FreeStyle Libre 2

Starten met FreeStyle Libre 2

Abbott

Welkom bij het FreeStyle Libre 2-systeem

Het FreeStyle Libre-systeem is wereldwijd het meest gebruikte glucosesensorsysteem[1].

Voordelen van het FreeStyle Libre 2-systeem:

Geen vingerprikken[2]
Je kunt je diabetes managen zonder vingerprikken[3].

Optionele glucose-alarmen[4]
Je weet direct wanneer je glucosewaarde te laag of te hoog is.

Uitstekende nauwkeurigheid
Uitstekende nauwkeurigheid in het algemeen en zelfs in het lage glucosebereik, wanneer het juist het belangrijkst is[5,6].

Deze snelstartgids helpt je om je sensor in te stellen en zo optimaal gebruik te maken van het FreeStyle Libre 2-systeem.

Inhoud

Het FreeStyle Libre 2-systeem 4

De app instellen 5

De sensor aanbrengen 6

De sensor starten 9

Zo werkt de FreeStyle Libre 2-sensor 10

Wat je ziet in de FreeStyle Libre-app 12

Trendpijlen 13

Gedetailleerde glucoserapporten 14

Glucose-alarmen instellen 16

De Libre-app voor Apple watch 18

De LibreLinkUp-app 20

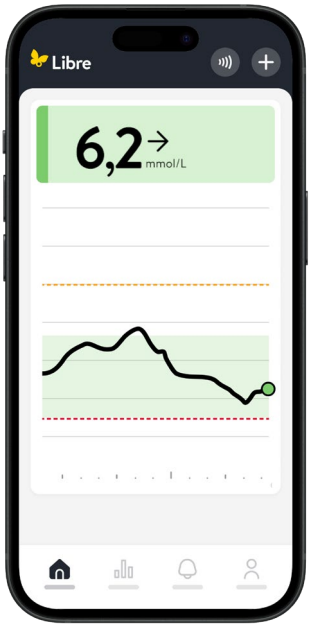
Het LibreView-platform 22

Ondersteuning en Training 23

Het FreeStyle Libre 2-systeem bestaat uit een sensor en een app op je smartphone[7]

De sensorapplicator gebruik je om de sensor op de achterkant van je bovenarm aan te brengen.

De FreeStyle Libre 2-sensor zit in de sensorverpakking. De sensor heeft een dun, flexibel draadje dat net onder de huid wordt ingebracht.



Gebruik de app Libre van Abbott - NL om je sensor te starten, glucosewaarden en glucose-alarmen te ontvangen en je glucosegeschiedenis te bekijken.

Download de Libre van Abbott - NL app om te beginnen

LIBRE APP

APP STORE

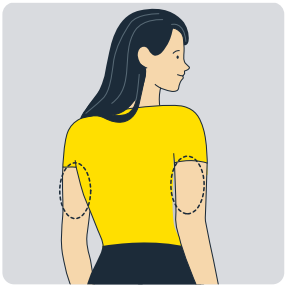
GOOGLE PLAY

1. Zoek de juiste app[7] in de App Store[8] of op Google Play[9]. De naam van de app is Libre van Abbott – NL. Scan de QR code met je camera om meteen naar de goede app te gaan.

2. Druk op de knop **Installeren** en wacht tot de app gedownload is. Voor het downloaden van de Libre app heb je WiFi of mobiel internet nodig.

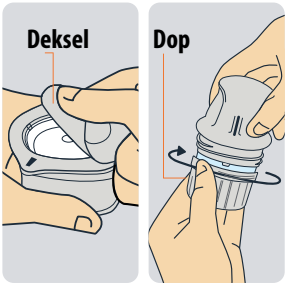
3. Open de app en volg de instructies op het scherm.

Voorbereidingen voor het aanbrengen van de sensor



1 Kies een plek op de achterkant van je bovenarm. Opmerking: Vermijd littekens, moedervlekken, striemen, bulten en injectieplaatsen voor insuline. Wissel van plek bij het aanbrengen van een nieuwe sensor om huidirritatie te voorkomen. Houd rekening met je comfort en activiteiten.

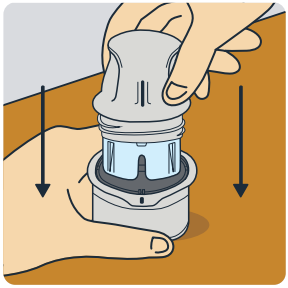
2 Was de plek met gewone zeep, droog de plek af en reinig de plek vervolgens met een alcoholdoekje. Laat de plaats voordat je verdergaat aan de lucht drogen.



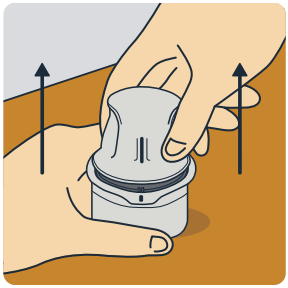
3 Trek het deksel helemaal van de sensorverpakking af. Draai de dop van de sensorapplicator.

LET OP: De sensorcodes op de sensorverpakking en de sensorapplicator moeten overeenkomen.

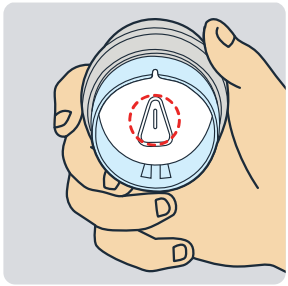
De sensorapplicator gereedmaken



4 Plaats de donkere markering op de sensorapplicator tegenover de donkere markering op de sensorverpakking. Druk, met de sensorverpakking op een harde ondergrond, de sensorapplicator stevig naar beneden tot hij niet verder kan.



5 Haal de sensorapplicator uit de sensorverpakking.



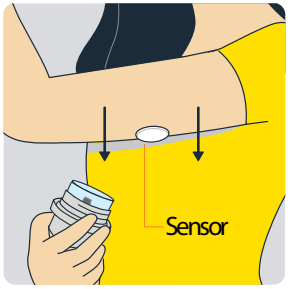
6 De sensorapplicator is gereed om de sensor aan te brengen.

LET OP: De sensorapplicator bevat nu een naald. Raak de binnenkant van de sensorapplicator niet aan en plaats hem niet terug in de sensorverpakking.

De sensor aanbrengen

7 Plaats de sensorapplicator op de voorbereide plek en druk hem stevig in om de sensor aan te brengen.

LET OP: Druk de sensorapplicator niet in voordat die op de voorbereide plek is geplaatst, ter voorkoming van onbedoelde resultaten of letsel.



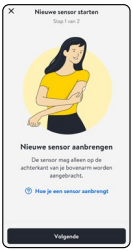
8 Trek de sensorapplicator voorzichtig terug.

9 Controleer of de sensor goed vastzit op de huid.

Voer de gebruikte sensorverpakking en sensorapplicator af. Zie paragraaf Afvoer in de gebruikershandleiding.

Start je nieuwe sensor met de app[7]

1 Tik in het **hoofdmenu** op **Start Nieuwe Sensor.**



2 **Start de sensor volgens de onderstaande instructies voor je type smartphone.**

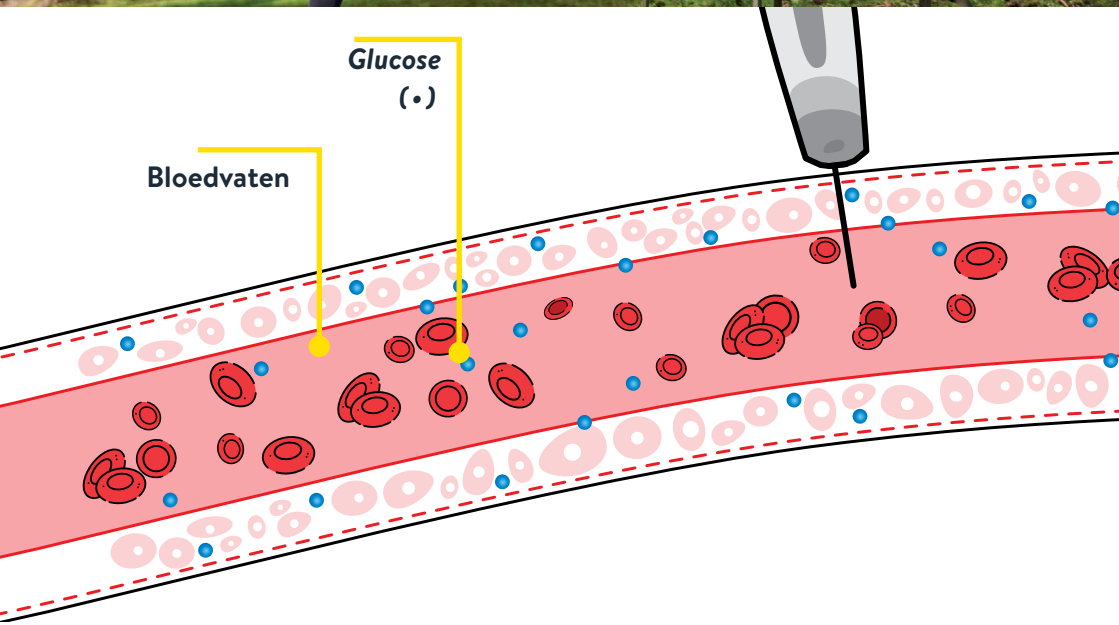
Voor iPhones[10]:
Raak de sensor aan met de **BOVENKANT** van je iPhone. Je hoort een geluidssignaal en je voelt een trilling wanneer de sensor is gestart.

Voor Android-smartphones[11]:
Start de nieuwe sensor door deze te **scannen met de ACHTERKANT** van je smartphone.

3 De sensor is gereed om glucosewaarden te meten na een **opwarmtijd van 1 uur**.
Je kunt je telefoon gewoon blijven gebruiken terwijl de sensor opwarmt. Je krijgt automatisch een melding wanneer de sensor klaar is.

Begrijp glucosemonitoring met sensor

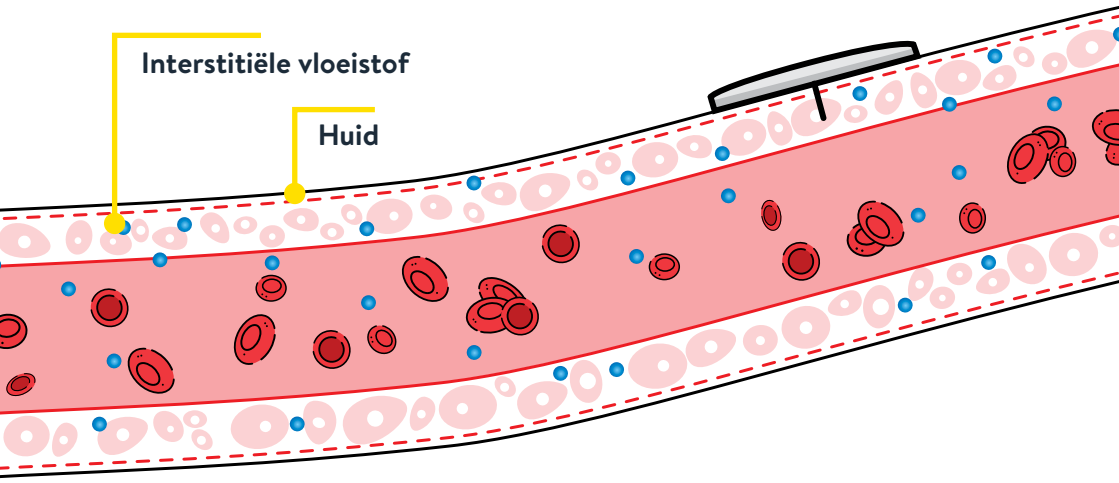
Het verschil tussen vingerprikken en Libre sensortechnologie.



Het is heel normaal dat je glucosespiegel in bepaalde situaties verschilt, want de suiker doet er iets langer over om in de interstitiële vloeistof te dringen dan in het bloed. De glucose komt eerst in de bloedbaan voordat het door de interstitiële vloeistof wordt geabsorbeerd.

Vingerprikken
De klassieke glucosetests verstrekken informatie over je bloedglucosespiegel.

Libre systemen
Libre systemen meten het glucosegehalte in de interstitiële vloeistof (de vloeistof die zich tussen de onderhuidse cellen bevindt) en niet in het bloed. Er is vaak een verschil tussen deze twee gegevens.



Een vingerprik is nodig indien de metingen van de glucosewaarden niet overeenstemmen met de symptomen of verwachtingen.

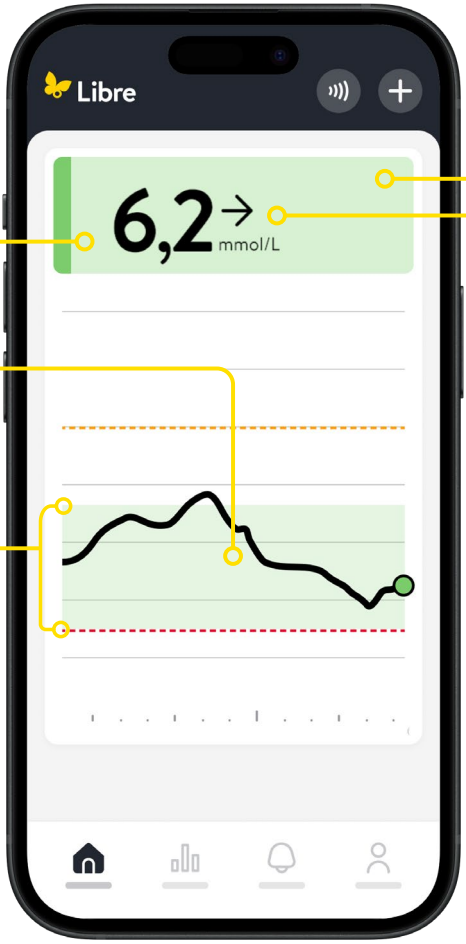
Gebruik de FreeStyle Libre 2 sensor

Met de Libre app[7] analyseer je de volgende informatie in één oogopslag:

Je huidige glucosespiegel

De historie van je glucosespiegel gedurende de laatste 3, 6, 12 of 24 uur

Doelbereik
is standaard ingesteld op 3,9-10 mmol/L en kan worden aangepast.



Een kleurcode die je helpt bij het interpreteren van je glucosepiegel:

GROEN

Je glucosespiegel is **binnen het** ingestelde **doelbereik.**

GEEL

Je glucosespiegel is **buiten het doelbereik**, maar tussen 13,9 mmol/L en 3,9 mmol/L.

ORANJE

Je glucosespiegel is **erg hoog** (> 13,9 mmol/L).

ROOD

Je glucosespiegel is **laag** (< 3,9 mmol/L).

De trendpijl die de evolutie van je glucosewaarde aangeeft

Trendpijl	Betekenis
↑	Je glucose **stijgt snel** > 0,1 mmol/L per minuut
↗	Je glucose **stijgt** 0,06 tot 0,1 mmol/L per minuut
→	Je glucose **varieert langzaam**: < 0,06 mmol/L per minuut
↘	Je glucose **daalt** 0,06 tot 0,1 mmol/L per minuut
↓	Je glucose **daalt snel** > 0,1 mmol/L per minuut

Grafieken in de app

1. Tijd binnen bereik

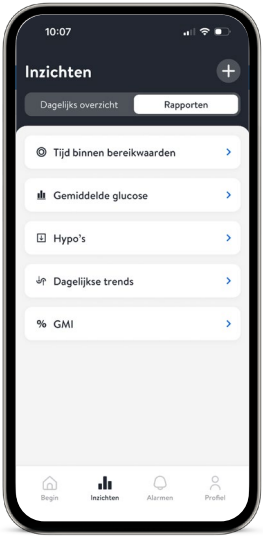
Tijd binnen bereik biedt een grafiek met het percentage van de tijd dat je sensorglucosemetingen boven, onder of binnen bepaalde glucosebereikwaarden vielen. De aangepaste grafiek is gebaseerd op je glucosedoelbereik. De standaardgrafiek is gebaseerd op een doelbereik van 3,9 tot 10 mmol/L.

2. Gemiddelde glucose

Gemiddelde glucose biedt informatie over het gemiddelde van je sensorglucosemetingen. Het algehele gemiddelde over de geselecteerde periode wordt vermeld boven de grafiek. Ook het gemiddelde voor verschillende dagdelen wordt weergegeven. Metingen boven of onder je glucosedoelbereik zijn geel, oranje of rood. Metingen binnen het bereik zijn groen.

3. Hypo's

Hypo's biedt informatie over het aantal hypo's dat door je sensor is gemeten. Een hypo wordt vastgelegd wanneer je sensorglucosemeting langer dan 15 minuten lager is dan 3,9 mmol/L. Het totale aantal hypo's wordt boven de



grafiek weergegeven. In het staafdiagram worden de hypo's in verschillende dagdelen weergegeven.

4. Dagelijkse trends

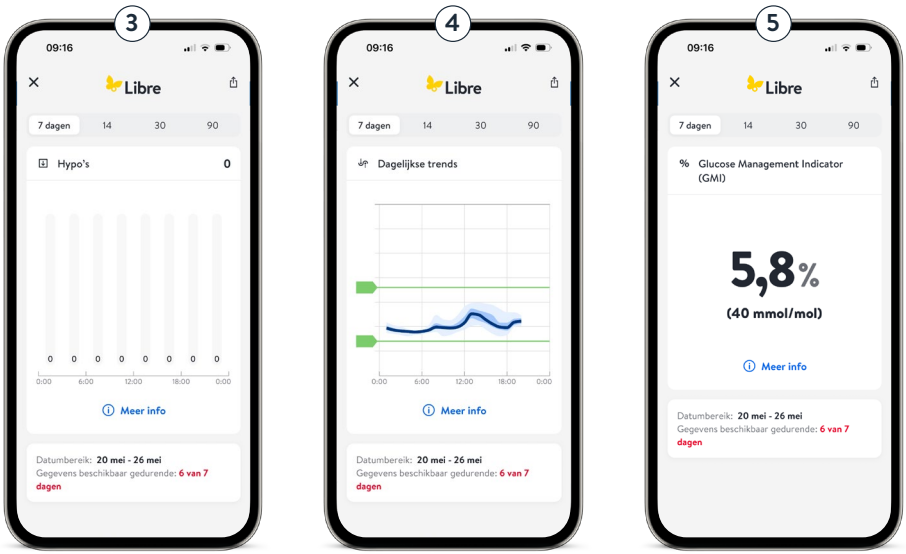
In de grafiek Dagelijkse trends zie je de trend en de variabiliteit van de glucosemetingen van je sensor gedurende een typische dag.

Zo lees je de grafiek:
De dikke lijn geeft de mediaan (het middelpunt) van je glucosemetingen aan. Het gearceerde gebied dat het dichtst bij de lijn ligt, geeft het percentielbereik 25-75 van je metingen aan.
Het gearceerde gebied dat het verst van de lijn ligt, geeft het percentielbereik 5-95 van je metingen aan.

5. Glucose Management Indicator

De Glucose Management Indicator gebruikt de gemiddelde glucosewaarden van de sensor. GMI kan worden gebruikt als indicator voor hoe goed je glucoseniveaus onder controle zijn gehouden.

Voor deze inzichten zijn ten minste 5 dagen aan glucosegegevens nodig.



Je kunt heel eenvoudig optionele glucose-alarmen instellen

Met de optionele alarmen kun je zelf bepalen waarvoor en wanneer je wilt worden gewaarschuwd. Om alarmen te kunnen ontvangen, moeten meldingen en bluetooth zijn ingeschakeld op je smartphone. Bovendien moet de smartphone zich binnen 10 meter van de sensor bevinden (zonder obstakels ertussen).

1. Tik op **Alarmen** in de navigatiebalk onderin het scherm.

2. **Selecteer het alarm** dat je wilt instellen: **Laag (alarm bij lage glucosewaarden), Hoog (alarm bij hoge waarden) of Signaalverlies (alarm bij signaalverlies).**

Tik hier om het alarm aan te zetten.

Tik hier om in te stellen bij welke glucosewaarde **het alarm wordt gegeven.**

Tik hier om het alarmgeluid aan te passen.

Selecteer Niet storen negeren als je ook een alarm wilt krijgen als je smartphone **op stil is gezet** of als de functie Niet Storen is ingeschakeld.

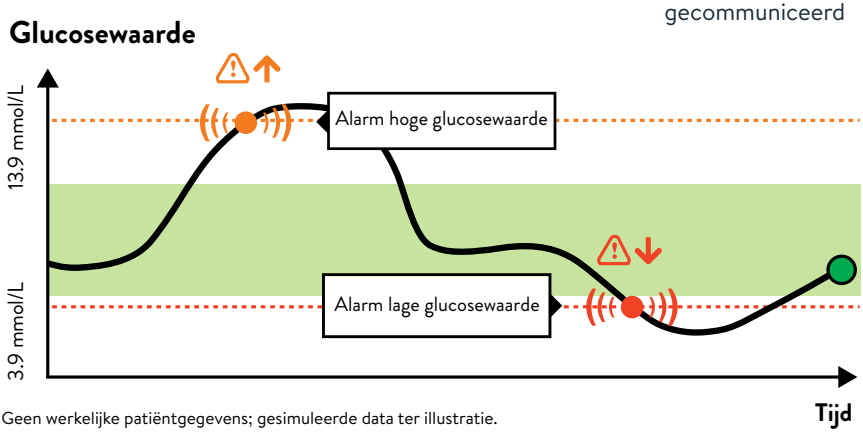
De alarminstellingen volgen de instellingen voor geluiden en trillingen van je telefoon. Zet het geluid hard genoeg om te voorkomen dat je een alarm mist.

Er gaat een alarm af zodra de glucosewaarde onder of boven de ingestelde limiet komt

Alarm voor lage glucose
kan worden ingesteld tussen 3,3 en 5,6 mmol/L

Alarm voor hoge glucose
kan worden ingesteld tussen 6,7 en 22,2 mmol/L

Alarm voor signaalverlies
gaat af als je telefoon langer dan 20 minuten niet met je sensor heeft gecommuniceerd



Geen werkelijke patiëntgegevens; gesimuleerde data ter illustratie.

De limieten voor de glucose-alarmen zijn iets anders dan die van je glucosedoelbereik. Bespreek met je behandelaar welke glucose-alarmwaarden voor jou geschikt zijn.

Mijn aanbevolen waarden voor de glucose-alarmen:

Alarmwaarde voor hoge glucose:

Alarmwaarde voor lage glucose:

Glucosewaarden, bij de hand[8-11]

De Libre-app voor Apple watch[8] is nu beschikbaar. Installeer 'm vandaag nog.

Makkelijk is nog makkelijker geworden, met de Libre-app voor Apple watch[8-11].

Makkelijkere glucosecontrole?
Nu kun je met één handbeweging je glucosewaarden, trends en meldingen zien — zonder op je telefoon te kijken.

Alarmen, ook zonder storen.
Met één tik schakel je alarmen uit op zowel je horloge als op je telefoon zodat je ongestoord en gefocust kunt blijven.

Jouw waarden op jouw manier.
Met een verscheidenheid aan displaystijlen kun je kiezen wat het beste bij je past. Aan sommige wijzerplaten van je Apple Watch kun je speciale onderdelen – complicaties genoemd – toevoegen, zodat je direct bepaalde informatie kunt bekijken.

De Libre App voor Watch[8-11]
complicatie laat 3 dingen zien: je huidige glucosewaarde, een trendpijl en hoe recent deze data is. Let op: batterijbespaarstand kan het verversen van data beïnvloeden.

Je gegevens delen met verzorgers

LibreLinkUp[13] is een mobiele applicatie waarmee ouders en andere verzorgers de glucosewaarden van een FreeStyle Libre sensor gebruiker kunnen volgen.

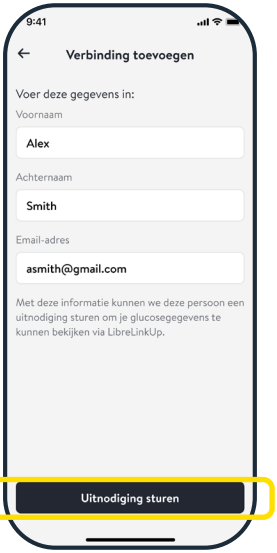
Ga naar Profiel en tik op Verbonden apps. Tik op Connectie toevoegen in de tegel met LibreLinkUp.

Je glucosegegevens delen

STAP 1
Download de Libre app

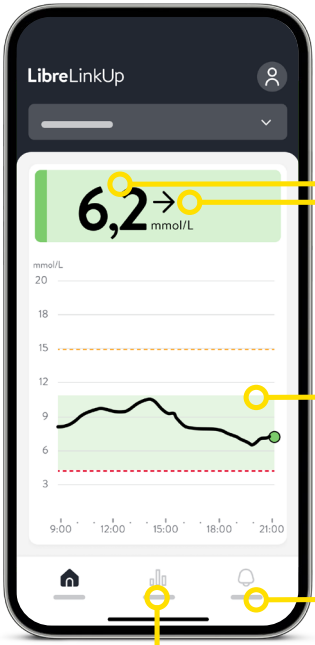
STAP 2
Registreer

STAP 3
Start de sensor



De naaste of de verzorger ontvangt continu de glucoseresultaten van de FreeStyle Libre 2-sensor[14].

Deel je glucosewaarden met maximaal 20 personen.

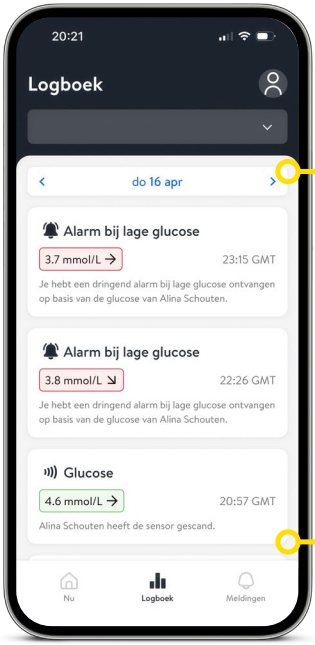


Huidige glucosewaarde
De gekleurde band geeft aan of de glucosewaarde hoog, laag, binnen of buiten het doelbereik is.

Een trendpijl
Geeft de richting (stijgend, dalend of stabiel) en de intensiteit van de evolutie van de glucosewaarde aan.

Grafiek met de glucosegegevens van de afgelopen periode
Bekijk hoe voeding, lichaamsbeweging en insuline de glucosewaarde beïnvloeden, dag en nacht.

De meldingen activeren
Je kunt alarmmeldingen bij lage en hoge glucose bij de gebruiker inschakelen.



Logboek
Bekijk de meest recente glucoseresultaten van de gebruiker.

APP STORE | LIBRELINKUP APP | GOOGLE PLAY

Hoe deel je je gegevens met je behandelaar?

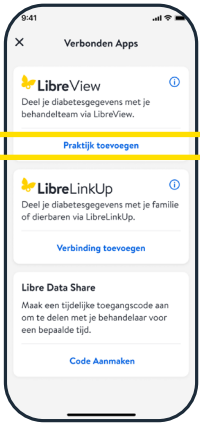
Als je je gegevens met je behandelaar deelt, kan hij of zij je glucose-waarden op afstand bekijken en je helpen bij het managen van je diabetes. Er zijn twee mogelijke manieren als je je gegevens met je behandelaar wilt delen.

SCENARIO 1:

Je behandelaar verstrekt je de ID van zijn of haar LibreView-praktijk[15]

STAP 1

Open de Libre app en tik rechts onderin op Profiel > Verbonden apps. Tik op LibreView > Praktijk toevoegen.



STAP 2

Voer het praktijk-ID in dat je van je behandelaar hebt gekregen en tik op volgende.

SCENARIO 2 :

Je arts nodigt je uit om je aan te sluiten bij zijn of haar LibreView-praktijk

STAP 1

Je ontvangt een uitnodiging van je behandelaar via e-mail.

STAP 2

Klik op de link en volg de stappen.

Ondersteuning en Training

Training
Met deze gratis online training leer je snel het FreeStyle Libre-systeem kennen. De training bestaat uit korte video's en vragen, en duurt ongeveer 15 minuten.
https://www.freestyle.abbott/nl-nl/training.html

Nieuwsbrief
Praktische Informatie over producten en apps, vergoeding & zorgverzekering, plus tips over eten, bewegen en leven met diabetes. Schrijf je in voor de nieuwsbrief.
https://www.freestyle.abbott/nl-nl/nieuwsbrief.html

Service
Mocht je sensor per ongeluk zijn afgevallen of onverwacht kapot zijn gegaan, dan kun je gebruik maken van de online Sensor Support Service.
https://www.freestyle.abbott/nl-nl/service.html

Ondersteuning
Mocht je nog vragen hebben, dan kun je via de website extra informatie vinden over het plaatsen van een sensor, de mogelijkheden van de apps, en de handleidingen en video's.
https://www.freestyle.abbott/nl-nl/ondersteuning.html

Meer informatie op www.FreeStyleLibre.com

FreeStyle Libre 2

Heb je een vraag of opmerking over je FreeStyle Libre 2-systeem? We staan voor je klaar!

Klantenservice
0800 - 022 88 28

Voor meer informatie:
www.FreeStyleLibre.com

Referenties

1. Gearchiveerde gegevens, Abbott Diabetes Care. Gegevens gebaseerd op het aantal gebruikers wereldwijd van het FreeStyle Libre-systeem vergeleken met het aantal gebruikers van andere toonaangevende sensorgebaseerde glucosemonitoringsystemen voor persoonlijk gebruik.
2. Vingerprikken is nodig als je glucosewaarden en alarmen niet overeenkomen met de symptomen of verwachtingen.
3. Haak, T. et al. Diabetes Therapy (2017): https://doi.org/10.1007/s13300-016-0223-6.
4. Meldingen worden alleen ontvangen als de alarminstellingen zijn ingeschakeld en de sensor zich binnen 10 meter van het leesapparaat bevindt zonder obstructie.
5. Gearchiveerde gegevens. Abbott Diabetes Care.
6. Alva S, et al. Accuracy of a 14-Day Factory-Calibrated Continuous Glucose Monitoring System With Advanced Algorithm in Pediatric and Adult Population With Diabetes. Journal of Diabetes Science and Technology. September 2020. oi:10.1177/1932296820958754.
7. De Libre app is alleen geschikt voor bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Lees alvorens de app te gebruiken eerst de informatie op www.FreeStyleLibre.com over de compatibiliteit van mobiele apparaten. Voor het delen van glucosegegevens is registratie bij LibreView vereist.
8. Met de Libre-app voor smartwatches kunnen gebruikers hun glucosegegevens en meldingen bekijken op een smartwatch die zich binnen bereik van de gekoppelde smartphone en sensor bevindt.
9. De Libre-app voor smartwatches is alleen compatibel met bepaalde apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg www.FreeStyleLibre.com voor meer informatie over de compatibiliteit van apparaten voordat je de app gebruikt. Voor het gebruik van de Libre-app voor smartwathes is registratie bij LibreView vereist. De Libre-app voor smartwatches mag niet worden gebruikt om beslissingen over de behandeling te nemen. Volg de instructies voor de Libre-app op je smartphone.
10. Glucosegegevens en meldingen worden alleen ontvangen wanneer je smartphone zich binnen bereik van je sensor en smartwatch bevindt. Meldingen op je smartwatch zijn een weergave van de meldingen in de Libre-app op je smartphone. Je moet de juiste instellingen op je smartphone inschakelen om meldingen op je smartwatch te kunnen ontvangen.
11. De apps voor de FreeStyle Libre-systemen zijn alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg www.FreeStyleLibre.com voor meer informatie over de compatibiliteit van apparaten voordat je de apps gebruikt. Voor het gebruik van de apps voor de FreeStyle Libre-systemen is registratie bij LibreView vereist.
12. De Libre app is alleen geschikt voor bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Lees alvorens de app te gebruiken eerst de informatie op www.FreeStyleLibre.com over de compatibiliteit van mobiele apparaten. Voor het delen van glucosegegevens is registratie bij LibreView vereist.
13. De LibreLinkUp-app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg de website www.LibreLinkUp.com voor meer informatie over apparaat-compatibiliteit voordat je de app gebruikt. Het gebruik van LibreLinkUp vereist registratie bij LibreView. De mobiele app LibreLinkUp is niet bedoeld als primaire glucosemonitor: gebruikers dienen hun primair(e) appara(a)t(en) en een professionele zorgverlener te raadplegen alvorens medische interpretaties en behandelingsaanpassingen te doen op basis van de informatie die door de app wordt verstrekt.
14. Internet- en Bluetooth-verbinding zijn vereist om automatisch glucosegegevens te uploaden naar LibreView en deze door te sturen naar gebruikers van de LibreLinkUp-app
15. De LibreView-website is alleen compatibel met bepaalde besturingssystemen en browsers. Raadpleeg www.LibreView.com voor meer informatie. De LibreView-gegevensbeheersoftware is bedoeld voor zowel patiënten als zorgverleners, om mensen met diabetes en hun zorgverleners te helpen bij het beoordelen, analyseren en evalueren van historische glucosegegevens ter ondersteuning van effectief diabetesmanagement. De LibreView-software is niet bedoeld als hulpmiddel voor behandelbeslissingen of ter vervanging van professioneel medisch advies.

© 2026 Abbott. Libre, het vlinder logo, de vorm van de sensor, de kleur geel en gerelateerde merkaanduidingen zijn intellectueel eigendom van Abbott. iPhone en App Store zijn handelsmerken van Apple Inc. Android en Google Play zijn handelsmerken van Google LLC. Andere handelsmerken zijn het eigendom van hun respectievelijke eigenaren. Afbeeldingen zijn ter illustratie en tonen geen echte patiënten of gegevens.

ADC-2661827 v2.0

Abbott