information om hur Roche samlar in och använder dina personliga data:

- Tryck på **Meny > Konto > Integritetsinställningar**
- Tryck på **Meny > Konto > Hantera konto**

Skydd av den mobila enheten

Skydda appen mot åtkomst från tredje person. Tillåt endast tillförlitliga anhörgivårdare åtkomst.

- Låna inte ut din mobila enhet till någon annan, inklusive barn.
- Ställ in ett skärmlås i säkerhetsinställningarna på din mobila enhet.
- Konfigurera skärmlåset så att det automatiskt låser din mobila enhet efter en viss tids inaktivitet.

Kontoskydd

Skydda din Accu-Chek-kontoinformation. Dela inte ditt konto med någon annan än dina anhörgivårdare.

Skydda din mobila enhet mot ändringar av programvaran. Kontrollera att det krävs ett lösenord för installationer från appbutiken (till exempel App Store eller Google Play).

Information om hur du ändrar lösenordsinställningarna för ditt Apple- eller Google-konto finns i anvisningarna för din nedladdningsplattform.

Om du vill ändra lösenordsinställningarna för ditt Accu-Chek-konto går du till **Meny > Konto > Hantera konto**.

I kapitlet Konfigurera din mobila enhet i bruksanvisningen till Accu-Chek SmartGuide-appen finns mer information om hur du konfigurerar din mobila enhet.



Startskärmen är appens centrum och den är indelad i 5 sektioner. På den här skärmen visas följande:

- 1 Ikon för Accu-Chek SmartGuide-appen: Tryck på den här ikonen för att gå till startskärmen i Accu-Chek SmartGuide-appen. Predict-appen fortsätter att vara öppen.
- 2 Tryck på ⓘ-ikonen om du vill få mer information om hur din glukosprognos visas i diagrammet.
- 3 I diagrammet visas dina glukosnivåer under den föregående timmen, de aktuella glukosnivåerna och det förväntade området för glukosnivåerna under de kommande 2 timmarna. Den prickade linjen i det förväntade området representerar ditt förväntade glukosmedelvärde.
Noggrannheten för ditt förväntade glukosområde minskar ju längre ut i tidsspannet du kommer, vilket visas genom att längden på de vertikala staplarna ökar.
Om du får felmeddelanden gällande prognoserna så visas de i diagramområdet.
- 4 Aktuell glukosnivå i motsvarande måtenhet.
- 5 Meddelandeområde: Viktig information såsom sannolikheten att få låg nivå på natten och låg glukosnivå inom 30 minuter visas här, direkt under diagrammet.
Om appen identifierar mönster i dina glukosnivåer så visas de mönstren också här.

7.1 Navigeringselement

Följande navigeringselement visas på den övre delen av skärmen.

- Tryck på < för att gå tillbaka till föregående skärm.
- Tryck på ✕ för att stänga en skärm.

Följande navigeringselement visas på den nedre delen av skärmen.



Ikonerna markeras med blått för att indikera vilket område i appen du tittar på för tillfället.

- 1 Ikonen **Hem**: Tryck på ikonen för att komma till startskärmen.
- 2 Ikonen **Mönster**: Tryck på ikonen för att komma till skärmen Glukosmönster.
- 3 Ikonen **Meny**: Tryck på ikonen för att visa fler menyalternativ. Alternativen omfattar Anslutningar, Konto, Notisinställningar, Exportera rapport, Bruksanvisning, Produktinfo och Kontakta oss.

Appen förutsäger hur dina glukosnivåer kan komma att förändras under de närmaste 2 timmarna. Prognosen baseras på dina senaste CGM-värden och på dina kolhydrat- och insulininlägg i loggboken i Accu-Chek SmartGuide-appen.

Glukosprognosen visas i diagrammet på startskärmen när CGM-data har överförts till appen oavbrutet under minst 1 timme.

I diagrammet visas dina glukosnivåer under den föregående timmen, de aktuella glukosnivåerna och det förväntade området för glukosnivåerna under de kommande 2 timmarna. Den prickade linjen i det förväntade området representerar ditt förväntade glukosmedelvärde.

Noggrannheten för ditt förväntade glukosområde minskar ju längre ut i tidsspannet du kommer, vilket visas genom att längden på de vertikala staplarna ökar.

Kom ihåg att de kommande glukosvärdena som visas endast är prognoser som kan variera från de faktiska värdena och att de inte påverkas av den aktuella statusen för Trendläge eller Behandlingsläge i Accu-Chek SmartGuide-appen. Trendläge innebär att värdena som visas i Accu-Chek SmartGuide-appen endast ska användas för att se trender samt som en allmän referens. Endast värden som visas i Behandlingsläge kan användas för att fatta behandlingsbeslut.

Området som visas i diagrammet går från 0 till 300 mg/dL (0–16,7 mmol/L). Om ditt värde ligger över 300 mg/dL (16,7 mmol/L) kommer det att indikeras med en triangel som pekar uppåt, och i appen visas HI istället för ett numeriskt värde om ditt värde är över 400 mg/dL (22 mmol/L). Om ditt värde är lågt och ligger under 40 mg/dL (2,2 mmol/L) kommer det att indikeras med en triangel som pekar nedåt, och i appen visas LO istället för ett numeriskt värde.

Om din förväntade glukosnivå går mot en låg nivå och om kortet Prognos för låg glukosnivå visas så visas endast glukosvärden för de kommande 30 minuterna i diagrammet. Om din förväntade glukosnivå inte når en låg nivå inom de här 30 minuterna så visas inga prognosvärden i diagrammet och endast kortet Prognos för låg glukosnivå visas.

Tänk på följande när du tittar på din prognos:

- Predict-appen ger prognoser baserat på dina CGM-data och dina loggade kolhydrat- och insulininlägg. Alla åtgärder som du eventuellt vidtar under de närmaste två timmarna (till exempel äta, tillföra insulin eller motionera) tas inte med i prognosen.
- 2-timmarsprognosen är endast avsedd som information i de fall då prognosen är för mer än 45 minuter för att göra dig uppmärksam på åtgärder du snart kan behöva vidta (till exempel kontrollera din glukosnivå oftare, förbereda insulininjektioner eller ha kolhydrater lätt tillgängliga). Vid prognoser om hög eller låg glukosnivå inom de kommande 45 minuterna ska du fundera på vilka åtgärder du behöver vidta.

8.1 Felmeddelanden gällande glukosprognos

Du kommer att få ett eller flera av följande felmeddelanden om det inte finns någon glukosprognos på din startskärm.

Felmeddelande	Åtgärd
Vi behöver minst 1 timmes CGM-data för att kunna förutsäga din glukosnivå.	Du får vänta 1 timme innan din glukosprognos kan visas.

Felmeddelande	Åtgärd
Vi kan inte förutsäga din glukosnivå när du ligger under 70 mg/dL (3,9 mmol/L).	Vi kan inte ge dig någon prognos eftersom din glukosnivå är låg. För att höja din glukosnivå över 70 mg/dL (3,9 mmol/L) ska du äta eller dricka något sockerhaltigt enligt rekommendationen från hälso- och sjukvårdspersonalen. (Det här värdet är endast ett exempel. Din gräns för låg glukosnivå kan vara annorlunda.)
Vi kan inte förutsäga ditt glukosvärde. Försök igen senare.	Vi kunde inte förutsäga ditt glukosvärde. Återkom senare. Kontakta kundsupport om felet fortsätter att återkomma.

8.2 Prognos för låg glukosnivå

Kortet Prognos för låg glukosnivå visas på startskärmen om den här appen upptäcker att du kommer att få låg glukosnivå inom 30 minuter. Den låga glukosnivån kan inträffa när som helst inom de närmaste 30 minuterna.

Med att få låg nivå avses här att ditt glukosvärde kan hamna under gränsen för låg glukosnivå som du har ställt in för dina glukoslarm i Accu-Chek SmartGuide-appen. I kapitlet Komma igång i bruksanvisningen till Accu-Chek SmartGuide-appen finns mer information om hur du ställer in dina gränser för olika glukosnivåer.

Om det finns en hög sannolikhet att du får låg glukosnivå inom 30 minuter och du har aktiverat notiser så kommer notisen *Låg glukosnivå snart!* att visas antingen på din låsskärm eller när du svajar uppifrån och nedåt på skärmen, beroende på hur du har konfigurerat din mobila enhet.

Tryck på notisen *Låg glukosnivå snart!* om du vill få mer information på skärmen Prognos för låg glukosnivå. Läs rekommendationerna och bestäm vilken åtgärd du ska vidta härnäst.

8.3 Undantag för Prognos för låg glukosnivå

Funktionen Prognos för låg glukosnivå är aktiv 24 timmar om dagen, 7 dagar i veckan, med följande undantag:

- Ditt larm för låg glukosnivå är inställt på under 60 mg/dL (3,3 mmol/L) eller på över 100 mg/dL (5,5 mmol/L) i Accu-Chek SmartGuide-appen. Notisen fungerar inte när ditt larm för låg glukosnivå är inställt på över 100 mg/dL (5,5 mmol/L).
- Det har gått 20 minuter sedan ditt senaste kolhydratintag.
- Det har gått 30 minuter sedan den senaste prognosen och den senaste notisen skickades.
- Ditt glukosvärde är redan under gränsen för låg glukosnivå som du har ställt in för dina glukoslarm i Accu-Chek SmartGuide-appen. I kapitlet Komma igång i bruksanvisningen till Accu-Chek SmartGuide-appen finns mer information om hur du ställer in dina gränser för olika glukosnivåer.

Kortet Prognos för låg glukosnivå försvinner från startskärmen efter 15 minuter.

Funktionen Prognos för låg nivå på natten informerar dig innan du går och lägger dig om sannolikheten att du får låg glukosnivå på natten, och anger även den tidsperiod under vilken risken för låg nivå är som högst. Prognosen är tillgänglig mellan kl. 21:00 och 02:00.

Med låg nivå avses här att ditt glukosvärde kan hamna under 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Funktionen Prognos för låg nivå på natten har ett fast lågt tröskelvärde på 70 mg/dL (3,9 mmol/L) som är oberoende av Accu-Chek SmartGuide-appen.

En natt definieras som en tidsperiod på 7 timmar som börjar vid den tidpunkt då prognosen beräknas.

Du kan ställa in funktionen Prognos för låg nivå på natten och begära en ny beräkning manuellt för valfri tidsperiod mellan kl. 21:00 och 02:00. Du kan även få besked vid utvalda tidpunkter med hög risk (betydligt högre än din normala risk).

Om det finns en hög sannolikhet att du får låg glukosnivå på natten och notiser är aktiverade så kommer notisen *Prognos för låg nivå på natten!* att visas på låsskärmen på din mobila enhet. Kortet Prognos för låg nivå på natten visas nedanför diagrammet på appens startskärm. Gå till **Meny > Notisinställningar** för att hantera den här notisen.

Tryck på notisen eller kortet för att se en visuell prognos på skärmen Prognos för låg nivå på natten.

Sannolikheten att du får låg glukosnivå på natten är indelad i 3 olika risknivåer, där olika färger representerar varje nivå:

- Normal – lägre än 30 % (grön)
- Hög – mellan 30 och 60 % (gul)
- Mycket hög – högre än 60 % (röd)



Fundera på vilka åtgärder du ska vidta, oavsett om sannolikheten att du får låg glukosnivå på natten är normal, hög eller mycket hög.

Även en normal risk är fortfarande en risk, så alla åtgärder som betraktas som nödvändiga bör trots allt övervägas.

På skärmen Prognos för låg nivå på natten visas även följande rekommendationer om det finns en hög eller mycket hög sannolikhet att du får låg glukosnivå på natten:

- Ha kolhydratrika snacks inom räckhåll vid sängen.
- Överväg att injicera färre enheter basalinsulin på kvällen.
- Ät mat som är rik på proteiner eller fett.

Du kan begära en manuell beräkning var 20:e minut av sannolikheten att du får låg glukosnivå, så länge det har gått 20 minuter sedan din senaste måltid och/eller insulininjektion, med följande undantag:

- Ditt glukosvärde är redan under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) eller under din gräns för låg glukosnivå (om den är över 70 mg/dL (3,9 mmol/L)).
- Din glukosprognos eller kortet Prognos för låg glukosnivå har indikerat att du är på väg att hamna under 70 mg/dL (3,9 mmol/L). Ditt glukosvärde kan variera från det glukosvärde som visas här, eftersom värdet baseras på gränsen för låg glukosnivå som du ställer in för dina glukoslarm i Accu-Chek SmartGuide-appen.

9.1 Felmeddelanden gällande Prognos för låg nivå på natten

Om det inte går att ge dig någon prognos för låg nivå på natten ska du läsa följande för att förstå vad det kan bero på och vilka åtgärder du kan vidta. Dina glukosvärden kan skilja sig från vad som visas här.

Felmeddelande	Åtgärd
Något gick fel	Vår tjänst är eventuellt inte tillgänglig. Om Försök igen inte fungerar ska du vänta några minuter. Kontakta kundsupport om felet fortsätter att återkomma.
Inte tillgänglig ännu	Det är för tidigt att beräkna om du kan få låg glukosnivå på natten. Återkom mellan kl. 21:00 och 02:00. Funktionen Prognos för låg nivå på natten fungerar endast under den här tidsperioden.
Inte tillräckligt med data	Du måste använda CGM-sensorn i minst 1 dag. Vi behöver data från minst 1 dag för att kunna förutsäga sannolikheten att du får låg glukosnivå under natten.
Kolhydrat- eller insulinintag identifierat	Om ett kolhydrat- eller insulininlägg lades till i loggboken i Accu-Chek SmartGuide-appen så behöver appen minst 20 minuter för att analysera det nya inlägget och göra en ny beräkning av sannolikheten att du får låg glukosnivå under natten.
Du håller på att få låg glukosnivå	Det här meddelandet visas om din glukosprognos eller kortet Prognos för låg glukosnivå indikerar att ditt glukosvärde förutsägs hamna under 70 mg/dL (3,9 mmol/L). (Det här värdet är endast ett exempel. Din gräns för låg glukosnivå kan vara annorlunda.)
Du ligger under 70 mg/dL (3,9 mmol/L)	Den här appen kan inte förutsäga låg glukosnivå när din glukosnivå redan är låg. Ät eller drick något sockerhaltigt enligt rekommendationerna från hälso- och sjukvårdspersonalen. (Det här värdet är endast ett exempel. Din gräns för låg glukosnivå kan vara annorlunda.)

Felmeddelande	Åtgärd
Något gick fel	Vi kunde inte förutsäga din glukosnivå när du försökte beräkna din risk. Återkom senare.
Är du online?	Kontrollera att din mobila enhet är ansluten till internet för att kunna använda den här appen.

9.2 Aktivera Prognos för låg nivå på natten

- 1 Tryck på **Aktivera** på kortet Prognos för låg nivå på natten.
 - 2 Tryck på **Nästa** och slå på växlingsknappen för notiser.
 - 3 Ange tiden och tryck på **Klart**.
Välj en tidpunkt som är minst 30 minuter efter dagens sista måltid och insulindos och som är innan läggdags.
- ☒ Bekräftelseskärmen visas. Tryck på **OK**.

Den här funktionen identifierar återkommande glukoshändelser som inträffar under en dag eller en vecka (mån-sön).

Varje dag visas de identifierade mönstren från de senaste 24 timmarna under diagrammet på startskärmen.

Både mönster i målområdet och utanför målområdet visualiseras. Genom att studera dina mönster utanför målområdet kan du vidta åtgärder för att förhindra dem i framtiden.

Ordningen för mönstren är att mönstret med den högsta hälsorisken (till exempel ett mönster för mycket låg eller låg glukosnivå) visas först, längst upp. Du kan även ställa in påminnelser för valfritt identifierat mönster.

Varje måndag visar appen en sammanfattning av alla mönster som har identifierats den föregående veckan. Läs och följ anvisningarna i avsnittet Aktivera notisen för veckosammanfattning om du vill få besked när sammanfattningen är klar.

Tryck på ikonen Mönster i navigeringssektionen längst ned för att göra följande:

Från fliken Aktuellt på skärmen Glukosmönster

- Se identifierade mönster och de mönster för vilka påminnelser har ställts in.
- Tryck på ett identifierat mönster för att se mer information, till exempel eventuella associerade inlägg om kolhydrater, insulin och blodsockerresultat i loggboken i Accu-Chek SmartGuide-appen. Tryck på en enskild dag för mönstret för att se fler uppgifter och loggboksinformation för den dagen.
- Ställ in om du vill få besked när sammanfattningen för förra veckan är tillgänglig.

Från fliken Tidigare på skärmen Glukosmönster

- Se de mönster som inte längre identifieras, listade med den senaste månaden först. Tidigare mönster som är äldre än 2 veckor sparas separat i upp till 6 månader.

Första gången du tittar på skärmen Glukosmönster visas en översikt. Gå igenom och läs skärmarna för att få en bättre förståelse för hur funktionen fungerar.

10.1 Typer av glukosmönster

I tabellerna i det här kapitlet listas möjliga mönster och deras associerade tidsblock som kan identifieras baserat på dina CGM-data.

I den första tabellen visas tidsblocken och deras start- och sluttider.

Tidsblock	Starttid	Sluttid	Tidszon
Natt	00:00	06:00	Lokal tid
Morgon	06:00	10:00	Lokal tid
Under dagen	10:00	20:00	Lokal tid
Kväll	20:00	00:00	Lokal tid
Hela dagen	00:00	00:00	Lokal tid

Tidsangivelsen som visas för ett mönster återspeglar din lokala tid då tidsangivelsen registrerades. Tidigare tidsangivelser uppdateras inte om du flyttar dig till en annan tidszon.

I följande tabell listas de möjliga mönster som den här appen kan identifiera baserat på dina data.

Appens fasta standardglukosvärden används här som tröskelvärden som utlöser ett mönster utanför målområdet. Mönstren för i målområdet och utanför målområdet efter måltid utlöses utifrån det målområde som du ställer in i Accu-Chek SmartGuide-appen.

Du måste logga dina måltider kontinuerligt i Accu-Chek SmartGuide-appen för att kunna dra nytta av att frukost- eller måltidsassocierade mönster identifieras i appen.

Mönster-ikon	Möjliga mönster	Beskrivning
	Låg nivå (morgon, under dagen, kväll, natt)	Glukosnivån är under 70 mg/dL (3,9 mmol/L).
	Mycket låg nivå (morgon, under dagen, kväll, natt)	Glukosnivån är under 54 mg/dL (3,0 mmol/L).
	Långvarig låg nivå (morgon, under dagen, kväll, natt)	Glukosnivån är under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) i mer än 2 timmar.
	Låg nivå flera gånger per dag	Glukosnivån är under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) flera gånger under samma dag.
	Mycket hög nivå (morgon, under dagen, kväll, natt)	Glukosnivån är över 250 mg/dL (13,9 mmol/L).
	Hög nivå före frukost	Glukosnivån är över 130 mg/dL (7,2 mmol/L). Det här värdet är endast ett exempel. Ditt glukosvärde beror på det undre gränsvärdet för målområdet som du ställer in i Accu-Chek SmartGuide-appen. Tidsperiod: 06:00–10:00
	Hög nivå (morgon, under dagen, kväll, natt)	Glukosnivån är över 180 mg/dL (10,0 mmol/L).
	Utanför målområdet efter måltid	Glukosnivån är utanför ditt målområde efter måltid.
	I målområdet före frukost	Glukosnivån är i ditt målområde före måltid. Tidsperiod: 06:00–10:00
	I målområdet	Glukosnivån är i ditt målområde.
	Dagar i följd i målområdet	Glukosnivån är i målområdet under 3 eller flera dagar i följd.

Mönster-ikon	Möjliga mönster	Beskrivning
	I målområdet efter måltid	Glukosnivån är i ditt målområde efter måltid.
	Hög CGM-variabilitet	Glukosnivåerna varierar under dagen.
	Överkorrigering av låg nivå	Glukosnivån varierar från under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) till över 250 mg/dL (13,9 mmol/L) inom en 3-timmarsperiod.
	Överkorrigering av hög nivå	Glukosnivån varierar från över 250 mg/dL (13,9 mmol/L) till under 70 mg/dL (3,9 mmol/L) inom en 3-timmarsperiod.

10.2 Möjliga orsaker till låga och höga glukosmönster

I följande tabell anges möjliga orsaker till låga och höga mönster för en person med diabetes typ 1 eller typ 2. Observera att orsakerna kanske inte visas för alla mönster och diabetestyper. Tryck på en orsak i appen om du vill ha mer information.

Ikon	Orsak
	Insulindosering
	Injektionsställen
	Mat och dryck
	Fysisk aktivitet
	Hormonell påverkan
	Hormoner och biorytmer

Ikon	Orsak
	Värme
	Stress, sömn och sjukdom

10.3 Ställa in en påminnelse om glukosmönster

Genom att ställa in en påminnelse om mönster kan du definiera vilken åtgärd du vill vidta.

Genom att tillämpa både de data som appen samlar in och kunskapen om din egen livsstil och dina beteenden kan du få en bättre glykemisk balans och lättare undvika kritiska situationer.

Du kan när som helst gå till det individuella mönstret och stänga av påminnelsen därifrån.

När ett mönster har åtgärdats flyttar appen det automatiskt till fliken Tidigare. Om det finns en påminnelse inställd för mönstret tar appen samtidigt bort påminnelsen.

- 1** Tryck på **Mönster** i navigeringssektionen längst ned.
- 2** Tryck på det mönster som du vill få en påminnelse om.
- 3** Tryck på **Ställ in påminnelse**.
- 4** Slå på växlingsknappen för påminnelser.
- 5** Välj dag och tid och hur ofta du vill få en påminnelse om mönster. Tryck på **Spara**.
- 6** Tryck på **Klart**.
- ☒ Bekräftelseskärmen visas. Tryck på **OK**.
Upprepa samma steg för varje enskilt mönster som du vill bli påmind om.

10.4 Lägga till en anteckning

Du kan endast lägga till en anteckning på de dagar som ett mönster inträffade. Anteckningen kommer även att visas i din mönsterrapport.

- 1** Tryck på **Mönster** i navigeringssektionen längst ned.
- 2** Tryck på det mönster som du vill lägga till en anteckning till.
- 3** Tryck på den dag som mönstret inträffade.
- 4** Tryck på **Lägg till** och ange en kort beskrivning.

10.5 Aktivera notisen för veckosammanfattning

Sammanfattningen av mönster för den föregående veckan genereras varje måndag. Gör så här om du vill få besked när sammanfattningen är tillgänglig:

- 1** Tryck på **Mönster** i navigeringssektionen längst ned.
- 2** Tryck på **Aktivera** på kortet Veckosammanfattning.
- 3** Slå på växlingsknappen för notiser.
- 4** Tryck på **Nästa**.

- 5** Tryck på **Ge mig besked varje dag kl.** och ställ in tidpunkten då du vill få notisen.
- 6** Tryck på **Nästa**.
- ☒ Bekräftelseskärmen visas. Tryck på **OK**.

Du kan ändra dina val från **Meny > Notisinställningar**.

När du exporterar en rapport för första gången är det bra om du går igenom funktionsöversikten på skärmen. Du kan när som helst trycka på ⓘ-ikonen för att titta på översikten igen.

Du kan exportera rapporten direkt från den här appen. Du kan välja att inkludera din ambulatoriska glukosprofil (AGP) och/eller mönster för en tvåveckorsperiod. Det är enkelt att dela PDF-rapporten med hälso- och sjukvårdspersonalen. Säkerställ att metoden som du använder för att dela dina personliga data, till exempel e-post, har en tillräckligt hög säkerhetsnivå så att dina data skyddas.

Exportera rapport

1 Tryck på **Meny > Exportera rapport**.

2 Välj tvåveckorsperioden för din rapport.

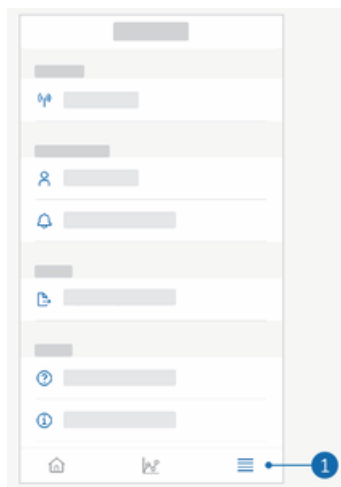
3 Välj innehållet för din rapport.

4 Tryck på **Generera rapport**.

✓ Din rapport visas.

Du kan dela rapporten eller spara den för att granska den vid ett senare tillfälle. Om du råkar stänga din genererade rapport innan du har sparat den kan du generera den på nytt och sedan spara den på önskad plats.

Tryck på **Meny** i navigeringssektionen längst ned om du vill titta på och ändra dina appinställningar. Granska inställningarna och andra uppgifter regelbundet. Om du har den mest uppdaterade informationen får du också den bästa upplevelsen när du använder den här appen.



Redigera notisinställningar

- 1 Tryck på **Meny** > **Notisinställningar**.
- 2 Slå på eller stäng av växlingsknappen för notiser efter behov.
- 3 Om du aktiverar notisen för veckosammanfattningen av dina mönster kan du behöva justera tidpunkten.
- 4 Tryck på **Spara**.

Redigera kontouppgifter

- 1 Tryck på **Meny** > **Konto** > **Hantera konto**.
- 2 Lägg till eller uppdatera nödvändig information. Tryck på **Spara**.

Integritetsinställningar

- 1 Tryck på **Meny** > **Konto** > **Integritetsinställningar**.

Skärmen Produktinfo

- 1 Tryck på **Meny** > **Produktinfo**.

Logga ut

- 1 Tryck på **Meny** > **Konto** > **Logga ut**.

Radera konto

- 1** Tryck på **Meny > Konto > Radera mitt konto**.
Tänk noga över om du verkligen vill utföra den här åtgärden. Om du raderar ditt Accu-Chek-konto kommer alla dina data att försvinna. Dina data går inte att återskapa vid ett senare tillfälle.
- 2** Tryck på **Klart**.

13.1 Felsökning

Klicka på länkarna nedan om du vill ha mer information.

- Felmeddelanden gällande glukosprognos
- Undantag för Prognos för låg glukosnivå
- Felmeddelanden gällande Prognos för låg nivå på natten
- Möjliga orsaker till låga och höga glukosmönster

13.2 Notisöversikt

Appen kommunicerar med dig på olika sätt.

Vissa notiser visas endast i informationssyfte. Läs notisen och tryck sedan på  för att stänga den.

I andra notiser tillhandahålls olika åtgärder som du kan välja att vidta. Läs notisen och välj den önskade åtgärden.

När du använder appen kan följande olika typer av informationsnotiser dyka upp:

- Hjälp med grundläggande inställningar
- Information om din aktuella glukosnivå
- Information om din glukosprognos
- Information om låga och höga glukosnivåer
- Information om olika typer av problem med appen eller din mobila enhet, i form av exempel

Kontakta oss

Kontakta kundsupport om du stöter på problem, har frågor om användningen av appen eller behöver mer information om appen. Tryck på **Meny > Kontakta oss**.

Rapportera allvarligt tillbud

För patienter/användare/tredje part i Europeiska unionen och i länder som lyder under samma bestämmelser; om det vid användning av den här produkten eller som resultat av dess användning uppkommer ett allvarligt tillbud, ska du rapportera detta till tillverkaren och nationella tillsynsmyndigheten.

Pappersversion av bruksanvisningen

Kontakta kundsupport om du vill ha en pappersversion av den här bruksanvisningen. Pappersversionen är kostnadsfri och skickas till dig inom några dagar.

Nedladdning av bruksanvisningen

Den här bruksanvisningen kan laddas ned från
<https://tools.accu-chek.com/documents/dms/index.html>.*

* avgifter för dataförbrukning kan tillkomma

Produktnamn

Accu-Chek SmartGuide Predict-app

Apptyp

Applikation för mobila enheter

Appversion

3.4

Tryck på **Meny > Produktinfo** om du vill ha mer information om den appversion du använder.

Operativsystem som stöds

Appen är endast tillgänglig för specifika operativsystem. Använd endast appen om ditt operativsystem stöds av appen.

Om du vill ha den senaste informationen om kompatibla operativsystem och operativsystemversioner trycker du på

<https://tools.accu-chek.com/documents/dms/index.html>.

Mobila enheter som stöds

Du kan endast ladda ned appen om din mobila enhet stöder den iOS- eller Android-version som krävs för att kunna använda appen.

För att få den senaste informationen om kompatibla mobila enheter trycker du på

<https://tools.accu-chek.com/documents/dms/index.html>.

Webbläsare som stöds

Du behöver en webbläsare för att kunna skapa ett Accu-Chek-konto och logga in i appen. Om du inte redan har en webbläsare installerad måste du först ladda ned en.

- Google Chrome
- Mozilla Firefox
- Mozilla Firefox Focus
- Microsoft Edge
- Samsung Internet

Den här appen är kompatibel med webbläsaren Safari på iOS-enheter.

Symbol	Beskrivning
Navigering i appen	
	Hem
	Mönster
	Meny
Navigering genom skärmarna	
	Tillbaka
	Stäng
	Bock
	Ytterligare information
Appmeny	
	Konto
	Anslutningar
	Notisinställningar
	Exportera rapport
	Produktinformation

Symbol	Beskrivning
	Kontakta oss
	Bruksanvisning
	Telefon
	E-postadress
Startskärm	
	Varningsmeddelande
	Prognos för låg nivå på natten tillgänglig
	Prognos för låg nivå på natten ej tillgänglig
	Glukosprognos tillgänglig
	Glukosprognos ej tillgänglig

Symbol	Beskrivning
	Se den elektroniska bruksanvisningen
	Observera, läs säkerhetsanvisningarna i bruksanvisningen som medföljer denna produkt.
	Produktionsdatum
	Medicinteknisk produkt
	Tillverkare
	Anger den auktoriserade representanten i Schweiz
	Unik produktidentifiering
	Uppfyller bestämmelserna i gällande EU-lagstiftning

SENASTE REVIDERING: 2025-07
1000092177(01)

ACCU-CHEK och ACCU-CHEK SMARTGUIDE är varumärken som tillhör Roche.

App Store är ett servicemärke som tillhör Apple Inc. och som är registrerat i USA och andra länder.

IOS är ett varumärke eller registrerat varumärke som tillhör Cisco i USA och andra länder.

Android, Google Play och Google Play-logotypen är varumärken som tillhör Google LLC.

Wi-Fi® är ett registrerat varumärke som tillhör Wi-Fi Alliance®.

Alla övriga produktnamn och varumärken är respektive ägares egendom.

© 2025 Roche Diabetes Care



Roche Diabetes Care GmbH
Sandhofer Strasse 116
68305 Mannheim, Germany



www.accu-chek.com