

Plik pomocy aplikacji mobilnej

Spis treści

Wprowadzenie.....	4
Aplikacja mobilna OneTouch Reveal®	4
Obsługiwane urządzenia i wymagania systemu.....	4
Nota prawna Apple.....	4
Znak handlowy Bluetooth®	4
Przeznaczenie.....	5
Rozdział 1: Rozpoczęcie korzystania.....	6
Rozpoczęcie korzystania.....	6
Tworzenie konta OneTouch Reveal®	6
Parowanie urządzeń.....	6
Ogólne instrukcje dotyczące parowania glukometru.....	7
Instrukcje dotyczące parowania glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™	7
Rozłączanie.....	8
Rozdział 2: Ogólne informacje o aplikacji.....	9
Symbole oraz ikony użyte w aplikacji.....	9
Menu Więcej.....	11
Synchronizacja glukometru.....	12
Synchronizacja w tle.....	12
Zmiana daty/godziny na urządzeniu mobilnym.....	12
Komunikaty specjalne.....	12
Synchronizowanie danych w wielu kompatybilnych urządzeniach bezprzewodowych z kontem OneTouch Reveal®	13
Rozdział 3: Pasek nawigacji.....	14
Strona główna.....	14
Funkcja udostępniania danych (udostępnij).....	14
Dzienniczek samokontroli.....	14
Ostatni wynik pomiaru.....	14
Trendy.....	15
Średnie.....	15
Rozdział 4: Dzienniczek samokontroli.....	16
Dzienniczek samokontroli.....	16
Przeglądanie danych.....	17
Dodawanie oznaczeń pomiarów okołoposiłkowych do wyników pomiarów.....	17
Dodawanie oznaczeń zdarzeń do wyników pomiarów.....	17
Dodawanie komentarzy do wyników pomiarów.....	18
Dodawanie zdarzeń.....	18
Dodaj węglowodany.....	18
Dodaj insulinę.....	18
Dodaj aktywność.....	19
Dodaj wynik pomiaru (ręcznie wprowadź wynik pomiaru poziomu cukru we krwi).....	19
Przeglądanie i dodawanie szczegółów dla każdego dnia.....	19
Przeglądanie trendów z dzienniczka samokontroli.....	20
Przeglądanie legendy z dzienniczka samokontroli.....	20
Rozdział 5: Cele.....	21
Cele.....	21

Monitorowanie postępów w osiągnięciu celów.....	21
Rozdział 6: Trendy.....	22
Wykrywanie trendów.....	22
Przeglądanie szczegółów trendu.....	24
Powtarzające się trendy.....	24
Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™).....	24
Otrzymywanie komunikatów dotyczących trendów.....	25
Rozdział 7: Średnie.....	26
Średnie.....	26
Użycie średnich z oznaczeniami pomiarów okołoposiłkowych.....	26
Korzystanie z narzędzia do porównywania wyników HbA1c.....	26
Rozdział 8: Menu Więcej.....	27
Menu Więcej.....	27
Moje ustawienia.....	27
Ustawienia systemu.....	27
Ustawienia użytkownika.....	29
Moje glukometry.....	30
Moje przypomnienia.....	30
Przypomnienia.....	30
Dodawanie przypomnienia.....	30
Usuwanie przypomnień.....	30
Otrzymywanie przypomnień.....	31
Automatyczne przypomnienia.....	31
Moje konto.....	31
Preferencje logowania.....	31
Połączenia.....	31
Aplikacje.....	31
Pomoc.....	32
Skontaktuj się z nami.....	32
Warunki użytkowania.....	32
Polityka ochrony prywatności.....	32
Rozdział 9: Rozwiązywanie problemów.....	33
Często zadawane pytania.....	33
Błąd aplikacji i inne komunikaty.....	34
Błąd dostępu do danych.....	34
Aplikacja nie uruchamia się.....	34
Aplikacja i glukometr korzystają z innych jednostek miary.....	34
Różne zakresy.....	34
Nieprawidłowy wynik pomiaru poziomu cukru we krwi.....	35
Nieprawidłowa wartość węglowodanów.....	35
Nieprawidłowa ilość jednostek insuliny.....	35
Nieprawidłowy ręcznie wprowadzony wynik pomiaru poziomu cukru we krwi.....	35
Wyłącznie dla lekarza.....	36
Informacje.....	37

Wprowadzenie

Aplikacja mobilna OneTouch Reveal®

Aplikacja OneTouch Reveal® jest narzędziem pomocnym w zarządzaniu cukrzycą, oraz ułatwia użytkownikowi monitorowanie poziomu cukru we krwi z poziomu bezprzewodowego urządzenia z opcją udostępniania wyników pomiarów lekarzowi oraz członkom rodziny. Aplikacja działa na kompatybilnych urządzeniach bezprzewodowych, takich jak telefon lub tablet z systemem iOS. Aplikacja obsługuje technologie bezprzewodowe Bluetooth® przy łączeniu się z glukometrem OneTouch®.

Główne funkcje:

- Przeglądanie prostych, kolorowych wykresów z wynikami pomiaru poziomu cukru we krwi.
- Dodawanie ważnych informacji dotyczących wyników, takich jak posiłki, aktywność lub insulina.
- Wykrywanie trendów WYSOKICH i NISKICH poziomów cukru we krwi oraz powtarzających się trendów wysokich i niskich wyników pomiarów poziomu cukru we krwi.
- Ustawianie przypomnień, takich jak przypomnienie o godzinie pomiaru oraz godzinie przyjęcia insuliny.
- Udostępnianie Raportu postępów oraz swoich wyników pomiarów lekarzowi.
- Ustalanie dziennych lub tygodniowych celów dla wykonywania pomiarów poziomu cukru we krwi, liczby wykonanych kroków, rejestrowania zawartości węglowodanów w spożywanych posiłkach lub rejestrowania ćwiczeń. Użytkownik może zdobywać medale, jeśli konsekwentnie realizuje swoje cele lub wykracza poza ich zakres.
- Porównanie wyników pomiarów HbA1c wykonanych przez lekarza z wynikami pomiarów poziomu cukru we krwi użytkownika wykonanymi w ciągu ostatnich 90 dni.
- Przechowywanie wszystkich danych w jednym miejscu.

Wsparcie:

- Sekcja pomocy w aplikacji.
- Plik pomocy (PDF) można pobrać i wydrukować z onetouchreveal.com/mobile-pdf/OneTouchRevealApp_iOS_UserManual_pl_PL.pdf.
- Zachęcamy Państwa do kontaktu w sprawie wsparcia dla aplikacji OneTouch Reveal®:
 - 801232323 (08:30 do 16:30 od poniedziałku do piątku)
 - OneTouch.pl/OneTouchReveal

Obsługiwane urządzenia i wymagania systemu

Najnowsza lista kompatybilnych urządzeń bezprzewodowych oraz wymagań systemu znajduje się na stronie onetouchreveal.pl/mobile-support/pl_PL.

Nota prawna Apple

Apple i App Store są znakami towarowymi firmy Apple Inc., zarejestrowanymi w Stanach Zjednoczonych oraz w innych krajach.

Znak handlowy Bluetooth®

Logotyp oraz logo Bluetooth® stanowią własność firmy Bluetooth® SIG, Inc. i każde ich wykorzystanie przez LifeScan, Inc. odbywa się na zasadzie licencji. Firma LifeScan, Inc. może użytkować tego typu znaki na mocy licencji. Pozostałe znaki i nazwy handlowe stanowią własność ich odpowiednich właścicieli.

Przeznaczenie

Aplikacja mobilna OneTouch Reveal[®] jest przeznaczona dla osób chorych na cukrzycę w celu przeglądania, monitorowania, badania trendów i udostępniania danych z glukometrów w celu leczenia cukrzycy. Aplikacja jest dostępna na kompatybilnych urządzeniach Apple iOS i współpracuje z bezprzewodowymi glukometrami OneTouch[®].



OSTRZEŻENIE: Raporty są przeznaczone wyłącznie dla lekarza. Przed wprowadzeniem jakichkolwiek zmian w schemacie leczenia cukrzycy należy przeanalizować raporty z lekarzem.



UWAGA: Funkcja Bluetooth[®] w glukometrze pozwala na przesyłanie wyników pomiarów do kompatybilnych urządzeń bezprzewodowych. Aplikacja powinna być używana tylko przez jedną osobę. **NIE** należy pozwalać innym osobom na korzystanie z glukometru. **NIE** należy parować glukometru należącego do innej osoby ze swoim kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym.

Rozdział

1

Rozpoczęcie korzystania

Rozpoczęcie korzystania

1. Pobierz aplikację mobilną OneTouch Reveal[®] ze sklepu Apple App Store i zainstaluj ją na kompatybilnym urządzeniu bezprzewodowym.
2. Rozpocznij, dotykając ikonę aplikacji.



Rysunek 1: Ikona aplikacji

Musisz założyć konto w aplikacji OneTouch Reveal[®], aby rozpocząć jej używanie. Jeżeli już posiadasz konto OneTouch Reveal[®], wystarczy jedynie kliknąć **Zaloguj się**.

3. Wybierz kraj i dotknij **Dalej**, aby kontynuować.
4. Postępuj zgodnie ze wskazówkami, następnie dotknij **Zarejestruj się**, aby założyć konto.

Możesz teraz sparować glukometr z kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym lub pominąć ten krok i sparować urządzenia później, wybierając **Moje glukometry** z menu Więcej.

Tworzenie konta OneTouch Reveal[®]

Konto OneTouch Reveal[®] umożliwia przeglądanie danych na wielu kompatybilnych urządzeniach bezprzewodowych. Konto pozwala na sporządzenie kopii bezpieczeństwa danych przechowywanych w aplikacji, eliminuje także konieczność synchronizowania glukometrów z każdym urządzeniem bezprzewodowym.

Użytkownik może uzyskać dostęp do danych z dodatkowych, kompatybilnych urządzeń bezprzewodowych, korzystając z utworzonego przez siebie konta. Aby korzystać z aplikacji na dodatkowych, kompatybilnych urządzeniach bezprzewodowych, należy zainstalować aplikację na urządzeniu, a następnie zalogować się na swoim koncie.

Parowanie urządzeń

Funkcja parowania glukometru umożliwia jego połączenie i komunikację z urządzeniem bezprzewodowym. Wystarczy raz sparować glukometr z urządzeniem bezprzewodowym. Glukometr i urządzenie muszą znajdować się w odległości metra od siebie, aby zapewnić skuteczne sparowanie. Dokładną odległość oraz informacje dotyczące stosowania funkcji Bluetooth[®] glukometru podano w Instrukcji obsługi glukometru.

Kilka glukometrów można sparować z kilkoma kompatybilnymi urządzeniami bezprzewodowymi. Na przykład glukometr można sparować zarówno z telefonem jak i z tabletem. W celu sparowania kilku glukometrów z kilkoma kompatybilnymi urządzeniami bezprzewodowymi należy powtórzyć instrukcje parowania urządzeń dla każdego glukometru.

Najnowsza lista kompatybilnych urządzeń bezprzewodowych oraz wymagań systemu znajduje się na stronie onetouchreveal.pl/mobile-support/pl_PL.

Ogólne instrukcje dotyczące parowania glukometru

Instrukcje dotyczące parowania glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect lub OneTouch Verio Reflect na stronie 7



UWAGA: NIE NALEŻY parować glukometru innej osoby ze swoim kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym.

Ogólne instrukcje dotyczące parowania glukometru

1. Dotknij ikony menu **Więcej, Moje glukometry**, a następnie **Sparuj urządzenie**.
2. Wybierz glukometr, który chcesz sparować.
3. Postępuj zgodnie ze wskazówkami, aby włączyć i uaktywnić Bluetooth® w glukometrze.
4. Zlokalizuj swój glukometr i dotknij **Sparuj**.
5. Na polecenie aplikacji wpisać numer PIN wyświetlony na ekranie glukometru za pomocą klawiatury aplikacji.
6. Oczekaj, aż kompatybilne urządzenie bezprzewodowe rozpocznie synchronizację danych z glukometru.

Gratulacje! Ukończono parowanie. Glukometr będzie widoczny na liście **Moje glukometry** w menu **Więcej**.

W celu sparowania dodatkowych glukometrów powtórz powyższe kroki. W jednym czasie można sparować tylko jeden glukometr.

Instrukcje dotyczące parowania glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™

UWAGA: Nie wszystkie glukometry są dostępne w każdym kraju. Ta funkcja jest dostępna wyłącznie na następujących glukometrach: OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.

1. Dotknij ikony menu **Więcej, Moje glukometry**, a następnie **Sparuj urządzenie**.
2. Przewiń w prawo, aby dotknąć zdjęcie glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.
3. Postępuj zgodnie z wyświetlanymi wskazówkami, aby włączyć glukometr.
Zostaniesz poproszony o dokonanie wyboru na ekranie glukometru. Dotyczy to dokonania wyboru na ekranie **Język** lub **Menu główne**.
4. Dotknij ekranu odpowiadającego temu, który jest widoczny na glukometrze.
5. Zostaniesz poproszony o wyszukanie ikony Bluetooth® w prawym, górnym rogu na ekranie glukometru, a następnie o dotknięcie opcji **Bluetooth®**.
Jeżeli ikona Bluetooth® nie jest widoczna, oznacza to, że funkcja Bluetooth® jest wyłączona w glukometrze. Dotknij **Brak Bluetooth®**, a aplikacja OneTouch Reveal® podpowie, jak włączyć funkcję Bluetooth® na ekranie **Ustawienia** glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.
6. Kiedy ekran **Wyszukiwanie...** zmieni się na ekran **Wykryto glukometry**, dotknij **Sparuj** obok glukometru.
Możesz porównać numer seryjny wyświetlany na ekranie z numerem seryjnym znajdującym się z tyłu glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.
7. Na polecenie aplikacji wpisz numer PIN wyświetlony na ekranie glukometru za pomocą klawiatury aplikacji i dotknij **Sparuj**.
8. Oczekaj, aż kompatybilne urządzenie bezprzewodowe rozpocznie synchronizację danych z glukometru.
Po zakończeniu aplikacja wyświetli symbol zaznaczenia.

Gratulacje! Ukończono parowanie. Glukometr będzie widoczny na liście **Moje glukometry** w menu **Więcej**.

Rozłączanie

Rozłączenie glukometru powoduje przerwanie połączenia glukometru z kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym, co uniemożliwia ich dalszą komunikację.

Jeżeli chcesz rozłączyć glukometr, możesz to zrobić w ustawieniach Bluetooth® kompatybilnego urządzenia bezprzewodowego. Instrukcje dotyczące tych ustawień znajdują się w instrukcji obsługi kompatybilnego urządzenia bezprzewodowego.

Rozdział

2

Ogólne informacje o aplikacji

Symbole oraz ikony użyte w aplikacji

Tabela 1: Rozpoznawanie ikon









	Rozpoczyna uwierzytelnianie za pomocą czytnika Touch ID.
	Wskazuje na informacje dotyczące aktywności.
	Wskazuje na informacje o insulynie.
	Wskazuje na informacje o posiłkach (węglowodanach).
	Wskazuje na informacje o poziomie cukru we krwi.

Tabela 2: Ikony zdarzeń

	Przed posiłkiem
	Po posiłku
	Oznaczenie zdarzenia dot. węglowodanów dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)

	Oznaczenie zdarzenia dot. stresu dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)
	Oznaczenie zdarzenia dot. choroby dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)
	Oznaczenie zdarzenia dot. leków dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)
	Oznaczenie zdarzenia dot. ćwiczeń dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)
	Oznaczenie zdarzenia dot. glukozy dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)
	Oznaczenie zdarzenia dot. insuliny dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)
	Oznaczenie zdarzenia dot. nastroju dla pomiaru poziomu cukru we krwi (wyłącznie glukometry OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™)

Tabela 3: Inne ikony



	Udostępnij
	Nawigacja

Tabela 4: Ikony tabeli












	Uwaga
---	-------

Tabela 5: Ikony powiadomień

	Trend - wysokie wyniki
---	------------------------

	Trend - niskie wyniki
---	-----------------------

Tabela 6: Ikony wykresów

		
Przed posiłkiem - wynik niski	Przed posiłkiem - wynik w zakresie	Przed posiłkiem - wynik wysoki
		
Po posiłku - wynik niski	Po posiłku - wynik w zakresie	Po posiłku - wynik wysoki
		
Brak oznaczenia - wynik niski	Brak oznaczenia - wynik w zakresie	Brak oznaczenia - wynik wysoki

Menu Więcej

Dotknij ikony menu Więcej, aby wyświetlić menu Więcej.



Menu Więcej umożliwia szybki dostęp do wszystkich dodatkowych funkcji aplikacji.

Moje ustawienia

- Zawiera dane osobowe, w tym płeć, typ cukrzycy, dane kontaktowe, zakres poziomu cukru we krwi (górną i dolną granicę), stosowanie insuliny, plan dzienniczka samokontroli i śledzenie celów.

Moje glukometry

- Lista wszystkich glukometrów obecnie sparowanych z kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym oraz data i godzina ich ostatniej synchronizacji z urządzeniem.
- Opcja parowania dodatkowych glukometrów.

Moje przypomnienia

- Opcja ustawiania pomocnych alarmów do podjęcia istotnych działań.

Moje konto

- Informacje o moim koncie OneTouch Reveal[®], ostatniej synchronizacji i preferencjach logowania.

Połączenia

- Udostępnij swoje informacje medyczne oraz połącz się z Apple Zdrowie, partnerami lub zespołem opieki.

Pomoc

- Aby uzyskać pomoc w stosowaniu aplikacji, wyświetl pliki pomocy lub pobierz wersję PDF.

Skontaktuj się z nami

- Oceń aplikację lub przeglądaj dane kontaktowe (strona internetowa, adres e-mail i telefon) Działu Wsparcia Klienta.

Synchronizacja glukometru

Po sparowaniu glukometru należy upewnić się, że aplikacja i glukometr są często synchronizowane w celu uaktualnienia danych.

1. Włącz glukometr i upewnij się, że funkcja Bluetooth® jest włączona.
2. W aplikacji pojawi się „**Synchronizacja z glukometrem**”, powiadamiając użytkownika, że glukometr jest połączony z aplikacją.
3. Po zakończeniu czynności aplikacja wyświetli ostatni przesłany wynik pomiaru. Można do niego dodać więcej szczegółów.

Można również rozpocząć synchronizację aplikacji i glukometru, przeciągając w dół na ekranie głównym.

UWAGA:

- Użytkownik może anulować przesyłanie danych w toku poprzez wyłączenie glukometru.
- Jeżeli synchronizacja nie powiodła się, wyświetlony zostanie pasek statusu błędu.
- Wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi są zawsze wyświetlane w aplikacji z jednostką miary (mg/dL) glukometru.
- Wyniki testów z roztworem kontrolnym nie są wyświetlane w aplikacji.

Aby przeprowadzić pomyślną synchronizację, sprawdź czy:

- Glukometr jest odpowiednio sparowany i czy jest włączony.
- Funkcja Bluetooth® jest włączona w glukometrze i kompatybilnym urządzeniu bezprzewodowym.

Synchronizacja w tle

OneTouch Reveal® posiada obecnie funkcję synchronizacji w tle. Synchronizacja w tle umożliwia glukometrowi synchronizację pomiarów z aplikacją, gdy jest włączona. Synchronizacja wystąpi nawet, kiedy użytkownik nie korzysta z aplikacji, pod warunkiem, że aplikacja działa w tle na urządzeniu mobilnym użytkownika, Bluetooth® jest włączony na urządzeniu mobilnym i glukometr jest włączony.

Można włączyć lub wyłączyć opcję synchronizacji w tle, klikając w Menu Więcej, a następnie w **Moje glukometry**.

Użytkownik będzie otrzymywał okresowe przypomnienia, jeśli synchronizacja w tle z OneTouch Reveal® na glukometrze nie zostanie ukończona przez pewien czas.

Zmiana daty/godziny na urządzeniu mobilnym

Należy pamiętać, że jeśli z jakiegokolwiek powodu manualnie zmieni Pan/Pani datę i godzinę na swoim urządzeniu mobilnym, OneTouch Reveal® automatycznie zaktualizuje godzinę na glukometrze, aby odpowiadała godzinie na urządzeniu mobilnym. Może to skutkować przypisaniem niepoprawnej daty lub godziny do pomiarów.

Jeśli podczas synchronizacji aplikacja wykryje pomiary z glukometru o godzinie późniejszej o więcej niż 24 godziny, aplikacja ukryje te pomiary, aby uniknąć pomyłki i zapewnić poprawność danych, które użytkownik widzi w aplikacji mobilnej.

Komunikaty specjalne

Podczas użytkowania glukometru mogą zostać wyświetlone powiadomienia, informujące o różnicach w ustawieniach w glukometrze i aplikacji. Na przykład, jeżeli górna i dolna granica zakresu poziomu cukru we krwi ustawiona w glukometrze różni się od wartości ustawionych w aplikacji, użytkownik zostanie powiadomiony o konieczności wybrania zakresu, który zostanie ustawiony zarówno w glukometrze, jak i w aplikacji. Pełna lista powiadomień – patrz [Błąd aplikacji i inne komunikaty](#).

Synchronizowanie danych w wielu kompatybilnych urządzeniach bezprzewodowych z kontem OneTouch Reveal®.

Aby uzyskać dostęp do danych zapisanych na wielu urządzeniach bezprzewodowych, należy na każdym z nich zalogować się na konto OneTouch Reveal®. Wszystkie dane zapisane na koncie zostaną automatycznie wyświetlone na urządzeniu bezprzewodowym.

Rozdział

3

Pasek nawigacji

Strona główna

Ekran główny to pierwszy ekran, który zostanie wyświetlony po zalogowaniu.

Na ekranie głównym zostanie wyświetlony 14-dniowy widok Twojej aktywności, wyników pomiarów poziomu cukru we krwi, dawek insuliny lub wpisów dotyczących węglowodanów oraz powiadomienia dotyczące trendów i powtarzających się trendów. Na Osi czasu zostanie również przedstawiony postęp w osiąganiu celów. Dotknij dowolnej ikony, aby przeglądać jej szczegóły.

Można również rozpocząć synchronizację aplikacji i glukometru, przeciągając w dół ekran główny.

Funkcja udostępniania danych (udostępnij)

Funkcja udostępniania danych umożliwia udostępnienie informacji o wynikach pomiaru poziomu cukru we krwi innym osobom poprzez sms lub e-mail.

Udostępnianie danych jest dostępne wyłącznie z ekranów posiadających ikonę udostępniania danych. Dotknij ikony Udostępnij.



Dzięki funkcji udostępniania można udostępnić:

- Ostatni wynik pomiaru poziomu cukru we krwi.
- Raport postępów w formacie PDF zawierający najważniejsze podsumowania oraz statystyki dotyczące pomiarów poziomu cukru we krwi, dzienniczek samokontroli dla 14, 30 lub 90 dni.
- Plik w formacie CSV, zawierający informacje o wynikach pomiaru poziomu cukru we krwi w formie prostej tabeli z wynikami z 14, 30 lub 90 dni.

UWAGA: Opcje udostępniania zależą od możliwości użytkowanego kompatybilnego urządzenia bezprzewodowego.

Dzienniczek samokontroli

Ta opcja pozwala na wyświetlenie wyników pomiaru poziomu cukru we krwi, wpisów dotyczących aktywności, dawek insuliny oraz wpisów dotyczących węglowodanów w formie tabeli.

Ostatni wynik pomiaru

Ta opcja wyświetla Twój ostatni wynik pomiaru poziomu cukru we krwi. Dotknięcie powoduje wyświetlenie danych z ostatniej synchronizacji z glukometrem.

Trendy

Dotknięcie tej opcji spowoduje wyświetlenie trendów wysokich i niskich wyników z ostatnich 14 dni i poinformuje użytkownika, czy którekolwiek z tych trendów wysokich i niskich wyników wystąpiły ponownie o tej samej porze dnia. Więcej informacji znajduje się w części [Przeglądanie trendów z dzienniczka samokontroli](#).

Średnie

Zawiera statystyki dotyczące poziomu cukru we krwi dla trzech różnych okresów oraz wartość procentową wyników, które mieszczą się w kategorii w zakresie, wysokie lub niskie. Ponadto użytkownik może wprowadzić wyniki pomiarów HbA1c otrzymane od swojego lekarza, a aplikacja mobilna OneTouch Reveal[®] porówna wynik HbA1c ze średnią wyników pomiarów poziomu cukru we krwi z ostatnich 90 dni.

Rozdział

4

Dzienniczek samokontroli

Dzienniczek samokontroli

Dzienniczek samokontroli automatycznie organizuje wyniki poziomu cukru we krwi i pozwala na ich przeglądanie w trzech różnych widokach: Dzień, Tydzień oraz Widok klasyczny.

UWAGA:

- Wyniki oznaczone jako HI (wysokie) oraz LO (niskie) są zawarte w dzienniczku samokontroli.
- Wyniki pomiarów wprowadzone ręcznie są wyświetlane jako liczba zapisana kursywą, aby odróżnić je od wyników przesłanych z glukometru.
- Komórki z zagiętym rogiem strony oznaczają, że dostępne są dodatkowe wyniki pomiarów i/lub informacje o pomiarze.

Widok dzienny

W widoku dziennym wyświetlane są dane poziomu cukru we krwi dla danego dnia. Komórki na dole widoku dziennego przedstawiają wpisy dotyczące insuliny, aktywności oraz węglowodanów. Możesz dotknąć dowolnego zdarzenia, aby przeglądać szczegóły.

UWAGA: Wpisy dotyczące insuliny można wyłączyć w *Moje ustawienia*, tak aby informacje dotyczące insuliny nie były wyświetlane na dole widoku dziennego.

Widok tygodniowy

Widok tygodniowy przedstawia dane dot. poziomu cukru we krwi z 7 dni. Komórki na dole widoku tygodniowego przedstawiają wpisy dotyczące insuliny, aktywności oraz węglowodanów. Aby przeglądać szczegóły, dotknij dowolnej kolumny.

UWAGA: Wpisy dotyczące insuliny można wyłączyć w *Moje ustawienia*, tak aby informacje dotyczące insuliny nie były wyświetlane na dole widoku tygodniowego.

Widok klasyczny

Widok klasyczny to widok domyślny przy pierwszym otwarciu dzienniczka samokontroli. W widoku klasycznym wyniki są przypisywane do jednego z następujących okresów: W nocy, Śniadanie, Obiad, Kolacja lub Przed snem. Te pięć okresów można zmienić w celu dopasowania do własnego planu dnia. Informacje dotyczące ustawiania układu dzienniczka samokontroli znajdują się w części Układ dzienniczka samokontroli. Wyniki pomiarów oznaczone jako wykonane przed i po posiłku wyświetlają się również w oddzielnych kolumnach dla pory śniadania, obiadu oraz kolacji.

Widok klasyczny wyświetla dane dotyczące poziomu cukru we krwi z całego roku, które można zobaczyć, przewijając w dół. Aby przeglądać szczegóły, dotknij dowolnej komórki. Dotknij daty, aby wyświetlić widok listy zdarzeń dla tego dnia.

UWAGA:

- Wyniki pomiaru oznaczone jako wykonane przed i po posiłku wyświetlają się wyłącznie w przypadku używania funkcji Oznaczanie pomiarów okołoposiłkowych. Patrz *Moje ustawienia*.
- Aby wynik pomiaru pojawił się w kolumnie Przed posiłkiem lub Po posiłku, należy oznaczyć co najmniej jeden wynik jako wykonany przed lub po posiłku. Nieoznaczone wyniki pojawiają się pomiędzy kolumnami Przed/Po posiłku.
- Przedziały czasowe W nocy oraz Pora snu nie rozdzielają wyników pomiarów do kolumn Przed oraz Po posiłku, nawet jeśli można przypisywać oznaczenia okołoposiłkowe do tych wyników.

Przeglądanie danych

W widoku klasycznym przeciągnij w górę, aby przejrzeć starsze wyniki. Przeciągnij w dół, aby przejrzeć nowsze wyniki. W widoku dziennym lub tygodniowym użyj strzałki w lewo lub w prawo w celu przeglądania danych dla wybranego zakresu dat.

Wyniki wyświetlone na zielono mieszczą się w zakresie. Wyniki powyżej górnej granicy są wyświetlane na czerwono, a te poniżej dolnej granicy są wyświetlane na niebiesko. Więcej informacji o ustawianiu granic – patrz [Moje ustawienia](#). Wyniki pomiarów powyżej 600 mg/dL wyświetlają się jako HI (wysokie), a wyniki pomiarów poniżej 20 mg/dL wyświetlają się jako LO (niskie).

W danym polu dzienniczka samokontroli wyświetlany jest wyłącznie najnowszy wynik pomiaru. Zagięty róg przy danym wyniku oznacza, że dostępne są dodatkowe informacje o wyniku. Dotknij dowolnego wpisu w polu dzienniczka samokontroli, aby przejrzeć szczegóły.

Dodawanie oznaczeń pomiarów okołoposiłkowych do wyników pomiarów

W celu dodania oznaczeń pomiarów okołoposiłkowych do wyników pomiarów należy włączyć funkcję Oznaczania pomiarów okołoposiłkowych (więcej – [Moje ustawienia](#)).

1. Dotknij dowolny wynik pomiaru poziomu cukru we krwi, aby wyświetlić ekran **Edytuj zdarzenie**.
2. Wybierz **Przed posiłkiem** lub **Po posiłku**, aby dodać oznaczenie pomiaru okołoposiłkowego do danego wyniku pomiaru.
3. Dotknij **Zapisz** w prawym górnym rogu, aby zapisać oznaczenie i powrócić do poprzedniego ekranu.

UWAGA:

- Jeżeli oznaczanie pomiarów okołoposiłkowych jest włączone, granice pomiarów przed posiłkiem i po posiłku mogą zostać użyte, aby określić, czy wynik pomiaru poziomu cukru we krwi powinien wyświetlić komunikat dotyczący tendencji (więcej – [Moje ustawienia](#)).
- Oznaczenie pomiarów okołoposiłkowych może także zostać dodane do wyniku pomiaru zaraz po synchronizacji z aplikacją.
- Edytowanie oznaczeń dla posiłków może spowodować zmiany w Średnich, Trendach oraz Dzienniczku samokontroli.

Dodawanie oznaczeń zdarzeń do wyników pomiarów

UWAGA: Nie wszystkie glukometry są dostępne w każdym kraju. Ta funkcja jest dostępna wyłącznie na następujących glukometrach: OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.

Użytkownicy glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™ mogą dodawać również oznaczenia zdarzeń do wyników pomiarów, aby szybko wskazać, co użytkownik robił i jak się czuł w chwili wykonywania pomiaru. Oznaczenia zdarzeń mogą służyć jako przypomnienia o potencjalnych przyczynach, dla których poziom cukru we krwi był niski lub wysoki. Występuje osiem oznaczeń zdarzeń: Węglowodany, Stres, Choroba, Lek, Aktywność, Poziom cukru we krwi, Insulina i Nastroj. Aby dodać oznaczenie zdarzenia do wyniku pomiaru:

1. Dotknij dowolny wynik pomiaru poziomu cukru we krwi, aby wyświetlić ekran **Edytuj zdarzenie**.
2. Pod oznaczeniami pomiarów okołoposiłkowych, dotknij jednego lub więcej wyszarzonych oznaczeń zdarzeń, aby dodać je do wyniku pomiaru.
Po dotknięciu ikony będą wyświetlane w kolorach.
3. Dotknij **Zapisz** w prawym górnym rogu, aby zapisać oznaczenie zdarzenia i powrócić do poprzedniego ekranu.

UWAGA: Edytowanie oznaczeń dla zdarzeń może spowodować zmiany w Średnich, Trendach oraz Dzienniczku samokontroli.

Dodawanie komentarzy do wyników pomiarów

Aby dodać komentarze do swoich wyników, zapisz komentarze w polu pod wynikiem.

UWAGA: Pole tekstowe Dodaj komentarz nie jest środkiem komunikacji z OneTouch®. Informacje o wsparciu dla użytkownika znajdują się w części Skontaktuj się z nami w menu Więcej.

Dodawanie zdarzeń

Dotknij przycisk + w dowolnym widoku dzienniczka samokontroli.

Na ekranie **Dodaj zdarzenie** użytkownik może dodać informacje o posiłkach (węglowodany), insulinie, aktywności oraz wynikach pomiarów poziomu cukru we krwi.

UWAGA: Można edytować jedynie ręcznie wprowadzone informacje, w tym wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi.

Dodaj węglowodany

1. Dotknij ikony węglowodanów na ekranie **Dodaj zdarzenie**.
2. Użyj klawiatury do wprowadzenia ilości węglowodanów (od 0 do 999 gramów).
3. Sprawdź datę i godzinę dla tego wpisu.
Jeżeli data i godzina dla tego wpisu nie są prawidłowe, dotknij daty i użyj kalendarza kołowego, aby wybrać inną datę i godzinę.
4. Dotknij **Dodaj uwagę**, aby dodać uwagę do wpisu dotyczącego węglowodanów.
5. Dotknij **Zapisz**, aby zapisać ten wpis.

UWAGA: Dane dotyczące węglowodanów można importować z Apple Zdrowie oraz z innych aplikacji zewnętrznych.

Dodaj insulinę

1. Dotknij ikony Insulina na ekranie **Dodaj zdarzenie**.
2. Użyj klawiatury do wprowadzenia ilości insuliny (od 0 do 250 jednostek).
Wprowadzenie liczby jednostek insuliny jest wymagane. Jeśli nie chcesz dodawać wpisu dot. insuliny, użyj klawiatury, aby usunąć ilość lub dotknij **Powrót** w lewym, górnym rogu.
3. Następnie dotknij **Typ** i wybierz **Szybkodziałająca**, **Długodziałająca**, **Mieszana**, **NPH** lub **Inna**, w zależności od typu przyjętej insuliny.
UWAGA: Typ insuliny zostanie domyślnie ustawiony jako **Szybkodziałająca**, jeżeli nie zostanie wybrany inny typ. W dalszych wpisach Typ insuliny będzie zawsze domyślnie ustawiany jako typ użyty w poprzednim wpisie.
4. Sprawdź datę i godzinę dla tego wpisu.
Jeżeli data i godzina dla tego wpisu nie są prawidłowe, dotknij daty i użyj kalendarza kołowego, aby wprowadzić inną datę i godzinę.
5. Aby dodać uwagę do tego wpisu dot. insuliny, dotknij **Dodaj uwagę**.
6. Dotknij **Zapisz**, aby zapisać ten wpis.

Dodaj aktywność

1. Dotknij ikony Aktywność na ekranie **Dodaj zdarzenie**.
2. Korzystając z klawiatury, wprowadź czas trwania aktywności w minutach.
3. Następnie dotknij **Intensywność aktywności** i wybierz **Lekka, Umiark.** lub **Intensywna** w oparciu o intensywność aktywności.
4. Dotknij **Dodaj uwagę**, aby dodać uwagę do wpisu dotyczącego aktywności.
5. Sprawdź datę i godzinę dla tego wpisu.
Jeżeli data i godzina dla tego wpisu nie są prawidłowe, dotknij daty i użyj kalendarza kołowego, aby wprowadzić inną datę i godzinę.
6. Dotknij **Zapisz**, aby zapisać ten wpis.

Dodaj wynik pomiaru (ręcznie wprowadź wynik pomiaru poziomu cukru we krwi)

Możesz ręcznie dodawać wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi, korzystając z aplikacji.

1. Dotknij ikony poziomu cukru we krwi na ekranie **Dodaj zdarzenie**.
2. Korzystając z wyświetlonej klawiatury, wprowadź wynik pomiaru poziomu cukru we krwi w zakresie od 20 mg/dL do 600 mg/dL lub dotknij **HI** dla wyników wyświetlonych w glukometrze jako HI (wysokie) albo dotknij **LO** dla wyników wyświetlonych w glukometrze jako LO (niskie).
3. Sprawdź datę i godzinę dla tego pomiaru.
Jeżeli data i godzina dla tego wpisu nie są prawidłowe, dotknij daty i użyj kalendarza kołowego, aby wprowadzić inną datę i godzinę.
4. Wybierz **Przed posiłkiem** lub **Po posiłku**, aby dodać oznaczenie pomiaru okołoposiłkowego do danego wyniku pomiaru.
5. Dotknij **Dodaj uwagę**, aby dodać uwagę do tego wyniku pomiaru.
Więcej informacji o dodawaniu komentarzy do wyników pomiarów poziomu cukru we krwi – patrz [Dodawanie komentarzy do wyników pomiarów](#).
6. Dotknij **Zapisz**, aby zapisać ten wpis.

UWAGA:

- Podczas przeglądania wyników pomiaru poziomu cukru we krwi w aplikacji, ręcznie wprowadzone wyniki pomiarów są wyświetlane kursywą, aby odróżnić je od wyników pomiarów przesłanych z glukometru.
- Ręcznie wprowadzone wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi **NIE** są używane do wykrywania trendów wysokich i niskich wyników.

Przeglądanie i dodawanie szczegółów dla każdego dnia

W widoku Dzień dotknij ikonę wydarzenia, aby przeglądać szczegóły.

W widoku Tydzień dotknij kolumnę dowolnego dnia, aby przeglądać szczegóły dnia.

W widoku Klasyczny dotknij dowolną datę w lewej kolumnie, aby przeglądać szczegóły dnia.

Szczegóły dnia stanowią podsumowanie zdarzeń w danym dniu, w tym wyników pomiarów, posiłków (węglowodany), aktywności i danych dotyczących insuliny.

UWAGA: Szczegóły dnia mogą być przeglądane wyłącznie w widoku Tydzień i Klasyczny.

1. Na ekranie Szczegóły dnia dotknij dowolnego wpisu, aby przeglądać lub edytować szczegóły.

Dotknij wyniku pomiaru lub zdarzenia, aby wprowadzić do informacji požądane zmiany.

2. Dotknij symbolu + w prawym, górnym rogu, aby dodać zdarzenie.

Przeglądanie trendów z dzienniczka samokontroli

1. W widoku Klasyczny dotknij przycisk **Trendy** w lewym, górnym rogu, aby przeglądać wyniki pomiarów, które należą do trendu wysokich lub niskich wyników.

Trendy wysokich i niskich wyników są wyświetlane dla ostatnich 14 dni. Szczegółowe informacje dotyczące trendów wysokich i niskich wyników znajdują się w części [Wykrywanie trendów](#).

Wyniki pomiarów tworzących trend niskich wyników są połączone niebieską linią, natomiast czerwona linia łączy wyniki pomiarów tworzących trend wysokich wyników. Ponowne dotknięcie przycisku **Trendy** spowoduje powrót do widoku dzienniczka samokontroli bez trendów.

UWAGA:

- Jeżeli dla danej daty i okresu istnieje więcej niż jeden trend, wyświetlany jest tylko ostatni trend.
 - Wynik pomiaru jest uwzględniany tylko w jednym trendzie w tym samym czasie.
2. Aby przeglądać szczegóły wysokich i niskich trendów wyników dotknij dowolnego wyniku pomiaru, który należy do trendu. Każdy wynik pomiaru poziomu cukru we krwi jest wyświetlany z oznaczeniem pomiaru okołoposiłkowego. Dane dotyczące węglowodanów, aktywności lub insuliny są także wyświetlane, jeżeli zostały wprowadzone jako wykonane w ciągu 30 minut przed momentem przeprowadzenia pomiaru.
 3. Na ekranie Szczegóły trendu dotknij dowolnego wyniku pomiaru, aby przeglądać lub edytować szczegóły. Więcej o wprowadzaniu żądanych zmian do informacji – patrz [Przeglądanie szczegółów trendu](#).

Przeglądanie legendy z dzienniczka samokontroli

W dzienniczku samokontroli dotknij ikonę informacji w lewym, górnym rogu widoku Dzień lub Tydzień, aby przeglądać legendę dzienniczka samokontroli.

Legenda dzienniczka samokontroli przedstawia ikony dla wyników Przed posiłkiem, Po posiłku oraz Brak oznaczenia dla wyników oznaczonych jako niskie, w zakresie oraz wysokie. Legenda prezentuje także skalę kolorów dla intensywności aktywności.

Rozdział

5

Cele

Cele

Aplikacja mobilna OneTouch Reveal® pozwala użytkownikowi wyznaczyć spersonalizowane cele, aby pomóc mu realizować cele związane z kontrolą cukrzycy. Użytkownik może użyć opcji Cele, aby:

- Pomiar pc: Częściej badać poziom cukru we krwi, aby skuteczniej odnajdować trendy.
- Kroki: Monitorować wykonywaną codziennie liczbę kroków.
- Węglowodany: Regularnie zapisywać ilość spożytych węglowodanów, aby odnaleźć powiązania pomiędzy spożywanymi posiłkami a poziomem cukru we krwi.
- Aktywność: Śledzić ilość aktywności fizycznej.

Cele są monitorowane w przedziałach jednodniowych z wyjątkiem Aktywności, którą można także monitorować w przedziałach tygodniowych.

Cele można wyznaczać w opcji śledzenia celów w zakładce **Moje ustawienia > Ustawienia systemu**.

- [Ustaw cel dla pomiarów poziomu cukru we krwi](#)
- [Ustaw cel dla liczby kroków](#)
- [Ustaw cel dla węglowodanów](#)
- [Ustaw cel dla aktywności](#)

Monitorowanie postępów w osiągnięciu celów

Kiedy już wyznaczysz sobie cele i dążysz do ich realizacji, możesz sprawdzać swoje postępy na **Osi czasu**. Cele są wyświetlane w górnej części **Osi czasu** i są przedstawione za pomocą ikony dla każdego wyznaczonego celu. Dotknij ikonę dla każdego celu, aby zobaczyć swój postęp w osiągnięciu dziennego lub tygodniowego celu. Ponownie dotknij celu, aby zobaczyć historię celu lub postęp w osiągnięciu celów. Strzałki znajdujące się po lewej lub prawej stronie ikony celu umożliwiają przeglądanie szczegółów postępów w realizacji swoich innych wyznaczonych celów.

Rozdział

6

Trendy

Wykrywanie trendów

Aplikacja informuje o trendzie wyników pomiaru cukru we krwi poniżej dolnej granicy lub powyżej górnej granicy ustawionej w aplikacji.

Na ekranie trendów czerwona ikona (📩) określa trend - WYSOKIE wyniki, a niebieska ikona (📩) trend - NISKIE wyniki.

Informacje dotyczące ustawiania dolnych i górnych granic zakresu – patrz [Moje ustawienia](#). Trendy są wyświetlane wyłącznie dla ostatnich 14 dni.

UWAGA:

- Wyniki pomiaru oznaczone jako HI (wysokie) (powyżej 600 mg/dL) lub LO (niskie) (poniżej 20 mg/dL) są uwzględnione w trendach.
- Pojedynczy wynik pomiaru cukru we krwi jest uwzględniony wyłącznie w jednym trendzie.
- Wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi wprowadzone ręcznie nie są uwzględniane w trendach.
- Zmiana górnej i dolnej granicy zakresu spowoduje zmianę w trendach.

Komunikaty dotyczące trendów zawierają informacje o poprzednich wynikach pomiarów i mogą okazać się pomocne przy podejmowaniu decyzji o zmianie leczenia lub stylu życia. Wprowadzając istotne modyfikacje do schematu leczenia cukrzycy należy zawsze skonsultować się z lekarzem.

Po każdej synchronizacji z glukometrem aplikacja sprawdza wszystkie wyniki pomiarów przesłane z wszystkich glukometrów w ciągu ostatnich 14 dni w celu wykrycia nowych trendów. Trendy są identyfikowane w oparciu o porę dnia, w której dokonano pomiaru. Aby uznać grupę wyników pomiarów za trend, pomiary powinny być wykonywane w odstępach 3 godzin.

Aplikacja mobilna OneTouch Reveal® automatycznie prześle użytkownikowi powiadomienie o wykryciu trendów wysokich lub niskich poziomów cukru we krwi, tak aby mógł on podjąć działania pozwalające uniknąć tych trendów w przyszłości.

Powiadomienia te działają podobnie do [Automatycznych przypomnień](#), dlatego użytkownik musi włączyć powiadomienia w ustawieniach urządzenia mobilnego oraz [Synchronizację w tle](#) w aplikacji mobilnej OneTouch Reveal®.

Trend - wysokie wyniki

Komunikat dotyczący trendu wysokich wyników wyświetla się, gdy aplikacja wykryje co najmniej 3 wyniki pomiaru w ciągu 5 dni, które były powyżej górnej granicy ustawionej w aplikacji.

Trend - niskie wyniki

Komunikat dotyczący trendu niskich wyników wyświetla się, gdy aplikacja wykryje co najmniej 2 wyniki pomiaru w ciągu 5 dni, które były poniżej dolnej granicy ustawionej w aplikacji.

UWAGA: Trendy mogą ulec zmianie, gdy w glukometrze zmieniona zostanie pora dnia (np. czas w glukometrze zostanie zmieniony na czas letni).

Czym są granice zakresu i jak są używane?

Granice (oznaczenie pomiarów okołoposiłkowych wyłączone)	Definicja	Wpływ na trendy	Wyświetlanie w dzienniczku samokontroli i na wykresach
Niskie	Dolna granica zakresu	Określa granicę dla trendów niskich wyników	Wyniki pomiarów poniżej tej granicy wyświetlają się na niebiesko
Wysokie	Górna granica zakresu	Określa granicę dla trendów wysokich wyników	Wyniki pomiarów powyżej tej granicy wyświetlają się na czerwono

Granice (oznaczenie pomiarów okołoposiłkowych włączone)	Definicja	Wpływ na trendy	Wyświetlanie w dzienniczku samokontroli i na wykresach (w przypadku oznaczenia jako przed lub po posiłku)***
Przed posiłkiem - wynik niski	Dolna granica zakresu Przed posiłkiem	Określa granicę dla trendu niskich wyników (gdy wynik jest oznaczony jako pomiar wykonany przed posiłkiem)*	Wyniki pomiarów poniżej tej granicy wyświetlają się na niebiesko
Przed posiłkiem - wynik wysoki	Górna granica zakresu Przed posiłkiem	Określa granicę dla trendu wysokich wyników (gdy wynik jest oznaczony jako pomiar wykonany przed posiłkiem)**	Wyniki pomiarów powyżej tej granicy wyświetlają się na czerwono
Po posiłku - wynik niski	Dolna granica zakresu Po posiłku	Określa granicę dla trendu niskich wyników (gdy wynik jest oznaczony jako pomiar wykonany po posiłku)*	Wyniki pomiarów poniżej tej granicy wyświetlają się na niebiesko
Po posiłku - wynik wysoki	Górna granica zakresu Po posiłku	Określa granicę dla trendu wysokich wyników (gdy wynik jest oznaczony jako pomiar wykonany po posiłku)**	Wyniki pomiarów powyżej tej granicy wyświetlają się na czerwono

* W przypadku wyników nieoznaczonych jako wykonane przed lub po posiłku jako dolna granica do wykrywania trendu zostanie wykorzystana dolna granica dla zakresu przed posiłkiem lub po posiłku (niższa z wartości).

** W przypadku wyników nieoznaczonych jako wykonane przed lub po posiłku jako górna granica do wykrywania trendu zostanie wykorzystana górna granica dla zakresu przed posiłkiem lub po posiłku (wyższa z wartości).

*** W przypadku wyników nieoznaczonych jako wykonane przed lub po posiłku:

- Na niebiesko wyświetli się dolna granica na poziomie dolnej granicy zakresu przed posiłkiem lub po posiłku, w zależności od tego, która jest niższa.
- Na czerwono wyświetli się górna granica na poziomie górnej granicy zakresu przed posiłkiem lub po posiłku, w zależności od tego, która jest wyższa.

**UWAGA:**

- **NIE NALEŻY** opierać się na komunikatach dotyczących trendów w celu podjęcia natychmiastowych i/lub istotnych zmian schematu leczenia cukrzycy bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem.
- **NIE NALEŻY** czekać na komunikat dotyczący trendu w momencie otrzymania niskiego lub wysokiego wyniku pomiaru. Przy podejmowaniu decyzji dotyczących leczenia należy brać pod uwagę aktualny wynik pomiaru.

- Komunikaty dotyczące trendów wysokich i niskich wyników opierają się na górnej i dolnej granicy zakresu ustawionej w aplikacji. Komunikaty te różnią się od komunikatów HI (wysokie) oraz LO (niskie) wyświetlanych przy wynikach pomiaru poziomu cukru we krwi powyżej 600 mg/dL lub poniżej 20 mg/dL.
- **NIE** należy pozwalać innym osobom na korzystanie ze swojego glukometru OneTouch®. Jeżeli inne osoby będą używały glukometru, ich wyniki pomiarów zostaną przesłane do aplikacji, co może spowodować zmianę trendów użytkownika. Glukometr jest przeznaczony do użytku wyłącznie przez jednego pacjenta.

Przeglądanie szczegółów trendu

1. W zakładce Trendy dotknij dowolnego komunikatu dotyczącego trendu, aby przeglądać szczegóły dotyczące pojedynczych wyników pomiarów, które należą do trendu.

Każdy wynik pomiaru poziomu cukru we krwi jest wyświetlany z oznaczeniem pomiaru okołoposiłkowego. Dane dotyczące węglowodanów, aktywności lub insuliny są także wyświetlane, jeżeli zostały wprowadzone jako wykonane maksymalnie 30 minut przed momentem przeprowadzenia pomiaru.

2. Dotknij dowolnego wyniku pomiaru, aby przeglądać dodane do niego komentarze.

Więcej informacji o dodawaniu komentarzy do wyników pomiarów poziomu cukru we krwi można znaleźć w części [Dodawanie komentarzy do wyników pomiarów](#).

3. Dotknij **Powrót**, aby powrócić do poprzedniego ekranu.

Powtarzające się trendy

Funkcja Powtarzające się trendy analizuje *trendy* wysokich lub niskich poziomów cukru we krwi i informuje użytkownika, jeśli w ciągu ostatnich 14 dni o podobnej porze dnia wystąpił podobny trend. Oprócz rozpoznania i powiadomienia użytkownika o powtarzającym się trendzie, aplikacja może zasugerować wykonanie czynności, dzięki którym możliwe będzie zapobieganie ponownemu wystąpieniu podobnego trendu. Na przykład jeśli aplikacja rozpozna powtarzający się trend niskich wyników pomiarów poziomu cukru we krwi rano, może zasugerować spożycie posiłku przed pójściem spać.

Aplikacja mobilna OneTouch Reveal® automatycznie prześle użytkownikowi powiadomienie o wykryciu powtarzających się trendów wysokich lub niskich poziomów cukru we krwi, tak aby mógł on podjąć działania pozwalające uniknąć tych trendów w przyszłości. Powiadomienia te działają podobnie do *Automatycznych przypomnień*, dlatego użytkownik musi włączyć powiadomienia w ustawieniach urządzenia mobilnego oraz *Synchronizację w tle* w aplikacji mobilnej OneTouch Reveal®.

Jeśli wystąpi powtarzający się trend niskich wyników pomiaru poziomu cukru we krwi, aplikacja wyświetli przypomnienie o ponownym wykonaniu pomiaru poziomu cukru we krwi w ciągu kolejnych 15 minut. Aplikacja zasugeruje również rozważenie możliwych przyczyn występowania powtarzających się trendów niskich wyników pomiarów poziomu cukru we krwi i zasugeruje przeprowadzenie rozmowy z lekarzem, mającej na celu zapobieżenie zbytniemu obniżeniu poziomu cukru we krwi.

Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™)

UWAGA: Nie wszystkie glukometry są dostępne w każdym kraju. Ta funkcja jest dostępna wyłącznie na następujących glukometrach: OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.

Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™) zapewniają spersonalizowane wskazówki, analizy oraz motywację w oparciu o obecne i historyczne wyniki pomiarów poziomu cukru we krwi oraz inne śledzone dane. Po otrzymaniu wyniku pomiaru poziomu cukru we krwi aplikacja może wyświetlić wskazówki poprzez opcję Porady lub wyświetlić analizy w oknie Trend lub za pośrednictwem komunikatów Powtarzające się trendy.

Edytowanie oznaczeń dla posiłków lub zdarzeń będzie miało wpływ na działanie opcji Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™) i może prowadzić do zmian komunikatów otrzymywanych dzięki tej opcji.

Otrzymywanie komunikatów dotyczących trendów

W przypadku wykrycia przez aplikację trendu niskich lub wysokich wyników, aplikacja wyświetli wskaźnik na pasku nawigacji.

Dotknij zakładkę **Trendy** na ekranie głównym lub **Trendy** w menu nawigacji, aby przeglądać swoje nowe trendy.

UWAGA:

- W przypadku wykrycia przez aplikację więcej niż jednego trendu na ekranie głównym pojawi się wiadomość o wykryciu wielu trendów wysokich lub niskich wyników.

Aby komunikaty dotyczące trendu wysokich i niskich wyników wyświetlały się odpowiednio, należy:

- Upewnić się, że wyniki pomiarów są często wysyłane do aplikacji ze wszystkich glukometrów tak, aby trendy były wykrywane regularnie. Wyniki nie mogą wywołać komunikatu dotyczącego trendu dopóki nie zostaną przesłane do aplikacji. Wyniki starsze niż 14 dni po zsynchronizowaniu z aplikacją nie spowodują wyświetlenia komunikatu dotyczącego trendu.
- Należy uważnie oznaczać pomiary okołoposiłkowe. Przy zmianie oznaczenia okołoposiłkowego aplikacja przegląda wszystkie wyniki w celu sprawdzenia, czy powinien pojawić się nowy trend lub czy obecny trend powinien zostać usunięty.
- Należy zachować ostrożność przy ustawianiu górnej i dolnej granicy zakresu (patrz [Moje ustawienia](#)). Zmiana granic wpłynie na trendy.
- Wykonaj pomiar, gdy czujesz, że poziom cukru może być niski lub wysoki.
- Upewnij się, że data i godzina w kompatybilnym urządzeniu bezprzewodowym są ustawione poprawnie. Nieprawidłowo ustawione mogą wpłynąć na trendy. W przypadku zmiany strefy czasowej może zajść konieczność zaktualizowania czasu w glukometrze (patrz [menu Więcej](#)). W przypadku przyjmowania insuliny należy omówić z lekarzem kwestię zmiany czasu w kompatybilnym urządzeniu bezprzewodowym podczas podróży.

Rozdział

7

Średnie

Średnie

Przy użyciu zakładki Średnie aplikacja pomoże przeliczać ogólną średnią poziomu cukru we krwi dla trzech okresów: 7, 14, 30 lub 90 dni.

Na dole ekranu Średnie wyświetlona jest także średnia dzienna liczba pomiarów oraz liczba wyników wliczanych do średniej dla wybranego okresu.

Użycie średnich z oznaczeniami pomiarów okołoposiłkowych

Gdy włączona jest opcja oznaczania pomiarów okołoposiłkowych, dotknięcie diagramu kołowego lub obszaru obok niego spowoduje wyświetlenie analizy liczby wyników oznaczonych jako Przed posiłkiem lub Po posiłku oraz liczbę nieoznaczonych wyników, a także zakres zdefiniowany dla każdego oznaczenia.

Gdy opcja oznaczania pomiarów okołoposiłkowych jest wyłączona, dotknięcie diagramu kołowego lub obszaru obok niego spowoduje wyświetlenie łącznej liczby wyników oraz zakresu ogólnego.

Korzystanie z narzędzia do porównywania wyników HbA1c

Lekarz przeprowadzi badanie HbA1c i poda pacjentowi wyniki. Badanie analizuje poziom glikowanej, pokrytej cukrem hemoglobiny w czerwonych krwinkach. Z uwagi na fakt, że czerwone krwinki odnawiają się co dwa – trzy miesiące, to badanie jest dobrym wskaźnikiem tego, na jakim poziomie utrzymywał się Twój poziom cukru we krwi w tym okresie. Wynik badania jest wartością w procentach.

Dotknij ikonę przedstawiającą pączek, aby przejść do zakładki **Średnie**, a następnie dotknij **Narzędzie do porówn..** Dotknij przycisk **+ Dodaj nowe HbA1c** znajdujący się na dole ekranu. W wyskakującym okienku należy wpisać swój wynik badania HbA1c, a następnie dotknąć **Wybierz**, aby wybrać datę badania HbA1c z kalendarza kołowego. Dotknij **Zapisz wynik HbA1c** a aplikacja mobilna OneTouch Reveal® porówna wynik HbA1c ze średnią wyników pomiarów poziomu cukru we krwi z ostatnich 90 dni.

Rozdział

8

Menu Więcej

Menu Więcej

Menu Więcej zapewnia dostęp do podstawowych ustawień oraz informacji dotyczących aplikacji. Dostępne są następujące opcje:

- Moje ustawienia – pozwala na personalizację aplikacji i zmianę informacji wprowadzonych przy rejestracji.
- Moje glukometry – pozwala na zarządzanie parowaniem glukometrów z kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym.
- Moje przypomnienia – pozwala zarządzać *przypomnieniami*.
- Moje konto – pozwala zarządzać danymi kontaktowymi oraz hasłem.
- Połączenia – pozwala na zarządzanie połączeniami z zewnętrznymi aplikacjami i zespołem opieki.
- Pomoc – zapewnia dostęp do pliku pomocy.
- Skontaktuj się z nami – dane kontaktowe dla wszelkich pytań dotyczących aplikacji.
- Warunki użytkowania – przedstawia warunki użytkowania aplikacji.
- Polityka ochrony prywatności – wyświetla Politykę ochrony prywatności aplikacji.

Moje ustawienia

Niektóre ustawienia aplikacji można ustawić indywidualnie, aby wyświetlały informacje zgodnie z osobistymi preferencjami użytkownika.

Ustawienia systemu

Porady Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™)

Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™)

UWAGA: Nie wszystkie glukometry są dostępne w każdym kraju. Ta funkcja jest dostępna wyłącznie na następujących glukometrach: OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.

Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™) jest dostępna dla pacjentów, którzy sparowali aplikację mobilną z glukometrem OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.

1. Dotknij ikony menu **Więcej**.
2. Dotknij **Moje ustawienia**.
Zostanie wyświetlona część **Ustawienia systemu** zakładki **Moje ustawienia**.
3. Dotknij **Aplikacja**, jeśli chcesz, aby porady Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™) były wyświetlane wyłącznie w aplikacji mobilnej OneTouch Reveal®.
4. Dotknij **Glukometr**, jeśli chcesz, aby porady Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™) były wyświetlane wyłącznie w glukometrze OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™.
5. Dotknij **Obie**, jeśli chcesz, aby porady Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™) były wyświetlane zarówno w glukometrze OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™, jak i w aplikacji mobilnej.
6. Dotknij **Wyłącz**, jeśli nie chcesz otrzymywać porad Funkcja mentora poziomu cukru we krwi (Blood Sugar Mentor™).

Zapisywanie zdarzeń

Jeżeli użytkownik nie zapisuje dawek insuliny w aplikacji mobilnej OneTouch Reveal[®], może usunąć insulinę ze zdarzeń, aby zwolnić miejsce na ekranach dnia i tygodnia w swoim dzienniczku samokontroli. Opcja zapisywania zdarzeń dla insuliny jest domyślnie włączona. Aby włączyć lub wyłączyć zdarzenia dot. insuliny, dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie **Moje ustawienia i Ustawienia systemu**. W zakładce **Zapisywanie zdarzeń** możesz wyłączyć **Insulina**, przesuując przycisk przełączania do pozycji wyłączonej.

Oznaczenia zdarzeń

UWAGA: Nie wszystkie glukometry są dostępne w każdym kraju. Ta funkcja jest dostępna wyłącznie na następujących glukometrach: OneTouch Ultra Plus Reflect[™] lub OneTouch Verio Reflect[™].

Pacjenci, którzy sparowali glukometr OneTouch Ultra Plus Reflect[™] lub OneTouch Verio Reflect[™] z aplikacją mobilną OneTouch Reveal[®] mogą dodać do ośmiu oznaczeń zdarzeń do każdego odczytu poziomu cukru we krwi. Znaczniki zdarzeń, takie jak Insulina lub Aktywność, mogą szybko opisać, co użytkownik robił i jak się czuł w chwili wykonywania pomiaru. Można uporządkować osiem oznaczeń zdarzeń w wybranej kolejności klikając menu **Więcej**, a następnie **Moje ustawienia i Ustawienia systemu**. Palcem nacisnąć ikonę oznaczenia zdarzenia i przeciągnąć ją w lewo lub prawo w wybranej kolejności. Na ekranie **Edytuj zdarzenie** pojawi się nowa kolejność.

Klasyczne ustawienia posiłków w dzienniczku samokontroli

W zakładce Klasyczne ustawienia posiłków w dzienniczku samokontroli znajduje się koło przewijania, z którego można wybrać przedziały czasowe dla swojego dzienniczka samokontroli oraz tabela przedstawiająca początek i koniec tych przedziałów czasowych. Domyślne przedziały czasowe dla aplikacji mobilnej OneTouch Reveal[®] są następujące:

W nocy: 00:00 do 05:00

Śniadanie: 05:00 do 11:00

Obiad: 11:00 do 17:00

Kolacja: 17:00 do 21:00

Przed snem: 21:00 do 24:00

Możesz dostosować te przedziały czasowe, aby lepiej odzwierciedlały Twój harmonogram oraz zwyczajowe pory spożywania poszczególnych posiłków. Aby dostosować przedział czasowy, dotknij komórkę w tabeli odpowiadającą porze dnia, którą chcesz zmienić, a następnie wybierz nowe godziny z koła przewijania i dotknij **Gotowe**.

Śledzenie celów

Postępuj zgodnie z poniższymi krokami, aby wyznaczyć poszczególne cele. Możesz śledzić swoje cele dzienne lub tygodniowe, dotykając przycisk radia pojawiający się w dolnej części zakładki **Śledzenie celów**.

Ustaw cel dla pomiarów poziomu cukru we krwi

Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie dotknij **Moje ustawienia**, aby przejść do menu **Ustawienia systemu**. Przewiń w dół do **Śledzenie celów**, a następnie dotknij **Wł.**, aby rozpocząć śledzenie celów. Następnie dotknij pola obok opcji **Pomiar pc**. Kiedy pojawi się klawiatura, wpisz, ile pomiarów poziomu cukru we krwi chcesz wykonywać, aby osiągnąć swój cel, a następnie dotknij **Gotowe**. Możesz również śledzić swoje cele w aplikacji mobilnej OneTouch Reveal[®] dotykając **Aplikacja**, na glukometrze OneTouch Ultra Plus Reflect[™] lub OneTouch Verio Reflect[™] dotykając **Glukometr**, lub zarówno w aplikacji mobilnej OneTouch Reveal[®], jak i na glukometrze OneTouch Ultra Plus Reflect[™] lub OneTouch Verio Reflect[™] dotykając **Obie**.

Jeżeli użytkownik korzysta z glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect[™] lub OneTouch Verio Reflect[™], możliwe będzie śledzenie celu dla pomiarów poziomu cukru we krwi na glukometrze.

Ustaw cel dla liczby kroków

Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie dotknij **Moje ustawienia**, aby przejść do menu **Ustawienia systemu**. Przewiń w dół, aby przejść do opcji **Śledzenie celów**. Jeśli śledzenie celów nie jest ustawione jako **Wł.**, dotknij ikony **Wł.**. Dotknij pola obok opcji **Kroki** i kiedy pojawi się klawiatura, wpisz liczbę w polu **Kroki** odpowiadającą ilości kroków, które chcesz wykonać, aby osiągnąć swój cel, a następnie dotknij **Gotowe**.

UWAGA: Źródłem informacji aplikacji mobilnej OneTouch Reveal® na temat liczby wykonanych kroków jest aplikacja Apple Zdrowie.

Ustaw cel dla węglowodanów

Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie dotknij **Moje ustawienia**, aby przejść do menu **Ustawienia systemu**. Przewiń w dół, aby przejść do opcji **Śledzenie celów**. Jeśli **Śledzenie celów** nie jest ustawione jako **Wł.**, dotknij ikony **Wł.**. Następnie dotknij pola obok opcji **Węglowodany**. Kiedy pojawi się klawiatura, wpisz, ile razy chcesz zapisać ilość spożytych węglowodanów, aby osiągnąć swój cel, a następnie dotknij **Gotowe**.

Ustaw cel dla aktywności

Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie dotknij **Moje ustawienia**, aby przejść do menu **Ustawienia systemu**. Przewiń w dół, aby przejść do opcji **Śledzenie celów**. Jeśli **Śledzenie celów** nie jest ustawione jako **Wł.**, dotknij ikony **Wł.**. Następnie dotknij pola obok opcji **Aktywność**. Kiedy pojawi się klawiatura wpisz, czas aktywności w minutach wymagany do realizacji celu, a następnie dotknij **Gotowe**.

Ustawienia użytkownika

Zakres (w tym oznaczanie pomiarów okołoposiłkowych)

Zakres jest zdefiniowany przez górną i dolną granicę – ich ustawienie wpływa na to, jak wyświetlane są wyniki pomiarów w aplikacji.

UWAGA: Górna i dolna granica zakresu ustawione w aplikacji mogą różnić się od tych ustawionych w glukometrze. Jeżeli aplikacja wykryje różnicę pomiędzy nimi, pojawi się komunikat dotyczący wybrania zakresu z glukometru lub z aplikacji w celu przechowywania wyników w glukometrze oraz ich przeglądania w aplikacji. Po wybraniu zakresu zarówno glukometr, jak i aplikacja będą stosowały ten sam zakres.



UWAGA: Właściwą dla każdego pacjenta dolną i górną granicę zakresu poziomu cukru we krwi należy omówić z lekarzem. Przy wyborze lub zmianie granic należy wziąć pod uwagę czynniki, takie jak styl życia oraz rodzaj terapii cukrzycy.

Nigdy nie należy istotnie modyfikować schematu leczenia cukrzycy bez konsultacji z lekarzem.

Ustawienia górnej i dolnej granicy będą się różnić w zależności od tego, czy opcja **Oznaczanie pom. okołoposiłk.** jest włączona, czy wyłączona. Opcja **Oznaczanie pom. okołoposiłk.** jest włączona, jeśli włącznik jest przesunięty w prawo i pojawia się zielone oznaczenie, a wyłączona, jeśli włącznik jest przesunięty w lewo i pojawia się szare oznaczenie.

UWAGA: Jeżeli użytkownik sparował aplikację mobilną z glukometrem OneTouch Ultra Plus Reflect™ lub OneTouch Verio Reflect™, wyłączenie opcji Oznaczania pomiarów okołoposiłkowych nie będzie możliwe.

Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie dotknij **Moje ustawienia** i następnie **Ustawienia użytkownika**. Opcja **Oznaczanie pom. okołoposiłk.** pojawi się w zakładce **Zakres**. Jeśli opcja **Oznaczanie pom. okołoposiłk.** jest włączona, użytkownik zobaczy dwa rodzaje zakresów: **Przed posiłkiem** i **Po posiłku**, z wyszarzonym polem **Łącznie**. Jeśli opcja **Oznaczanie pom. okołoposiłk.** jest wyłączona, pojawi się wyłącznie **Łącznie**.

Aby ustawić granice oznaczane jako **Wysokie** i **Niskie**:

1. W zakładce **Zakres** dotknij wartość, którą chcesz edytować (**Przed posiłkiem**, **Po posiłku** lub **Łącznie**).
2. Pojawi się koło przewijania. Zostanie ustawiona obecna dolna granica wartości. Domyślne ustawienie **Dolna granica** w aplikacji wynosi 70 mg/dL. Przewiń w górę lub w dół, aby wybrać żadaną opcję **Dolna granica**, i symbol strzałki w prawo znajdujący się obok opcji **Dolna granica**.
3. Wartość przedstawiona na kole przewijania zmieni się na obecną wartość użytkownika dla opcji **Górna granica**. W przypadku wartości dla pomiarów **Po posiłku** oraz **Łącznie** domyślne ustawienie **Górna granica** w aplikacji wynosi 180 mg/dL. Dla pomiaru **Przed posiłkiem** domyślne ustawienie w aplikacji wynosi 130 mg/dL. Wybierz nową wartość dla opcji **Górna granica** i dotknij **Gotowe**.

Płeć, Typ cukrzycy, Kontrola cukrzycy

Na ekranie **Ustawienia użytkownika** możesz również wybrać lub zmienić **Płeć**, wybrać lub zmienić swój **Typ cukrzycy** oraz wprowadzić informacje o sposobie kontrolowania cukrzycy.

Moje glukometry

Przeglądaj wszystkie glukometry obecnie sparowane z kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym, w tym datę i godzinę ostatniej synchronizacji każdego glukometru z urządzeniem. Pozwoli to na śledzenie przesyłanych danych oraz pomoże zapewnić, że wszystkie odpowiednie dane z glukometru są terminowo synchronizowane z kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym.

Z tego ekranu możesz również sparować dodatkowe glukometry z tym kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym.

Moje przypomnienia

W tym miejscu można utworzyć i skonfigurować przypomnienia dotyczące pomiarów, przyjmowania insuliny lub innych ważnych aktywności. Patrz [Przypomnienia](#)

Proszę podejmować wszystkie decyzje dotyczące leczenia na podstawie informacji ze swojego glukometru i skonsultować z lekarzem właściwe postępowanie w swoim przypadku.

Przypomnienia

Można ustawić własne przypomnienia w aplikacji, aby otrzymywać komunikaty o pomiarach, przekąskach, aktywnościach oraz wykonaniu innych ważnych aktywności. Przypomnienia są ustawiane dla określonej daty i godziny i można je ustawić tak, aby były regularnie powtarzane. Przypomnienia działają podobnie jak przypomnienia ustawiane na kompatybilnych urządzeniach bezprzewodowych.

UWAGA: W aplikacji wstępnie zdefiniowano kilka typów przypomnień.

Dodawanie przypomnienia

1. Dotknij **Moje przypomnienia** w menu Więcej, aby wyświetlić ekran Przypomnienia.
2. Dotknij przycisk +, aby dodać przypomnienie.
Pojawi się ekran **Wybierz przypomnienie**, na którym widoczna jest lista wstępnie zdefiniowanych przypomnień. Spersonalizowane przypomnienie można utworzyć dotykając **Nowe przypomnienie** i podając jego nazwę.
3. Wybierz przypomnienie z listy
Pojawi się ekran **Ustaw przypomnienie**.
4. W razie potrzeby wprowadź opis.
5. Użyj kalendarza, aby ustawić datę i godzinę przypomnienia.
6. W celu ustawienia częstości powtarzania przypomnienia dotknij przycisku **Powtarzaj**.
7. Dotknij **Zapisz** po zakończeniu.
Przy ustawianiu przypomnienia po raz pierwszy użytkownik zostanie zapytany o pozwolenie na wyświetlanie powiadomień. Nowe przypomnienie będzie teraz wyświetlane na ekranie Przypomnienia.

Usuwanie przypomnień

Dotknij zapisane przypomnienia, aby przeglądać szczegóły, a następnie dotknij **Usuń**.

Otrzymywanie przypomnień

Kompatybilne urządzenie bezprzewodowe wyświetli przypomnienie w odpowiednim dniu i o odpowiedniej godzinie. Dotknij **Widok**, aby zobaczyć szczegóły przypomnienia lub **Anuluj**, aby je odrzucić.

UWAGA: Powiadomienia w aplikacji muszą być włączone w kompatybilnym urządzeniu bezprzewodowym, aby użytkownik otrzymywał przypomnienia.

Automatyczne przypomnienia

Aplikacja może wysyłać przypomnienia, jeżeli wyniki nie były synchronizowane lub jeżeli aplikacja nie była włączana przez dłuższy czas. Opcja Automatyczne przypomnienie jest domyślnie włączona.

Aby otrzymywać Automatyczne przypomnienie, należy ustawić przycisk przełączania ustawień Automatycznego przypomnienia w aplikacji w pozycji **WŁ.** oraz włączyć powiadomienia w ustawieniach urządzenia. Jeżeli powiadomienia są **WYŁĄCZONE** w ustawieniach urządzenia, aplikacja nie prześle Automatycznego przypomnienia, nawet jeżeli opcja ta jest **WŁĄCZONA** w aplikacji.

Jeśli użytkownik nie otwierał aplikacji mobilnej OneTouch Reveal® od jakiegoś czasu, ale ma włączoną opcję synchronizacji w tle i jego wyniki pomiarów synchronizują się z aplikacją oraz kontem, będzie otrzymywał Automatyczne przypomnienia o trendach wysokich i niskich wyników, w tym również powtarzających się trendach, wykrytych na podstawie wyników pomiarów użytkownika.

Moje konto

Na ekranie zostanie wyświetlona nazwa użytkownika i adres e-mail powiązane z kontem użytkownika. Dostępna jest również opcja wylogowania się. W części Szczegóły dot. użyt. możesz dodać lub zaktualizować imię i nazwisko oraz dane kontaktowe. Możesz również zobaczyć datę ostatniej synchronizacji z glukometrem lub z kontem. Możesz dotknąć ikonę **Synchronizuj z kontem**, aby zsynchronizować wszelkie zaktualizowane odczyty lub zmiany ustawień w OneTouch Reveal®. Możesz zmienić swoje Preferencje logowania, a w części Prywatność możesz zdecydować się na otrzymywanie materiałów marketingowych od firmy LifeScan lub usunąć swoje dane z listy marketingowej, klikając w pole, tak aby było odznaczone.

Preferencje logowania

W tym miejscu można wybrać, czy użytkownik chce pozostać zalogowany, czy chce używać czytnika Touch ID lub czy wymagane będzie każdorazowe logowanie.

Połączenia

Opcja Połączenia pozwala kontrolować sposób udostępniania informacji medycznych innym aplikacjom lub lekarzowi. Dotknięcie opcji Połączenia w menu Więcej spowoduje wyświetlenie przeglądu Twoich połączeń.

Aplikacje

Apple Zdrowie

Ta funkcja jest dostępna jedynie na urządzeniach obsługujących Apple Zdrowie.

Połączenie z aplikacją Apple Zdrowie umożliwia użytkownikowi udostępnianie swoich informacji z OneTouch Reveal®, takich jak wyniki pomiarów poziomu cukru we krwi, aplikacji Apple Zdrowie.

1. Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie dotknij **Połączenia**.
2. Dotknij przycisk przełączania po prawej stronie ekranu, aby połączyć się z aplikacją Apple Zdrowie.

3. Dotknij ikony **Włącz teraz**, kiedy pojawi się wyskakujące okienko.
4. Wyskakujące okienko poinformuje użytkownika o możliwości dostosowania informacji, które aplikacja mobilna OneTouch Reveal® udostępnia aplikacji Apple Zdrowie w Apple Zdrowie; dotknij **OK**.
5. W celu usunięcia połączenia należy ponownie kliknąć na przycisk przełączania. Dane użytkownika z OneTouch Reveal® nie będą już udostępniane aplikacji Apple Zdrowie.

UWAGA: Można dostosowywać, jakiego typu dane OneTouch Reveal® będą udostępniane w aplikacji Apple Zdrowie. Usunięcie połączenia zatrzyma jedynie udostępnianie danych z aplikacji mobilnej OneTouch Reveal® do aplikacji Apple Zdrowie. W celu całkowitego przerwania dostępu do OneTouch Reveal®, należy dostosować ustawienia w aplikacji Apple Zdrowie.

Partnerzy

Połączenie z partnerami pozwala na udostępnianie danych OneTouch Reveal® ich aplikacji.

1. Dotknij ikony menu **Więcej**, a następnie **Połączenia**.
2. Dotknij przycisk przełączania po prawej stronie ekranu, aby połączyć się z ich aplikacją.

UWAGA: W celu usunięcia połączenia należy ponownie kliknąć na przycisk przełączania. Dane OneTouch Reveal® nie będą już udostępniane w ich aplikacji.

Zespół opieki

Można udostępniać dane zdrowotne zespołowi opieki, np. poradni, lub innemu personelowi medycznemu. W tej sekcji można przeglądać swoje połączenia z poradniami oraz udostępniać swoje informacje medyczne kolejnym poradniom. Można rozpocząć udostępnianie informacji zespołowi opieki przy użyciu kodu poradni. Skontaktuj się z zespołem opieki, aby sprawdzić, czy jest włączony do programu.

Aby przerwać udostępnianie informacji medycznych poradni, należy skontaktować się bezpośrednio z poradnią.

Pomoc

Uzyskaj dostęp do tego pliku pomocy za pomocą tej opcji.

Skontaktuj się z nami

W tym miejscu dostępne są główne dane kontaktowe, w tym adres e-mail oraz numer telefonu Działu Wsparcia Klienta OneTouch® oraz URL OneTouch®. Aplikacja i wersja iOS są także wyświetlane w tym miejscu.

Warunki użytkowania

W tym miejscu możesz zapoznać się z Warunkami użytkowania.

Polityka ochrony prywatności

W tym miejscu możesz zapoznać się z Polityką ochrony prywatności.

Rozdział

9

Rozwiązywanie problemów

Często zadawane pytania

Pyt. Dlaczego nie mogę zmienić wyniku pomiaru poziomu cukru we krwi w Edycji wyników pomiarów?

Odp. Nie można zmienić wartości wyników pomiarów poziomu cukru we krwi wysłanych z glukometru do aplikacji. Można zmieniać jedynie wartość ręcznie wprowadzonych wyników pomiarów.

Pyt. Dlaczego nie mogę zmienić daty ani godziny wykonania pomiaru poziomu cukru we krwi w Edycji wyników pomiarów?

Odp. Nie można zmienić daty ani godziny pomiarów poziomu cukru we krwi wysłanych z glukometru do aplikacji. Można zmieniać jedynie datę i godzinę ręcznie wprowadzonych wyników pomiarów.

Pyt. Dlaczego nie widzę przycisków Przed posiłkiem i Po posiłku?

Odp. Funkcja oznaczania pomiarów okołoposiłkowych może być WYŁĄCZONA. Przejdź do menu **Więcej > Moje ustawienia** i upewnij się, że funkcja oznaczania pomiarów okołoposiłkowych jest WŁĄCZONA.

Pyt. Dlaczego nie widzę ikon insuliny na ekranie Dodaj zdarzenie?

Odp. Ta funkcja może być wyłączona. Przejdź do menu **Więcej > Moje ustawienia** i ustaw przycisk przełączania dla insuliny w pozycji włączonej.

Pyt. Jaka jest różnica pomiędzy wynikami pomiarów wyświetlanymi jako liczby czerwone i niebieskie a innymi, które wyświetlane są jako HI (wysokie) i LO (niskie)?

Odp. Liczby czerwone (wysokie) i niebieskie (niskie) są wyświetlane, gdy wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi są poza ustawionym zakresem. Komunikat HI (wysoki) lub LO (niski) jest wyświetlany, gdy wynik pomiaru wykracza poza zakres, który glukometr może dokładnie zmierzyć (powyżej 600 mg/dL lub poniżej 20 mg/dL).

Pyt. Jak sparować glukometr z moim kompatybilnym urządzeniem bezprzewodowym?

Odp. Należy przestrzegać instrukcji dotyczących parowania urządzeń przedstawionych w niniejszym Pliku pomocy.

[Ogólne instrukcje dotyczące parowania glukometru](#)

[Instrukcje dotyczące parowania glukometru OneTouch Ultra Plus Reflect lub OneTouch Verio Reflect](#) na stronie 7

Należy upewnić się, że:

- Baterie w urządzeniu i glukometrze są dostatecznie naładowane.
- Funkcja Bluetooth® jest włączona na obu urządzeniach.
- Żadne inne urządzenia z włączoną funkcją Bluetooth® nie znajdują się w pobliżu kompatybilnego urządzenia bezprzewodowego.

Jeżeli kompatybilne urządzenie bezprzewodowe nie może znaleźć glukometru, należy sprawdzić, czy na jego ekranie miga ikona synchronizacji. Jeżeli ikona synchronizacji nie miga, może to oznaczać, że inne urządzenie bezprzewodowe z włączoną funkcją Bluetooth® zakłóca połączenie. Należy wyłączyć glukometr i po kilku minutach spróbować ponownie.

Błąd aplikacji i inne komunikaty

Aplikacja wyświetla komunikaty po wprowadzeniu nieprawidłowych danych oraz aby powiadomić o konieczności sprawdzenia ustawień aplikacji.

Błąd dostępu do danych

Co to oznacza?

Aplikacja nie może uzyskać dostępu do danych.

Co należy zrobić?

Możesz odzyskać swoje dane z konta OneTouch Reveal[®]. Usuń i ponownie zainstaluj aplikację, a następnie ponownie zaloguj się do swojego konta OneTouch Reveal[®].

Aplikacja nie uruchamia się

Co to oznacza?

Mobilna aplikacja OneTouch Reveal[®] jest uszkodzona.

Co należy zrobić?

Usuń i ponownie zainstaluj aplikację.

Aplikacja i glukometr korzystają z innych jednostek miary

Co to oznacza?

Sparowany glukometr korzysta z innych jednostek miary niż aplikacja.

Co należy zrobić?

Należy użyć glukometru, który jest kompatybilny z jednostką miary używaną w aplikacji.

Różne zakresy

Co to oznacza?

Zakres ustawiony w glukometrze różni się od zakresu w aplikacji.

Co należy zrobić?

Należy potwierdzić zakres, który ma być używany zarówno w glukometrze, jak i w aplikacji.

Nieprawidłowy wynik pomiaru poziomu cukru we krwi

Co to oznacza?

Wprowadzono wynik pomiaru poziomu cukru we krwi, który jest powyżej lub poniżej dopuszczalnego zakresu.

Co należy zrobić?

Dotknij **OK** i wprowadź inny wynik pomiaru poziomu cukru we krwi znajdujący się w zakresie pomiędzy 20 i 600 mg/dL.

Nieprawidłowa wartość węglowodanów

Co to oznacza?

Wprowadzono ilość węglowodanów, która przekracza dopuszczalną wartość 999 gramów.

Co należy zrobić?

Dotknij **OK** i wprowadź wartość od 0 (zero) do 999 gramów.

Nieprawidłowa ilość jednostek insuliny

Co to oznacza?

Wprowadzono ilość jednostek insuliny, która przekracza dopuszczalną wartość 250 jednostek.

Co należy zrobić?

Dotknij **OK** i wprowadź wartość od 0 (zero) do 250 jednostek.

Nieprawidłowy ręcznie wprowadzony wynik pomiaru poziomu cukru we krwi

Co to oznacza?

Ręcznie zmieniono wynik pomiaru poziomu cukru we krwi na wartość, która jest powyżej lub poniżej dopuszczalnego zakresu.

Co należy zrobić?

Dotknij **CoŃnij**, aby wyświetlić wynik sprzed zmiany Lub dotknij **OK** i wprowadź nową wartość w zakresie pomiędzy 20 i 600 mg/dL.

Wyłącznie dla lekarza

Trendy

Komunikaty dotyczące wysokich i niskich trendów są wyświetlane, gdy aplikacja wykryje trendy w wynikach pomiaru poziomu cukru we krwi, które stale wykraczają poza granice ustawione przez pacjenta w aplikacji. Więcej informacji o ustawianiu dolnej i górnej granicy – patrz *Moje ustawienia*. Wyświetlane są trendy z ostatnich 14 dni.

UWAGA:

- Wyniki pomiaru oznaczone jako HI (wysokie) (powyżej 600 mg/dL) lub LO (niskie) (poniżej 20 mg/dL) są uwzględnione w trendach.
- Każdy pojedynczy wynik pomiaru cukru we krwi może zostać uwzględniony tylko w jednym trendzie.
- Wyniki pomiaru poziomu cukru we krwi wprowadzone ręcznie nie są uwzględniane w trendach.
- Zmiana dolnej i górnej granicy spowoduje zresetowanie trendów. Gdy zmieniona zostaje któraś z granic, aplikacja ponownie analizuje wyniki pomiarów poziomu cukru we krwi, aby określić nowe trendy.

Określanie trendów wysokich i niskich wyników:

1. Trend – wysokie wyniki – minimum **3 wyniki pomiarów** przekraczające górną granicę w **różnych dniach** w okresie ostatnich 5 dni, wszystkie w **3-godzinnym** przedziale czasu.
2. Trend – niskie wyniki – minimum **2 wyniki pomiarów** przekraczające dolną granicę w **różnych dniach** w okresie ostatnich 5 dni, wszystkie w **3-godzinnym** przedziale czasu.

Te definicje trendów są zgodne z uznaną literaturą kliniczną¹⁻³.

Definicja powtarzającego się trendu wysokich wyników oraz powtarzającego się trendu niskich wyników:

1. Powtarzający się trend wysokich wyników: Minimalnie 2 trendy wysokich wyników w ostatnich 14 dniach, dla których pora dnia uzyskania wyników pomiarów poziomu cukru we krwi tworzących trend wysokich wyników we wszystkich przypadkach została oznaczona w 4-godzinnym okresie.
2. Powtarzający się trend niskich wyników: Minimalnie 2 trendy niskich wyników w ostatnich 14 dniach, dla których pora dnia uzyskania wyników pomiarów poziomu cukru we krwi tworzących trend niskich wyników we wszystkich przypadkach znajduje się w 4-godzinnym okresie.

1. Nathan D., Buse J., Davidson M., Heine R., Holeman R., Sherwin R., Zenman B. (2009). Medical Management of Hyperglycemia in Type 2 Diabetes: A Consensus Algorithm for the Initiation and Adjustment of Therapy; A Consensus Statement of the American Diabetes Association and the European Association for the Study of Diabetes. *Diabetes Care Vol. 32*, pp 1-11.
2. International Diabetes Centre; (2008). *Insulin Basics (Second Edition)*. 3800 Park Nicolett Boulevard, Minneapolis, pp 82-84.
3. Hirsch B., Bergenstal R., Parkin C., Wright E. Jr., Buse B. (2005). *A Real-World Approach to Insulin Therapy in Primary Care Practice Clinical Diabetes Vol. 23(2)*.

Informacje

AW# 07166501A



Wyprodukowano przez:

LifeScan Europe
Division of Cilag
GmbH International
Gubelstrasse 34
6300 Zug
Switzerland

Oprogramowanie aplikacji mobilnej OneTouch Reveal[®] jest chronione prawem autorskim. Pobranie lub zakup oprogramowania nie oznacza przyznania licencji na korzystanie z jakiegokolwiek innego produktu LifeScan.

Data aktualizacji: 10/2018

Indeks

A

Aktywność (dodawanie) [19](#)
 Aplikacje [31](#)
 Apple Zdrowie [31](#)
 Automatyczne przypomnienia [31](#)

C

Cele [21](#)
 Często zadawane pytania [33](#)

D

Dodawanie przypomnienia [30](#)
 Dodawanie zdarzeń [18](#)
 Dolna granica [17](#), [22](#), [25](#)
 Dzienniczek samokontroli [14](#), [16](#)

F

Funkcja Bluetooth [6](#)
 Funkcja pomocy [32](#)
 Funkcja udostępniania danych [14](#)

G

Górna granica [17](#)

I

Ikony [9](#)
 Insulina (dodawanie) [18](#)

K

Klasyczne ustawienia posiłków w dzienniczku samokontroli [28](#)
 Komentarze (dodawanie) [18](#)
 Komunikat dotyczący trendu niskich wyników [22](#), [25](#)
 Komunikat dotyczący trendu wysokich wyników [22](#), [25](#)
 Komunikaty błędów aplikacji [34](#)
 Komunikaty dotyczące trendów [22](#), [25](#)
 Kontrola cukrzycy [30](#)

M

Menu Więcej [11](#), [27](#)
 Moje konto [31](#)
 Moje przypomnienia [30](#)
 Mój zakres ogólny [19](#)

N

Narzędzie do porówn. wyników A1C [26](#)

O

Obsługiwane urządzenia [4](#)
 Ostatni wynik pomiaru [14](#)

Otrzymywanie przypomnień [31](#)
 Oznaczanie pom. okołoposiłkowych [17](#)
 Oznaczanie zdarzeń [17](#)
 Oznaczenia zdarzeń [28](#)

P

Parowanie urządzeń [6](#), [7](#)
 Płeć [30](#)
 Polityka ochrony prywatności [32](#)
 Połączenia [31](#)
 Porady dot. poziomu cukru we krwi [24](#), [27](#)
 Postępy w osiąganiu celów [21](#)
 Powtarzające się trendy [24](#)
 Preferencje logowania [31](#)
 Przed posiłkiem - górna granica [17](#), [22](#), [25](#)
 Przesyłanie danych pocztą elektroniczną [14](#)
 Przeznaczenie [5](#)
 Przypomnienia [30](#)

R

Rozłączanie [8](#)
 Rozpoczęcie korzystania [6](#)

S

Skontaktuj się z nami [32](#)
 Strona główna [14](#)
 Symbole [9](#)
 Synchronizacja [12](#)

T

Trendy [15](#), [20](#), [22](#), [24](#)
 Tworzenie konta [6](#)
 Typ cukrzycy [30](#)

U

Ustawienia [27](#)
 Ustawienia systemu [27](#)
 Ustawienia użytkownika [29](#)
 Usuwanie przypomnień [30](#)

W

Warunki użytkowania [32](#)
 Węglowodany (dodawanie) [18](#)
 Widok dzienny [16](#)
 Widok klasyczny [16](#)
 Widok tygodniowy [16](#)
 Wprowadzenie [4](#)
 Wymagania systemowe [4](#)

Z

Zapisywanie zdarzeń [28](#)