

A woman with long brown hair, wearing a light-colored patterned short-sleeved shirt and brown trousers, is walking away from the camera on a paved path. She is holding a black leash attached to a large, fluffy white dog. In the background, there is a playground with a blue slide and yellow equipment, surrounded by trees with light-colored blossoms. The scene is brightly lit, suggesting a sunny day.

FreeStyle
Libre 2

Starten met FreeStyle Libre 2



Welkom bij de Freestyle Libre 2-familie

Het FreeStyle Libre-systeem is wereldwijd het meest gebruikte glucosesensorsysteem¹ en heeft in 60 landen meer dan 6 miljoen mensen met diabetes bevrijd van het vervelende vingerprikken².

Voordelen van het FreeStyle Libre 2-systeem:



Geen vingerprikken²

Je kunt je diabetes pijnloos managen³.



Optionele glucose-alarmen

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 belangrijkste is^{4,5}.

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

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, Thomas., et al. Flash glucose-sensing technology as a replacement for blood glucose monitoring for the management of insulin-treated type 2 diabetes: a multicenter, open-label randomized controlled trial. *Diabetes Therapy* 8.1 (2017): 55-73. 4. Gearchiveerde gegevens. Abbott Diabetes Care. 5. Alva, Shridhara, Timothy Bailey, Ronald Brazg, Erwin S. Budiman, Kristin Castorino, Mark P. Christiansen, Gregory Forlenza, Mark Kipnes, David R. Lijtenquist en Hanqing Liu. "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). <https://doi.org/10.1177/1932296820958754>.

2 Starten met FreeStyle Libre 2



Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiënt.

Inhoud

Het FreeStyle Libre 2-systeem.....	4
De app instellen	5
De sensor aanbrengen	6
De sensor starten	7
Zo werkt de app	8
De sensor starten	10
Trendpijlen	11
Gedetailleerde glucoseraapporten	12
Glucose-alarmen instellen.....	14
Glucose-informatie delen met je behandelaar.....	16
Glucosewaarden delen met je dierbaren	18
De sensor verwijderen en vervangen	19

Starten met FreeStyle Libre 2 **3**

Het FreeStyle Libre 2-systeem bestaat uit een sensor en een app op je smartphone¹



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 pijnloos² net onder de huid wordt ingebracht.



Gebruik de FreeStyle LibreLink-app om je sensor te starten, glucosewaarden en glucose-alarmen te ontvangen en je glucosegeschiedenis en eventueel toegevoegde notities te bekijken.

1. De FreeStyle LibreLink-app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg www.FreeStyleLibre.com voor meer informatie over apparaatcompatibiliteit voordat je de app gebruikt. Gebruik van FreeStyle LibreLink vereist registratie bij LibreView. 2. Haak, Thomas., et al. Flash glucose-sensing technology as a replacement for blood glucose monitoring for the management of insulin-treated type 2 diabetes: a multicenter, open-label randomized controlled trial. *Diabetes Therapy* 8.1 (2017): 55-73.

4 Starten met FreeStyle Libre 2

Download de FreeStyle LibreLink-app om te beginnen¹

- 1** Download de gratis* app vanuit de App Store of Google Play^{2,3}.



ONTDEK HET OP
Google Play



Verkrijgbaar in de
App Store

- 2** Log in bij je LibreView-account of maak een account aan, zodat je glucosegegevens veilig kunnen worden opgeslagen in een cloudsysteem.

Als je een nieuwe telefoon krijgt, log je op de nieuwe telefoon gewoon weer in met je LibreView-account. Je gegevens zijn dan direct weer beschikbaar.

- 3** Bekijk en accepteer de gevraagde voorwaarden en toestemmingen.

Je kunt de sensor 60 minuten na het opstarten gebruiken!

* Voor het downloaden van de FreeStyle LibreLink-app en het delen van glucosegegevens is een draadloze internetverbinding of mobiele dataverbinding nodig. **1.** De FreeStyle LibreLink-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 FreeStyle LibreLink vereist registratie bij LibreView. **2.** App Store is een handelsmerk van Apple Inc. **3.** Google Play is een handelsmerk van Google LLC.

De FreeStyle Libre 2-sensor breng je in 3 stappen aan



- 1 Wassen, ontvetten en drogen**
Kies een plek op de **achterkant van je bovenarm** die vlak blijft tijdens dagelijkse activiteiten. Was eerst de huid met een niet-vochtinbrengende, geurvrije zeep en water. Gebruik daarna een alcoholdoekje om de huid te ontvetten en **laat de huid goed opdrogen** voordat je verdergaat.



- 2 Applicator voorbereiden**
Schroef de dop van de sensorapplicator. Breng de donkere markering op de sensorapplicator op één lijn met de donkere markering op de sensorverpakking. Druk stevig aan en til hem dan op.



- 3 Aanbrengen**
Druk stevig op de applicator om de sensor op de achterkant van je bovenarm aan te brengen. Als het goed is, hoor je een klikgeluid. Wacht nog enkele seconden en haal de applicator dan langzaam van je arm af. De sensor blijft achter op de huid.

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiënt.

6 Starten met FreeStyle Libre 2

Start je nieuwe sensor met je smartphone¹

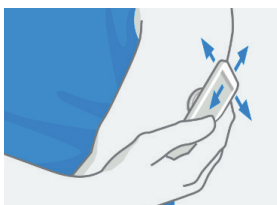
1 Tik in het **hoofdmenu** (☰) op **Start Nieuwe Sensor**.

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



Voor iPhones²:

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-smartphones³:

Start de nieuwe sensor door deze te **scannen met de ACHTERKANT** van je smartphone. **Mogelijk moet je eerst de NFC-functie aanzetten in de instellingen van je smartphone.**



Elk type telefoon werkt anders. Als het scannen niet meteen lukt, beweeg je de telefoon langzaam heen en weer.

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 (indien meldingen zijn ingeschakeld).



Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.

1. De FreeStyle Libre 2-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. **2.** iPhone is een handelsmerk van Apple Inc. **3.** Android is een handelsmerk van Google LLC.

Zo werkt de FreeStyle Libre 2-sensor

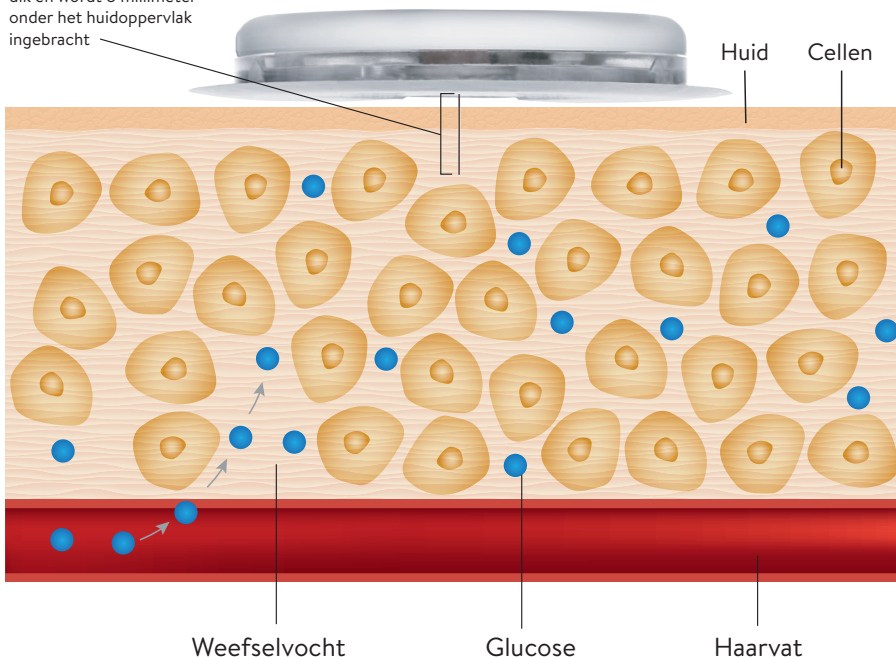
Wanneer je de FreeStyle Libre 2-sensor op de achterkant van je bovenarm aanbrengt, wordt een dun draadje onder de huid ingebracht.

Het bereikt de bloedstroom niet, maar meet veranderingen in de glucosespiegel net onder het huidoppervlak in het vocht rond de cellen. We noemen dit ook

wel het weefselvocht. Dit is een vloeistof die je cellen omringt en ze voedt.

De sensor is ontworpen om maximaal 14 dagen op het lichaam te blijven. Hij is waterbestendig tot 30 minuten tijdens een bad of douche en bij het zwemmen in water tot 1 meter diep.

Het sensordraadje is minder dan 0,4 millimeter dik en wordt 5 millimeter onder het huidoppervlak ingebracht

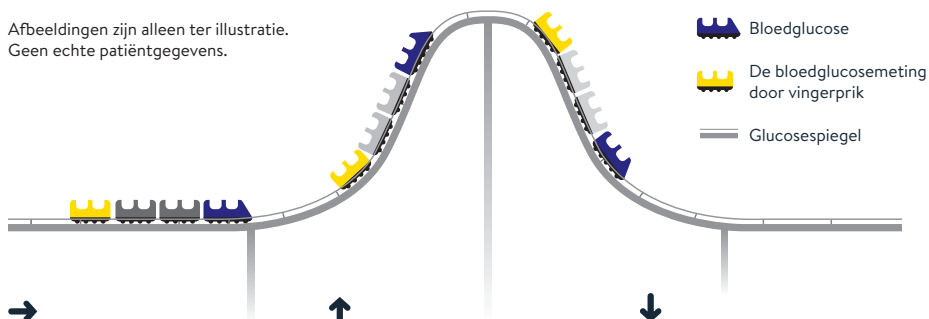


Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie.

8 Starten met FreeStyle Libre 2

Waarom verschillen de met de FreeStyle Libre 2-sensor verkregen metingen soms ten opzichte van de metingen van een vingerprik?

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie.
Geen echte patiëntgegevens.



Wanneer de bloedglucose-spiegel stabiel is, is de door het FreeStyle Libre 2-systeem aangegeven glucosewaarde in het weefselvocht vergelijkbaar met de bloedglucosewaarde.



Wanneer de bloedglucosespiegel stijgt, kan de door het FreeStyle Libre 2-systeem aangegeven glucosewaarde in het weefselvocht lager zijn dan de bloedglucosewaarde.



Wanneer de bloedglucose-spiegel daalt, kan de door het FreeStyle Libre 2-systeem aangegeven glucosewaarde in het weefselvocht hoger zijn dan de bloedglucosewaarde.

Bloedglucose en sensorglucose zijn nauw verwant, maar niet identiek. De glucose die door de FreeStyle Libre 2-sensor wordt gemeten, is vanuit het bloed naar het weefselvocht onder de huid van de bovenarm doorgedrongen. Dit duurt even en daarom wordt de sensorglucosewaarde altijd iets later weergegeven dan de bloedglucosewaarde die via een vingerprik wordt gemeten, namelijk circa 2,1 minuten bij kinderen en circa 2,4 minuten bij volwassenen¹.

Als je glucosespiegel stabiel is, kunnen de twee meetwaarden erg op elkaar lijken. De meetwaarden kunnen verschillen als je glucosewaarden stijgen of dalen. Dit is volkomen normaal en te verwachten, vooral na een maaltijd, na het toedienen van insuline of als je hebt gesport. Hoewel de meetwaarden enigszins kunnen verschillen, is het FreeStyle Libre 2-systeem nauwkeurig en veilig om insuline te doseren op basis van het gemeten glucoseresultaat.

1. 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. doi:10.1177/1932296820958754.

Wat je ziet in de app FreeStyle LibreLink¹



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) ²
GEEL	Tussen het doelbereik en hoge en lage glucosewaarde	ROOD	Lage glucosewaarde (minder dan 3,9 mmol/L)

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.

1. De FreeStyle Libre 2-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. 2. referentie artikel.

10 Starten met FreeStyle Libre 2

Trendpijlen

Trendpijlen geven aan in welke richting je glucosewaarde zich beweegt en hoe snel deze waarde verandert. Wanneer je de app opent, zie je je actuele glucosewaarde en een trendpijl die aangeeft in welke richting je glucosewaarde zich beweegt. Zo kun je beter geïnformeerde beslissingen nemen over je diabetes.



..... **Glucosewaarde stijgt snel**
(meer dan 0,1 mmol/L per minuut of meer dan 3,0 mmol/L gedurende 30 minuten)¹



..... **Glucosewaarde stijgt**
(tussen 0,06 en 0,1 mmol/L per minuut of tussen 2,0 mmol/L en 3,0 mmol/L gedurende 30 minuten)¹



..... **Glucosewaarde verandert langzaam**
(minder dan 0,06 mmol/L per minuut of minder dan 2,0 mmol/L gedurende 30 minuten)¹



..... **Glucosewaarde daalt**
(tussen 0,06 en 0,1 mmol/L per minuut of tussen 2,0 mmol/L en 3,0 mmol/L gedurende 30 minuten)¹



..... **Glucosewaarde daalt snel**
(meer dan 0,1 mmol/L per minuut of meer dan 3,0 mmol/L gedurende 30 minuten)¹

1. Waarden zijn afgerond indien nodig ter verduidelijking en vereenvoudiging.

Gedetailleerde glucoserapporten op je smartphone¹



De app FreeStyle LibreLink kan je helpen om je glucosegeschiedenis te bekijken en te begrijpen.

De glucoserapporten bieden je meer gedetailleerde informatie over je glucosewaarden dan alleen de resultaten van HbA1c- of vingerprikken². Zo werkt het:

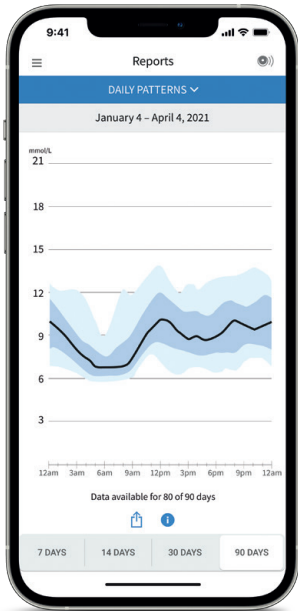
Tijd binnen doelbereik

Geeft in procenten aan hoelang je sensorglucosewaarden boven, onder of binnen je doelbereik lagen. Volwassenen met diabetes type 1 of 2 die niet zwanger zijn, niet op leeftijd zijn en niet tot een risicogroep behoren, wordt geadviseerd **70% van de tijd binnen 3,9-10,0 mmol/L** te blijven².

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.

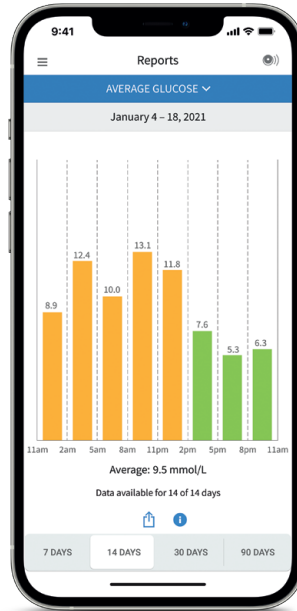
1. De FreeStyle LibreLink-app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg www.FreeStyleLibre.com voor meer informatie over apparaatcompatibiliteit voordat je de app gebruikt. Voor het delen van glucosegegevens is registratie bij LibreView vereist. 2. Battelino, T., Diabetes Care (2019): <https://doi.org/10.2337/dci19-002.8>.

12 Starten met FreeStyle Libre 2



Dagelijkse patronen

Een grafiek die het patroon en de variabiliteit van sensorglucosewaarden gedurende een typische dag weergeeft. Voor een dagelijks patroon zijn ten minste 5 dagen met glucosegegevens nodig.



Gemiddelde glucosewaarde

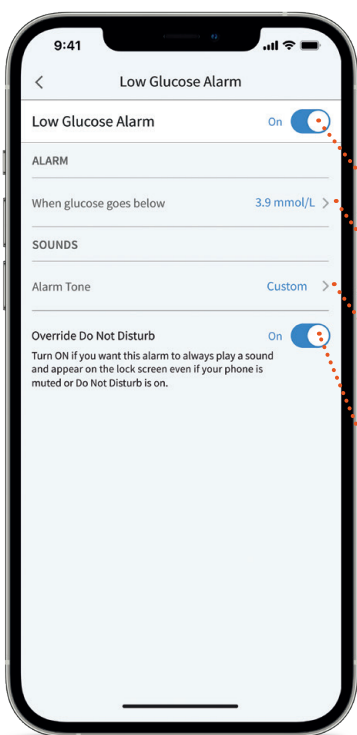
Toont informatie over je gemiddelde glucosewaarden, inclusief het gemiddelde voor verschillende perioden van de dag. **Metingen boven je glucosedoelbereik zijn geel of oranje en metingen onder je doelbereik zijn rood.**

Er zijn meer rapporten beschikbaar, waaronder **episodes met een lage glucosewaarde, dagelijkse grafiek, sensorgebruik, geschatte HbA1c-waarde en logboek**. Tik in de app op het pictogram Hoofdmenu om alle rapporten te bekijken.

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.

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 6 meter van de sensor bevinden (zonder obstakels ertussen).



1 Ga naar het **hoofdmenu** (☰) in de app en tik op **Alarmen**.

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. **Aangepast:** het alarmgeluid van de app wordt afgespeeld. **Standaard:** de standaard meldingstoon van je smartphone wordt afgespeeld.

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.

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.



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

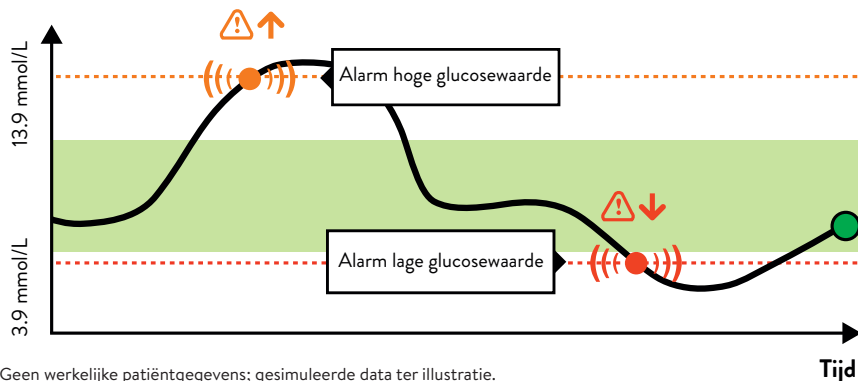


Alarm voor hoge glucose
kan worden ingesteld tussen
6,7 en 22,2 mmol/L



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

Hoe je je glucosegegevens met je behandelaar kunt delen

LibreView¹ is een beveiligd,² cloudgebaseerd systeem dat je glucosetrends en -patronen zichtbaar maakt voor je behandelaar, zodat je samen betere beslissingen over de behandeling kunt nemen.



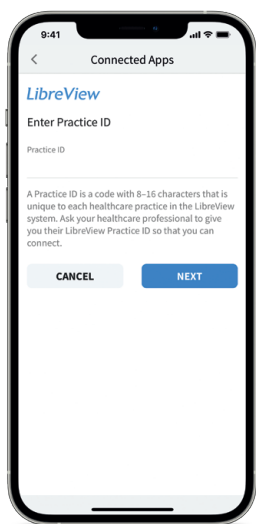
Je glucosegegevens worden vanuit de FreeStyle LibreLink-app³ automatisch doorgestuurd⁴ naar LibreView. Op basis van deze gegevens worden gedetailleerde klinische rapporten gemaakt. Rapporten zoals het ambulant glucoserapport, met de tijd binnen doelbereik, geven je behandelaar en diabetesteam waardevolle inzichten in het verloop van je diabetes. LibreView ondersteunt persoonlijke en online consulten, biedt extra flexibiliteit en maakt zinvolle gesprekken over je diabetes mogelijk.

Mijn praktijk-ID:

Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.

3. De FreeStyle LibreLink-app is alleen compatibel met bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Raadpleeg www.FreeStyleLibre.com voor meer informatie over apparaatcompatibiliteit voordat je de app gebruikt. Voor het delen van glucosegegevens is registratie bij LibreView vereist. **4.** Het apparaat van de gebruiker moet een internetverbinding hebben om glucosegegevens automatisch te uploaden naar LibreView.

Er zijn twee manieren om je glucosegegevens met je behandelaar te delen



Manier 1

Praktijk-ID invoeren

Ga om te beginnen naar het hoofdmenu van de app en tik op **Verbonden apps**. Tik vervolgens op **Verbinden** of op **Beheren** naast LibreView.

Vraag je behandelaar om hun **LibreView Praktijk-ID**. Dit is een speciale code voor de praktijk van je behandelaar.

Typ deze praktijk-ID in de app FreeStyle LibreLink. Tik op **Volgende** en tik daarna op **Verbinden**.



Manier 2

Uitnodiging van praktijk of ziekenhuis accepteren

Je praktijk of ziekenhuis kan je een uitnodiging sturen via het e-mailadres dat je hebt gebruikt om je LibreView-account aan te maken. Je kunt deze uitnodiging rechtstreeks in de app accepteren door te tikken op **Uitnodiging accepteren**.

Zodra de verbinding tot stand is gekomen, ontvangt je behandelaar automatisch je glucosegegevens¹.

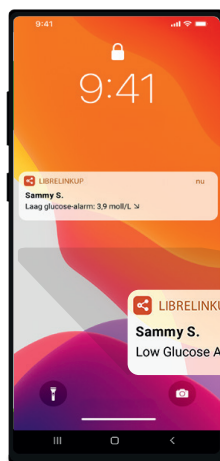
Afbeeldingen zijn alleen ter illustratie. Geen echte patiëntgegevens.

¹ Het apparaat van de gebruiker heeft een internetverbinding nodig om de glucosegegevens automatisch te uploaden naar LibreView.

Je kunt je glucosewaarden gemakkelijk delen met familieleden en dierbaren

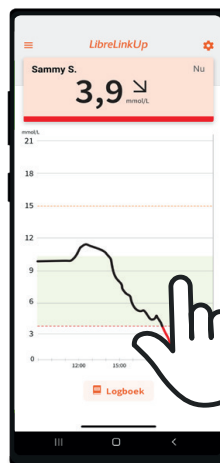
Met LibreLinkUp¹ kunnen je dierbaren voortaan gerust zijn² doordat ze **altijd toegang hebben tot je glucose-informatie**.³ Familieleden of andere dierbaren kunnen LibreLinkUp installeren op hun smartphone en hun eigen alarmmeldingen instellen⁴.

Laat je familie met hun smartphone deze QR-code scannen om LibreLinkUp te installeren.



Je familieleden kunnen een melding krijgen zodra je glucosewaarde het niveau overschrijdt dat zij in de LibreLinkUp-app hebben ingesteld⁴.

LIBRELINKUP now
Sammy S.
Low Glucose Alarm: 3.8 mmol/L ↘



Familieleden kunnen je glucosewaarden van de laatste 12 uur bekijken in een eenvoudige **interactieve glucosegrafiek, die ze naar links en rechts kunnen scrollen**.

Geen werkelijke patiëntgegevens; gesimuleerde data ter illustratie.

1. De LibreLinkUp-app is alleen geschikt voor bepaalde mobiele apparaten en besturingssystemen. Lees eerst de informatie op www.librelinkup.com over de compatibiliteit van mobiele apparaten. Voor het gebruik van de LibreLinkUp-app is registratie bij LibreView vereist. 2. Edge, J., Archives of Disease in Childhood (2017): <https://doi.org/10.1136/archdischild-2016-311530>. 3. Het apparaat van de gebruiker heeft een internetverbinding nodig om de glucosegegevens automatisch te uploaden naar LibreView en LibreLinkUp. 4. Glucose-alarmen worden doorgestuurd naar de LibreLinkUp-app als de gebruikers verbonden zijn en de alarmen zijn aangezet in de FreeStyle Libre 3-app.

De sensor verwijderen en vervangen

De sensor is ontworpen om maximaal 14 dagen te worden gebruikt.

Hieronder lees je hoe je een sensor verwijdert, vervangt en op de juiste manier weggooit.

Sensor verwijderen

Je krijgt een waarschuwing in de app wanneer het tijd is om de sensor te verwijderen. Trek de kleefrand los waarmee de sensor op je huid is aangebracht. Trek daarna de sensor in één langzame, vloeiende beweging van de huid af.

Sensor vervangen

De sensor stopt na 14 dagen automatisch met meten en moet dan worden vervangen. Kies voor de nieuwe sensor een andere plek aan de achterkant van je bovenarm. Dit helpt om huidirritatie te voorkomen.

Afvalverwijdering

De sensor moet worden weggegooid volgens lokaal geldende afvalvoorschriften voor elektronische apparatuur, batterijen, scherpe voorwerpen en materialen die worden blootgesteld aan lichaamsvloeistoffen.

Neem voor meer informatie contact op met onze kantenservice via telefoonnummer: 0800 - 022 88 28
Kijk voor meer informatie op: www.FreeStyleLibre.com



Je moet de sensor ook vervangen als je huidirritatie of ongemak opmerkt op of rond de plek waar de sensor is aangebracht, of als de app meldt dat er een probleem is met de huidige sensor.



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



Afbeeldingen zijn ter illustratie en tonen geen echte patiënten of gegevens.
© 2024 Abbott. De sensorbehuizing, FreeStyle, Libre, en gerelateerde merkaanduidingen zijn 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. ADC-82356 v2



Abbott