



Starten met
de Libre App



Welkom bij de nieuwe Libre app¹



De voordelen van de nieuwe Libre app:



Optionele alarmen²

Tot 9 uur stil voor een betere nachtrust.³



Oplopend alarm geluid

Niet meer meteen een hele harde toon.



Soepel overstappen

De app herkent je bestaande gebruikersnaam en wachtwoord.



Makkelijk koppelen met LibreView⁴

(voor behandelaar) en LibreLinkUp⁵
(voor ouders & mantelzorgers).



Download de app vandaag nog!

Beschikbaar voor Android en iOS.
Zoek in de App Store of Google Play op
“Libre van Abbott – NL”.



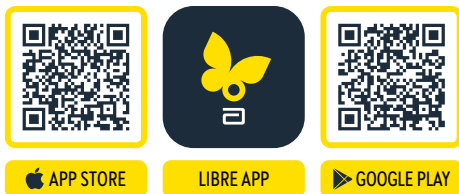
Inhoud

Beginnen met de nieuwe Libre app.....	4
Compatibiliteitscheck	5
Inloggen met bestaande gegevens	6
Aanmaken van een nieuw account.....	7
Wat je ziet in de Libre app.....	8
Meer inzichten met de nieuwe Libre app.....	9
Grafieken in de app.....	10
Glucose-alarmen instellen.....	12
De Libre-app voor Apple watch	14

Download om te beginnen de nieuwe Libre app

1

Zoek de juiste app in de App Store⁶ of op Google Play⁷.
De naam van de app is Libre van Abbott – NL¹.
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.

Compatibiliteitscheck

De app controleert of de combinatie van smartphone en besturingssysteem getest is door Abbott. Er zijn 3 mogelijkheden:

je smartphone en besturingssysteem zijn getest en werken; je smartphone en besturingssysteem zijn nog niet getest, of je smartphone en besturingssysteem zijn niet compatibel. Vraag alleen in dit geval of je behandelaar de reader wil voorschrijven.

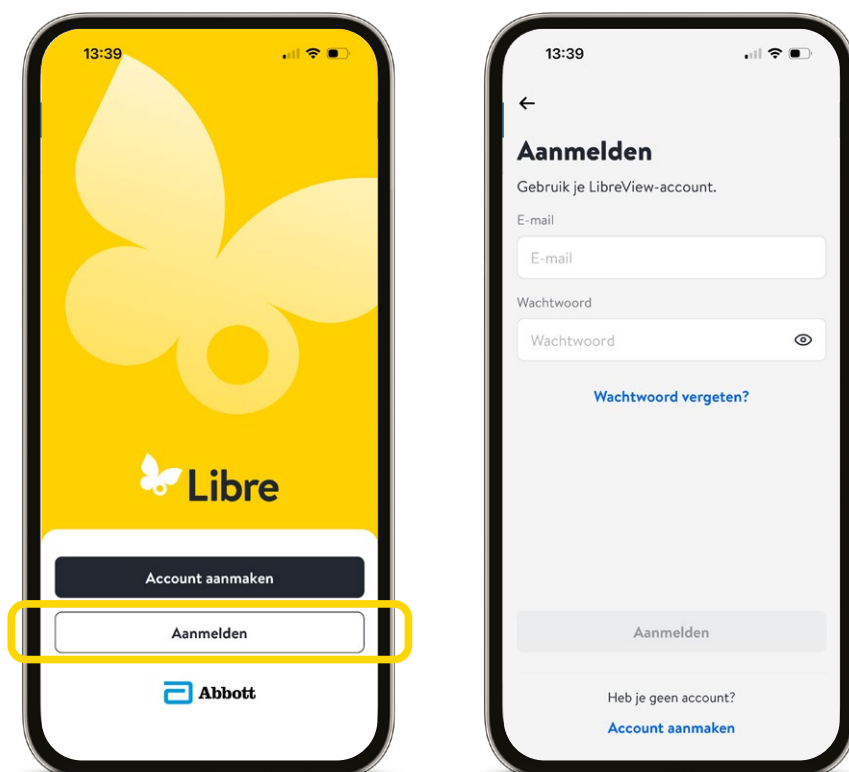


Inloggen met bestaande gegevens

Als je nu al FreeStyle LibreLink of de FreeStyle Libre 3-app gebruikt, heb je waarschijnlijk al een LibreView account.

Klik op de button **aanmelden** en volg de stappen. Als je op dezelfde telefoon ook al FreeStyle LibreLink of de FreeStyle Libre 3-app gebruikte, dan importeert de nieuwe Libre app je E-mail en wachtwoord vanzelf.

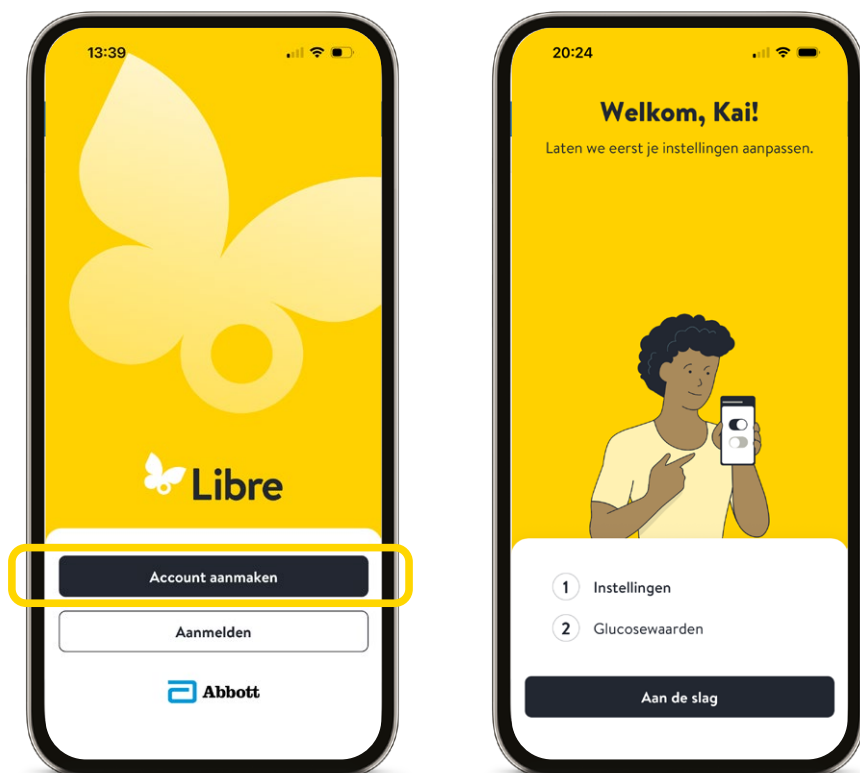
Ben je je wachtwoord vergeten, dan kun je op dit scherm een je wachtwoord herstellen. Ook kun je hier een nieuw account aanmaken. We raden je aan om je bestaande account te gebruiken.



Aanmaken van een nieuw account

Heb je nog geen LibreView account, dan kun je dat heel eenvoudig aanmaken in de app.

Klik op de button “**account aanmaken**” en volg de stappen op het scherm.



Wat je ziet in de Libre app¹



Je actuele glucosewaarde bepaalt de achtergrondkleur.

ORANJE	Hoge glucosewaarde (meer dan 13,3 mmol/L)	GROEN	Binnen het glucosedoelbereik (3,9-10,0 mmol/L indien ingesteld op standaard) ¹²
GEEL	Buiten het doelbereik, maar tussen de 3,9 en 13,3 mmol/L	ROOD	Lage glucosewaarde (minder dan 3,9 mmol/L)

Meer inzichten met de nieuwe Libre app

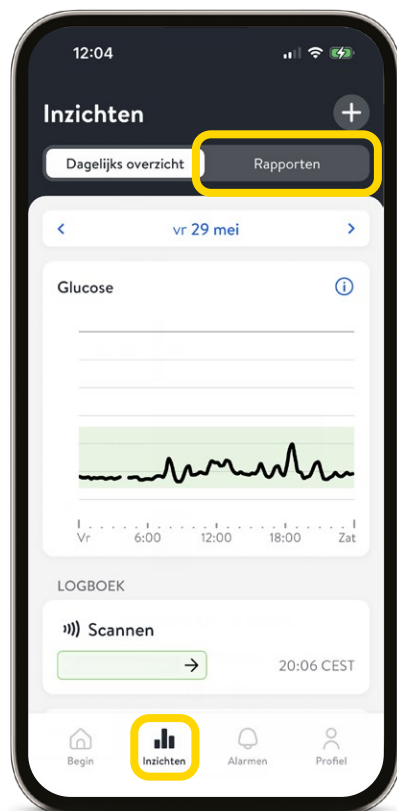
Met de nieuwe Libre app is het nog makkelijker om inzicht te krijgen in je glucosewaarden.

Onderin de navigatiebalk tik je op het icon **“inzichten”**.

Je kunt dan kiezen tussen **“Dagelijks overzicht”** en **“Rapporten”**.

Dagelijks overzicht

In je dagelijkse grafiek zie je de dagelijkse glucosemetingen van je sensor. Als je van tijdzone verandert, krijg je het klokpictogram te zien. Dit kan hiaten in de grafiek veroorzaken of ervoor zorgen dat je glucosewaarden niet te zien zijn. Onder de grafiek zie je het logboek. Hier staan de momenten waarop je een Libre 2-sensor scant, en je notities.



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 glucose-bereikwaarden vielen. De aangepaste grafiek is gebaseerd op je glucosedoelbereik. De standaard-grafiek is gebaseerd op een doelbereik van 3,9 tot 10 mmol/L.

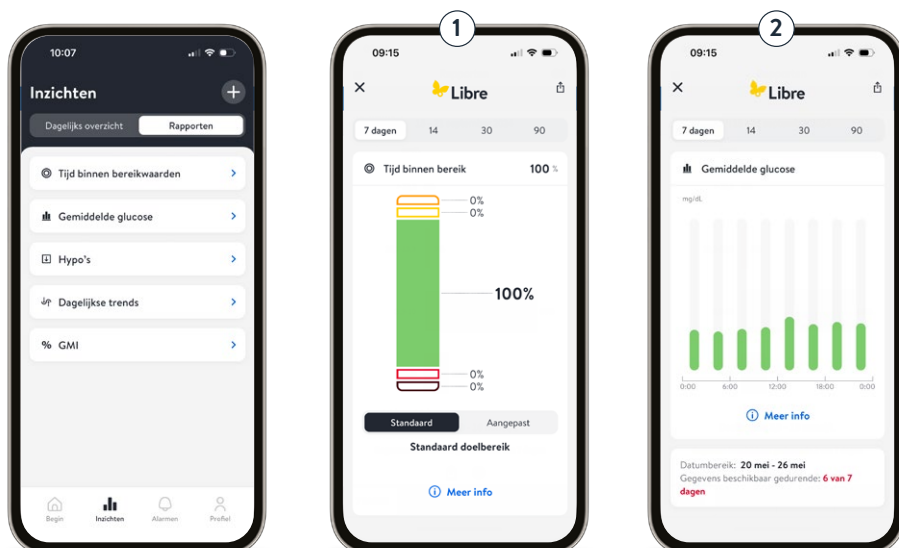
2. Gemiddelde glucose

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:

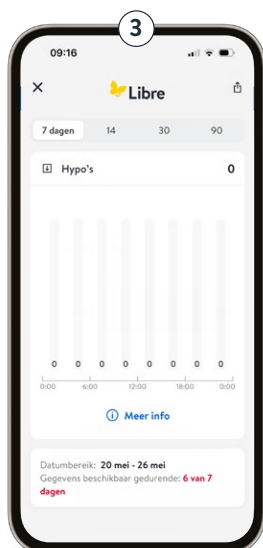
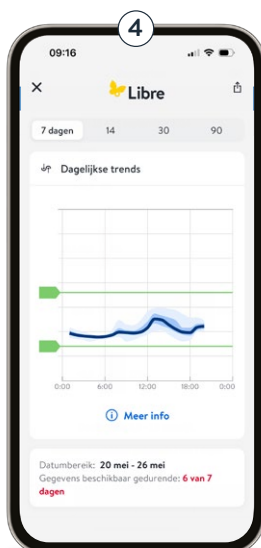
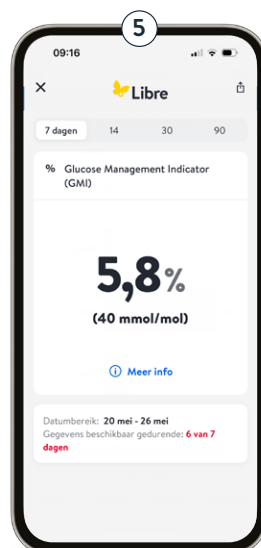
De dikke lijn geeft de mediaan (het middelpunt) van je glucosemetingen aan. Het gearceerde gebied dat het dichtst bij de lijn

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

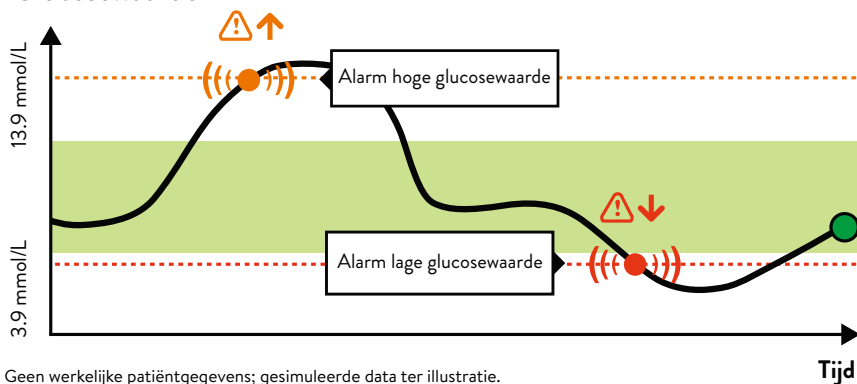


Alarm voor hoge glucose
kan worden ingesteld tussen
6,7 en 22,2 mmol/L



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

Glucosewaarde



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^{9,10}

**De Libre-app voor Apple watch⁹ is nu beschikbaar.
Installeer 'm vandaag nog.**



Makkelijk is nog makkelijker geworden⁹, met de Libre-app voor Apple watch¹⁰.



Makkelijkere glucosecontrole? Check.

Nu kun je met één handbeweging je glucosewaarden, trends en meldingen zien – zonder op je telefoon te kijken.^{10,11}



Alarmen, ook zonder storen.¹¹

Met één tik schakel je alarmen uit op zowel je horloge¹⁰ als op je telefoon,¹ 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.^{10,11} 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 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.

Referenties:

1. De Libre app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg de website www.FreeStyleLibre.com voor meer informatie over apparaatcompatibiliteit voordat je de app gebruikt. Gebruik van de Libre app vereist registratie bij LibreView.
2. Meldingen worden alleen ontvangen als de alarminstellingen zijn ingeschakeld en de sensor zich binnen 10 meter van het leesapparaat bevindt zonder obstructie.
3. Met de stille modus kunnen gebruikers hun alarmen voor signaalverlies en glucosewaarden tot negen uur lang dempen. Je hoort de alarmen voor glucosewaarden en signaalverlies niet, zelfs niet als je de optie 'Niet storen negeren' hebt ingeschakeld; afhankelijk van de instellingen van je telefoon kan je nog wel visuele meldingen en trillingen ontvangen.
4. 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.
5. De LibreLinkUp-app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg onze website voor meer informatie over apparaatcompatibiliteit voordat je de app gebruikt. Het gebruik van de LibreLinkUp-app kan registratie bij LibreView vereisen. De LibreLinkUp-app is niet bedoeld als primaire glucosemeter: thuisgebruikers moeten hun primaire apparaat(en) raadplegen en een zorgprofessional raadplegen voordat ze medische interpretaties en therapieaanpassingen uitvoeren op basis van de informatie die door de app wordt verstrekt.
6. App Store is een handelsmerk van Apple Inc.
7. Google Play is een handelsmerk van Google LLC.
8. Bij het aanbrengen van de sensor moet deze eerst 60 minuten opwarmen.
9. De Libre-app voor smartwatches is alleen compatibel met bepaalde apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg onze website voor meer informatie over apparaatcompatibiliteit voordat je de app gebruikt. Voor het gebruik van de Libre-app is registratie bij LibreView vereist. De Libre-app voor smartwatches mag niet worden gebruikt voor het nemen van behandelbeslissingen. Volg de instructies van de Libre-app op je smartphone.
10. Glucose-informatie en -meldingen worden alleen ontvangen wanneer je smartphone zich binnen het bereik van je sensor en smartwatch bevindt.
11. Meldingen die je op je smartwatch ziet, worden gespiegeld vanuit de Libre-app op je smartphone. Je moet de juiste instellingen op je smartphone inschakelen om meldingen op je smartwatch te ontvangen.