# ACCU-CHEK® Aviva Expert

06994458001(02)-0915

© 2015 Roche Diabetes Care

Roche Diabetes Care GmbH
Sandhofer Strasse 116
68305 Mannheim, Germany

www.accu-chek.com

IVD

CE 0088

ACCU-CHEK, ACCU-CHEK AVIVA og ACCU-CHEK AVIVA EXPERT er varemerker for Roche.

# ACCU-CHEK® Aviva Expert

***BLODSUKKERAPPARAT***

## Kort bruksanvisning

Roche

Roche USA – 54014
V7/1 – 06994458001(02) – Black
Proof Print Number 209

Roche USA – 54014
V7/2 – 06994458001(02) – Cyan
Proof Print Number 209

Roche USA – 54014
V7/3 – 06994458001(02) – Magenta
Proof Print Number 209

Roche USA – 54014
V7/4 – 06994458001(02) – Yellow
Proof Print Number 209

Roche USA – 54014
V7/5 – 06994458001(02) – PMS 287
Proof Print Number 209

Roche USA – 54014
V7/6 –06994458001(02) – PMS 5445
Proof Print Number 209

Roche USA – 54014
V7/7 – 06994458001(02) – Globe Black
Proof Print Number 209

SIST OPPDATERT: 2015-09

# Innhold


## Innledning 3

## 1 Bli kjent med ditt nye system 5

1.1 Oversikt 6

1.2 Accu-Chek Aviva Expert-apparatet – en oversikt 7

1.3 Skjerminnhold og navigering 13

## 2 Komme i gang 19

2.1 Oversikt 20

2.2 Innstillingsveiviser 21

2.3 Innstillingsveiviser: Viktig informasjon 37

## 3 Måle blodsukkeret 47

3.1 Oversikt 48

3.2 Utføre en blodsukkermåling 49



Roche USA – 54014
V4/1 – 06994458001(02) – Black

Roche USA – 54014
V4/2 – 06994458001(02) – Cyan

Roche USA – 54014
V4/3 – 06994458001(02) – Magenta

Roche USA – 54014
V4/4 – 06994458001(02) – Yellow

Tillegg: Symbolforklaring 53

Ordliste 55

Indeks 61



54014_06994458001_02.indb 2 10/15/15 10:42 AM

# Innledning

Uansett om Accu-Chek Aviva Expert-apparatet er ditt første blodsukkerapparat, eller om du har brukt et apparat en stund, bør du ta deg tid til å lese Kort bruksanvisning, Standard bruksanvisning og Avansert bruksanvisning nøye før du tar ditt nye apparat i bruk. For å sikre riktig og pålitelig bruk av apparatet, må du forstå hvordan det fungerer, hva meldingene i vinduet betyr og hvordan alle funksjonene fungerer.

Det følger med tre bruksanvisninger til ditt nye blodsukkerapparat:

- Kort bruksanvisning
  I denne bruksanvisningen finner du instruksjoner om hvordan du stiller inn apparatet.
- Standard bruksanvisning
  I denne bruksanvisningen finner du instruksjoner om hvordan du bruker standardfunksjonene i apparatet.
- Avansert bruksanvisning
  I denne bruksanvisningen finner du instruksjoner om hvordan du bruker de avanserte funksjonene i apparatet.

Denne bruksanvisningen inneholder følgende informasjon:

- Bli kjent med ditt nye Accu-Chek Aviva Expert-system
- Komme i gang
- Fullføre innstillingsveiviseren
- Måle blodsukker



54014_06994458001_02.indb 3 10/15/15 10:42 AM

**⚠ ADVARSEL**

Denne korte bruksanvisningen erstatter ikke Standard bruksanvisning til Accu-Chek Aviva Expert-apparatet. Standard bruksanvisningen inneholder viktig håndteringsinformasjon og annen informasjon.

**⚠ ADVARSEL**

Fare for kvelning. Små deler. Må oppbevares utilgjengelig for barn under 3 år.

Egnet for egenkontroll

Dersom du har spørsmål, ta kontakt med vårt kundesenter. Du finner kontaktinformasjon bakerst i Standard bruksanvisningen.



54014_06994458001_02.indb 4 10/15/15 10:42 AM

# 1 Bli kjent med ditt nye system


| | |
|---|---|
| 1.1 Oversikt | 6 |
| 1.2 Accu-Chek Aviva Expert-apparatet – en oversikt | 7 |
| 1.3 Skjerminnhold og navigering | 13 |




54014_06994458001_02.indb 5 10/15/15 10:42 AM

## 1.1 Oversikt

Ditt nye apparat har mange funksjoner som vil hjelpe deg å kontrollere din diabetes. Det er viktig at du forstår funksjonene og hvordan apparatet skal brukes riktig.

**MERK**

- Denne bruksanvisningen viser skjermeksempler. Skjermene som vises i bruksanvisningen kan se litt annerledes ut enn skjermene på apparatet ditt. Hvis du har spørsmål om skjermene på apparatet, kontakt Roche.
- I apparatets vindu blir aktiveringsbrikken referert til som kodebrikke. Kodebrikke og aktiveringsbrikke brukes om hverandre og betyr det samme.



54014_06994458001_02.indb 6 10/15/15 10:42 AM

# 1.2 Accu-Chek Aviva Expert-apparatet – en oversikt

**Vindu**
Viser menyer, resultater, meldinger og data som er lagret i dagboken.

**Knapper**
Trykk på knappene for å åpne menyer eller dagboken, justere innstillinger og bla gjennom resultater.

**Venstre/høyre programknapper**
Trykk på knappen for å velge menyen eller alternativet over knappen.

**På/Av-knapp**
Trykk på knappen for å slå apparatet på eller av.

**Spor for teststrimmel**
Sett inn teststrimmelen her.

**Skjermlysknapp**
Trykk på knappen for å justere skjermlyset.

**Infrarødt (IR-) vindu**
Overfører data fra apparatet til en datamaskin.

**Spor for aktiveringsbrikke**
Aktiveringsbrikken er allerede satt inn her.

**Batterideksel**
Du tar av batterideksel ved å skyve klaffen og trekke dekselet opp.

**Batterier**

Sett batteriene inn i batterirommet i samsvar med symbolene + og -.

**Flaske med kontrolløsning**

(for eksempel)

**Teststrimmel**

Gult felt – Før bloddråpen eller kontrolløsningen inntil denne kanten.

Sett teststrimmelen inn i apparatet med denne enden først.

**Teststrimmelboks**

(for eksempel)

**Sett ovenfra**

Infrarødt (IR-) vindu

**Aktiveringsbrikke**

(for eksempel)

**Sett fra siden**

Forhåndsinnsatt aktiveringsbrikke.

**MERK**

Apparatet er allerede kodet og leveres med en forhåndsinnsatt **svart** aktiveringsbrikke som du ikke trenger å bytte ut. Selv om du bruker teststrimler fra pakninger som inneholder en annen aktiveringsbrikke som har en annen farge eller ulike tall, trenger du ikke å bytte den **svarte** aktiveringsbrikken.

Apparatet har sju knapper og to programknapper.

**MERK**

- Du hører en lyd hver gang du trykker på en aktiv knapp/programknapp, med mindre du har slått av tastelyden.
- Trykk på ⏻ eller sett inn en teststrimmel for å slå på apparatet.

## Tabell over knapper og programknapper

| Knapp | Navn | Funksjon |
|---|---|---|
| | Pil til venstre | ▸ Gå eller bla mot venstre på en skjerm. |
| | Pil til høyre | ▸ Gå eller bla mot høyre på en skjerm. |
| | Pil opp | ▸ Gå eller bla oppover på en skjerm. |
| | Pil ned | ▸ Gå eller bla nedover på en skjerm. |
| | Venstre programknapp | ▸ Velge alternativet over knappen i vinduet. |
| | Høyre programknapp | ▸ Velge alternativet over knappen i vinduet. |
| | Enter | ▸ Velge en meny eller et alternativ.<br>▸ Lagre endringer og lukke registreringsfeltet. |
| | Skjermlys | ▸ Justere skjermlyset (svakt, middels, høyt). |
| | På/Av | ▸ Slå apparatet på eller av. |

## Tabell over knappkombinasjoner

| Knappkombinasjon | Navn | Funksjon |
|---|---|---|
| Når knappene er låst, trykk inn og hold og til hovedmenyen vises. | Oppheve tastelås | ▶ Låse opp knappene. |

## 1.3 Skjerminnhold og navigering

Dette avsnittet beskriver hvordan skjermene på apparatet fungerer og hvordan du navigerer i dem.

Hver gang apparatet slås på, vises denne oppstartsskjermen (Accu-Chek-logoskjermen) en liten stund.



54014_06994458001_02.indb 13 10/15/15 10:42 AM

## Funksjoner i hovedmenyen:

**Lydikon**
Vises når lydsignalet er slått på.

**Klokkeslett**

**Menyalternativer**

**Vibrasjonsikon**
Vises når vibrasjonsfunksjonen er slått på.

**Dato**

**Ikon for svakt batteri**
Vises når batteriene i apparatet er svake.

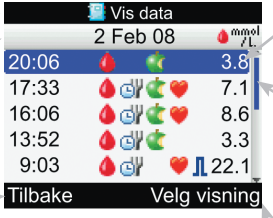
> **MERK**
>
> Du velger et menyelement ved å trykke på ▲ eller ▼ for å merke (utheve med blått) menyelementet og deretter trykke på ⬭.

## Funksjoner på en skjerm:

**Tittellinje**
Den primære menytittelen vises her.

**Sekundær tittellinje**
Ved behov vises en sekundær tittellinje. Den sekundære menytittelen vises her.

**Alternativ med venstre programknapp**
Trykk på for å velge alternativet over knappen i vinduet.



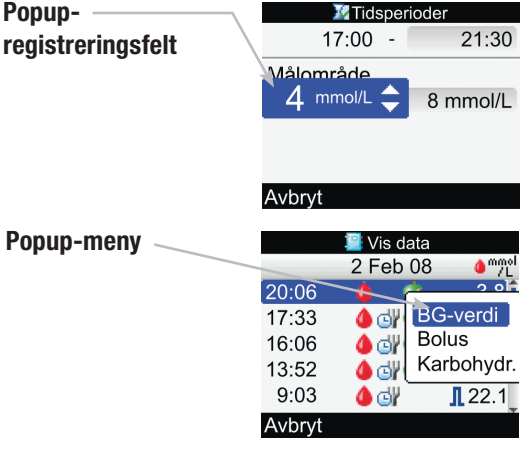

**Uthevet alternativ**
Når et menyalternativ er valgt, blir det uthevet med blått.

**Rullefelt**
Hvis det finnes mer informasjon enn det som får plass på skjermen, vises et loddrett rullefelt på høyre side av skjermen.

**Alternativ med høyre programknapp**
Trykk på for å velge alternativet over knappen i vinduet.

På noen skjermer kan det angis informasjon. Tallregistreringsfelter vises som popup-registreringsfelter. Hvis et alternativ må velges, vises det som en popup-meny.

- Du åpner en popup-meny eller et popup-registreringsfelt ved å trykke på ⬭.
- Trykk på △ eller ▽ for å velge riktig alternativ på popup-menyen, eller til du ser riktig tallangivelse, og trykk deretter på ⬭.
- Trykk og hold △ eller ▽ for å bla raskere.



## Generell navigering

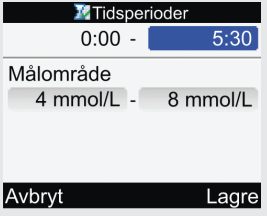
Slik kan du endre innstillinger eller angi informasjon i apparatet:

**1.**

- Trykk på ▲ eller ▼ for å velge et menyalternativ, og trykk på ⬭.
- Gjenta forrige trinn etter behov.

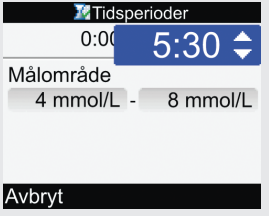
Merknad spesielt for "Tidsperioder"-skjermvalg: Hvis bolusråd har blitt aktivert, finner du "Tidsperioder"-valget under "Bolusråd"-alternativet.

**2.**




- Trykk på ▲ eller ▼ eller ◀ eller ▶ for å velge et alternativ eller et ønsket registreringsfelt, og trykk på ⬭.

**3.**




- Trykk på ▲ eller ▼ for å velge ønsket oppføring, og trykk på ⬭.
- Gjenta trinn 2 og 3 etter behov.

**4.**

- Velg Lagre ved å trykke på ⬭ for å lagre endringene og gå tilbake til den forrige skjermen.



54014_06994458001_02.indb 18 10/15/15 10:42 AM

# 2 Komme i gang


2.1 Oversikt 20

2.2 Innstillingsveiviser 21

2.3 Innstillingsveiviser: Viktig informasjon 37




54014_06994458001_02.indb 19 10/15/15 10:42 AM

## 2.1 Oversikt

Før du bruker Accu-Chek Aviva Expert-apparatet for første gang må du gjøre følgende:

- Stille inn apparatet riktig. Se kapittel 2.2, Innstillingsveiviser.
- Snakke med legen eller diabetessykepleieren din for å sikre at du har valgt riktige innstillinger.

**MERK**

Ordene "blodsukker" og "BG" brukes om hverandre og betyr det samme.



54014_06994458001_02.indb 20 10/15/15 10:42 AM

## 2.2 Innstillingsveiviser

Første gang du slår på apparatet, aktiveres innstillingsveiviseren.

Innstillingsveiviseren hjelper deg å velge innstillinger for:

- Apparatets språk[1]
- Klokkeslett og dato[1]
- Enheter (karbohydrater)[1]
- Advarselsgrenser for hypo (lavt) og hyper (høyt) blodsukkernivå[1]
- Tidsperioder[1]
- Bolusråd (valgfritt)
- Påminnelser om BG-måling (valgfritt)

[1]Du må stille inn disse elementene for å kunne utføre en blodsukkermåling.



54014_06994458001_02.indb 21 10/15/15 10:42 AM

**ADVARSEL**

- Det er viktig at du snakker med legen eller diabetessykepleieren din om dine individuelle innstillinger for advarselsgrenser, tidsperioder, bolusråd og påminnelser om BG-måling. Du finner mer informasjon i avsnitt 2.3, Innstillingsveiviser: Viktig informasjon.
- Standardinnstillingene i apparatet og innstillingene som er illustrert i denne bruksanvisningen, er bare ment som eksempler.
- Bolusråd skal ikke brukes hvis du bruker et middels langtidsvirkende insulin som Neutral Protamine Hagedorn (NPH)-insulin, eller et annet middels langtidsvirkende insulin.
- Husk at langtidsvirkende insulin ikke skal brukes som en måltidsbolus, eller som en korreksjonsbolus.



54014_06994458001_02.indb 22 10/15/15 10:42 AM

**MERK**

- Innstillingsveiviseren aktiveres hver gang du slår på apparatet inntil du har fullført innstillingsprosessen.
- Hvis du slår av apparatet når innstillingsveiviseren er aktiv, må du bekrefte alle innstillingene på nytt for å kunne fullføre innstillingsveiviseren.
- Du må fullføre innstillingsveiviseren før du kan utføre en blodsukkermåling for første gang.
- Velg Tilbake for å gå tilbake til forrige skjerm i innstillingsveiviseren.
- Et valgt alternativ er uthevet med blått.
- Hvis du velger ikke å stille inn bolusråd og påminnelser om BG-måling under innstillingsveiviseren, kan du innstille disse funksjonene senere. Se Standard bruksanvisning for informasjon om hvordan du stiller inn disse funksjonene etter at du har fullført innstillingsveiviseren.

## Fullføre innstillingsveiviseren

**1.**

- Trykk på ⏻. Apparatet piper og viser oppstartskjermen en liten stund (denne skjermen vises hver gang apparatet slås på).

**2.**

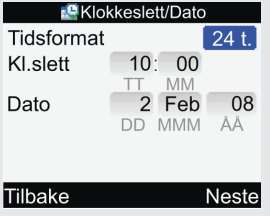
**Slik endrer du språk:**

- Trykk på ⬭ for å vise språkalternativene.
- Velg ønsket språk og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

**3.**




**Slik endrer du tidsformatet:**

- Velg registreringsfeltet Tidsformat og trykk på ⬭.
- Velg 12-timers eller 24-timers format og trykk på ⬭.

**Slik endrer du klokkeslett:**

- Velg registreringsfeltet Kl.slett og trykk på ⬭.
- Still inn timen og trykk på ⬭.
- Still inn minuttene og trykk på ⬭.
- Hvis du har valgt 12-timers format, velg am eller pm og trykk på ⬭.

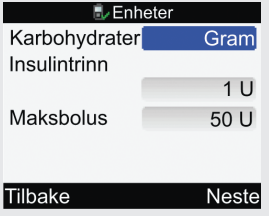
**Slik endrer du datoen:**

- Velg registreringsfeltet Dato og trykk på ⬭.
- Still inn dag og trykk på ⬭.
- Still inn måned og trykk på ⬭.
- Still inn året og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

**4.**




**Slik endrer du karbohydratenheter:**

- Trykk på ⬭.
- Velg Gram, BE, KE, eller CC og trykk på ⬭.

**Merk:** Denne enheten kan ikke endres når innstillingen er valgt og bolusråd er aktivert. Kontakt Roche hvis enheten må endres.

**Slik endrer du insulintrinn:**

- Velg registreringsfeltet Insulintrinn.
- Velg insulintrinn på 0,5 U eller 1 U og trykk på ⬭.

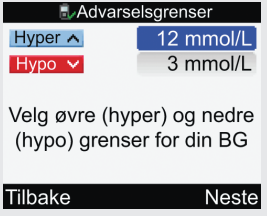
**Slik endrer du maksbolus:**

- Velg registreringsfeltet Maksbolus.
- Still inn maksbolusnivå og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

## 5.




**Slik endrer du blodsukkernivået Hyper (for høyt blodsukker):**

- Velg registreringsfeltet Hyper og trykk på ⬭.
- Still inn blodsukkernivået Hyper (for høyt blodsukker) og trykk på ⬭.

**Slik endrer du blodsukkernivået Hypo (for lavt blodsukker):**

- Velg registreringsfeltet Hypo og trykk på ⬭.
- Still inn blodsukkernivået Hypo (for lavt blodsukker) og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

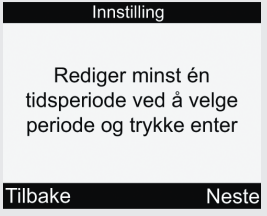
## 6.

- Hvis du vil ha bolusråd, velg Ja og gå videre til trinn 8.
- Hvis du IKKE vil ha bolusråd, velg Nei og gå videre til trinn 7.



54014_06994458001_02.indb 26 10/15/15 10:42 AM

**7.**

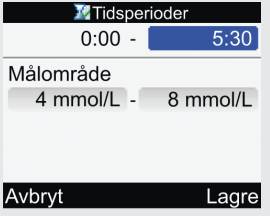



**Hvis du velger IKKE å stille inn bolusråd:**
Du må redigere minst én tidsperiode for å kunne fullføre innstillingsveiviseren.

- Velg Neste.

**Slik endrer du tidsperioder:**

- Velg tidsperioden som skal redigeres, og trykk på ⬭.




**Slik endrer du sluttiden:**

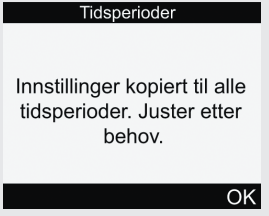
- Velg registreringsfeltet for sluttid og trykk på ⬭.
- Still inn sluttiden og trykk på ⬭.

**Slik endrer du målområdet:**

- Velg registreringsfeltet for den nedre verdien av målområdet og trykk på ⬭.
- Still inn den nedre verdien og trykk på ⬭.
- Velg registreringsfeltet for den øvre verdien av målområdet og trykk på ⬭.
- Still inn den øvre verdien og trykk på ⬭.

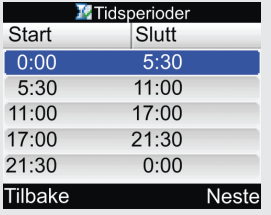
**Fortsette:**

- Velg Lagre.



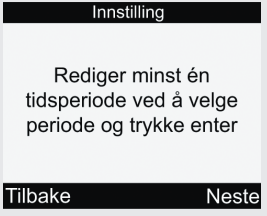

Målområdet kopieres til alle tidsperioder. Du kan redigere målområdet for en hvilken som helst annen tidsperiode ved behov.

- Velg OK.




- Gjenta de forrige trinnene for å endre en annen tidsperiode.
- Hvis du vil fortsette, velg Neste og gå videre til trinn 11.

**8.**

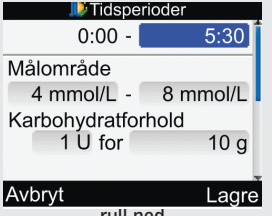



**Hvis du velger å stille inn bolusråd:**
Du må redigere minst én tidsperiode for å kunne fullføre innstillingsveiviseren.

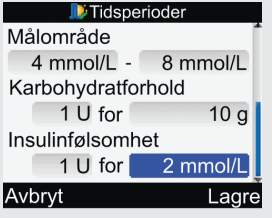
- Velg Neste.

**Slik endrer du tidsperioder:**
For den første tidsperioden som redigeres, må du angi verdier for karbohydratforholdet og insulinfølsomheten for å kunne fullføre innstillingsveiviseren.

- Velg tidsperioden som skal redigeres, og trykk på ⬭.




rull ned




**Slik endrer du sluttiden:**

- Velg registreringsfeltet for sluttid og trykk på ⬭.
- Still inn sluttiden og trykk på ⬭.

**Slik endrer du målområdet:**

- Velg registreringsfeltet for den nedre verdien av målområdet og trykk på ⬭.
- Still inn den nedre verdien og trykk på ⬭.
- Velg registreringsfeltet for den øvre verdien av målområdet og trykk på ⬭.
- Still inn den øvre verdien og trykk på ⬭.

**Slik endrer du karbohydratforholdet:**

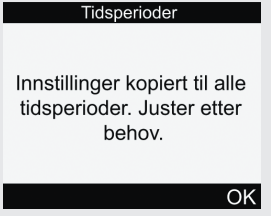
- Velg registreringsfeltet for antall insulinenheter og trykk på ⬭.
- Still inn antall insulinenheter og trykk på ⬭.
- Velg registreringsfeltet for antall karbohydrater og trykk på ⬭.
- Still inn antall karbohydrater som dekkes av de valgte insulinenhetene, og trykk på ⬭.

**Slik endrer du insulinfølsomheten:**

- Velg registreringsfeltet for antall insulinenheter og trykk på ⬭.
- Still inn antall insulinenheter og trykk på ⬭.
- Velg registreringsfeltet for insulinfølsomhetsnivå og trykk på ⬭.
- Still inn insulinfølsomhetsnivå og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Lagre.




Målområdet, karbohydratforholdet og insulinfølsomheten kopieres til alle tidsperioder. Du kan redigere målområdet, karbohydratforholdet og insulinfølsomheten for en hvilken som helst annen tidsperiode ved behov.

- Velg OK.

| Tidsperioder | |
|---|---|
| Start | Slutt |
| 0:00 | 5:30 |
| 5:30 | 11:00 |
| 11:00 | 17:00 |
| 17:00 | 21:30 |
| 21:30 | 0:00 |
| Tilbake | Neste |

- Gjenta de forrige trinnene for å endre en annen tidsperiode.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

**9.**

| Helsehendelser | |
|---|---|
| Mosjon 1 | -10% |
| Mosjon 2 | -20% |
| Stress | 0% |
| Sykdom | 20% |
| Premenstruell | 0% |
| Tilbake | Neste |

**Slik endrer du helsehendelser:**

- Velg registreringsfeltet for helsehendelsen som skal endres, og trykk på .
- Still inn prosentandel og trykk på .
- Gjenta de forrige trinnene for å endre en annen helsehendelse.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

**10.**

Du må redigere matbitgrensen for å kunne fullføre innstillingsveiviseren.

**Slik endrer du måltidsstigningen:**

- Velg registreringsfeltet Måltidsstigning og trykk på ⬭.
- Still inn mengden for måltidsstigningen og trykk på ⬭.

**Slik endrer du matbitgrensen:**

- Velg registreringsfeltet Matbitgrense og trykk på ⬭.
- Still inn matbitgrensen og trykk på ⬭.

**Slik endrer du virketiden:**

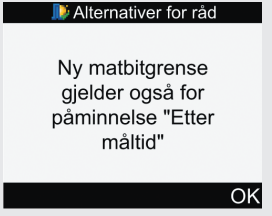
- Velg registreringsfeltet Virketid og trykk på ⬭.
- Still inn varigheten for virketid og trykk på ⬭.

**Slik endrer du forsinkelsestiden:**

- Velg registreringsfeltet Forsink. tid og trykk på ⬭.
- Still inn varigheten for forsinkelsestid og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

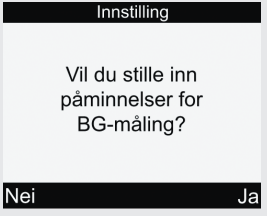
- Velg Neste.




Når matbitgrensen er endret, vises denne skjermen.

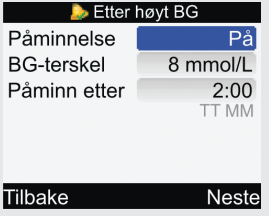
- Velg OK.

**11.**




- Hvis du vil stille inn påminnelser om BG-måling, velg Ja og gå videre til trinn 12.
- Hvis du IKKE vil stille inn påminnelser om BG-måling, velg Nei og gå videre til trinn 15.

**12.**




**Slik slår du på påminnelsen Etter høyt BG:**

- Velg registreringsfeltet Påminnelse og trykk på ⬭.
- Velg På og trykk på ⬭.

**Slik endrer du blodsukkerterskelen:**

- Velg registreringsfeltet BG-terskel og trykk på ⬭.
- Still inn BG-terskelnivået og trykk på ⬭.

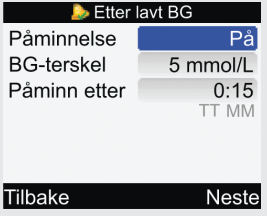
**Slik endrer du klokkeslettet for Påminn etter:**

- Velg registreringsfeltet Påminn etter og trykk på ⬭.
- Still inn hvor lenge etter et høyt blodsukkerresultat du vil bli minnet på å måle blodsukkeret på nytt, og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

13.




**Slik slår du på påminnelsen Etter lavt BG:**

- Velg registreringsfeltet Påminnelse og trykk på ⬭.
- Velg På og trykk på ⬭.

**Slik endrer du blodsukkerterskelen:**

- Velg registreringsfeltet BG-terskel og trykk på ⬭.
- Still inn BG-terskelnivået og trykk på ⬭.

**Slik endrer du klokkeslettet for Påminn etter:**

- Velg registreringsfeltet Påminn etter og trykk på ⬭.
- Still inn hvor lenge etter et lavt blodsukkerresultat du vil bli minnet på å måle blodsukkeret på nytt, og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

- Velg Neste.

14.

**Slik slår du på påminnelsen Etter måltid:**

- Velg registreringsfeltet Påminnelse og trykk på ⬭.
- Velg På og trykk på ⬭.

**Slik endrer du matbitgrensen:**

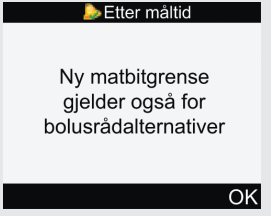
- Velg registreringsfeltet Matbitgrense og trykk på ⬭.
- Still inn matbitgrensen og trykk på ⬭.

**Slik endrer du klokkeslettet for Påminn etter:**

- Velg registreringsfeltet Påminn etter og trykk på ⬭.
- Still inn hvor lenge etter et måltid du vil bli minnet på å måle blodsukkeret, og trykk på ⬭.

**Fortsette:**

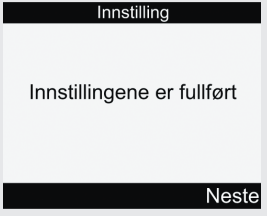
- Velg Neste.




Hvis bolusråd er innstilt og matbitgrensen er endret, vises denne skjermen.

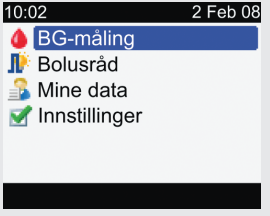
- Velg OK.

**15.**




▸ Velg Neste.

**16.**




Du er nå klar til å begynne å bruke det nye apparatet ditt.

**Gratulerer med å ha fullført innstillingsveiviseren!**

# 2.3 Innstillingsveiviser: Viktig informasjon

## Karbohydratenheter

Du kan velge mellom ulike karbohydratenheter i apparatet etter dine behov. Følgende karbohydratenheter er tilgjengelige i apparatet:

| Forkortelse | Måleenhet | Gramekvivalent |
|---|---|---|
| g | Gram | 1 gram |
| KE | Karbohydratenhet | 10 gram |
| BE | Brødekvivalent | 12 gram |
| CC | Karbohydratvalg | 15 gram |

## Maksbolus

Maksbolus er maksimal mengde bolusinsulin som skal tilføres på én gang. En bolus som er større enn maksbolus trenger ytterligere bekreftelse. Dette fungerer som sikkerhetstiltak mot utilsiktet høye boluser.



54014_06994458001_02.indb 37 10/15/15 10:42 AM

## Insulintrinn

Insulintrinnet kan stilles inn til 0,5 eller 1 U. Når du legger inn bolusinformasjon manuelt i dagboken, kan den bare legges inn i halve eller hele enheter. Hvis bolusråd er innstilt, vil apparatet runde av til det angitte insulintrinnet.

## Advarselsgrenser

- Du kan velge hypergrense (høy) og hypogrense (lav) for blodsukker etter dine behov.
- Hvis blodsukkerresultatet er over grensen for hyperadvarsel eller under grensen for hypoadvarsel, viser apparatet en advarsel.
- Still inn en grense for hyperadvarsel som er over målområdet for alle tidsperiodene.
- Still inn en grense for hypoadvarsel som er under målområdet for alle tidsperiodene.



54014_06994458001_02.indb 38 10/15/15 10:42 AM

## Tidsperioder

- Hvis du stiller inn tidsperioder som er tilpasset din egen timeplan, blir det lettere for deg og legen eller diabetessykepleieren din å se hvordan blodsukkermønsteret ditt kan bli påvirket av dine daglige aktiviteter og din livsstil.
- Tidsperioder dekker en periode på 24 timer (fra midnatt til midnatt).
- Apparatet leveres med fem forhåndsinnstilte tidsperioder. Du kan stille inn opptil åtte tidsperioder.
- Du kan endre tidsperioden for alle forhåndsinnstilte tidsperioder.
- Du må fullføre og lagre innstillingen i minst én tidsperiode.
- Hver tidsperiode må være på minst 30 minutter og kan bare stilles inn i intervaller på 30 minutter.
- Når du stiller inn sluttiden for en tidsperiode, stiller apparatet automatisk denne sluttiden som starttiden for neste tidsperiode.
- Du kan stille inn ulike målområder for blodsukker for hver tidsperiode.
- Målområdet for hver tidsperiode må være innenfor grensene for hypo- og hyperadvarsel.
- Hvis bolusråd er innstilt, må du stille inn karbohydratforholdet og insulinfølsomheten for den første tidsperioden du redigerer.
- Første gang en tidsperiode redigeres, brukes innstillingene (målområde, karbohydratforhold og insulinfølsomhet) på alle de andre tidsperiodene.
- "Neste" vil ikke vises på skjermen Tidsperioder i innstillingsveiviseren før minst én tidsperiode er lagret.

**Apparatet leveres med følgende forhåndsinnstilte tidsperioder:**

| Tidsperiode | 24-timers format |
|---|---|
| 1 | 0:00–5:30 |
| 2 | 05:30–11:00 |
| 3 | 11:00–17:00 |
| 4 | 17:00–21:30 |
| 5 | 21:30–0:00 |



54014_06994458001_02.indb 40 10/15/15 10:42 AM

Snakk med legen eller diabetessykepleieren din om hvordan du best kan sette opp tidsperioder for å få bedre kontroll med din diabetes. Her er et forslag til mønster:

| Tidsperiode | Starttid | Sluttid |
|---|---|---|
| 1. Natt | Midnatt | Klokkeslettet når du vanligvis våkner |
| 2. Frokost | Klokkeslettet når du vanligvis våkner | 1½ time før du vanligvis spiser lunsj |
| 3. Lunsj | 1½ time før du vanligvis spiser lunsj | 1½ time før du vanligvis spiser middag |
| 4. Middag | 1½ time før du vanligvis spiser middag | 1½ time før du vanligvis legger deg |
| 5. Sengetid | 1½ time før du vanligvis legger deg | Midnatt |



54014_06994458001_02.indb 41 10/15/15 10:42 AM

## Bolusråd

- Bolusråd som gis av apparatet, er bare ment som råd. Du må ikke endre behandlingen på grunnlag av bare ett blodsukkerresultat. Kontakt legen eller diabetessykepleieren din før du endrer diabetesbehandling.
- Bolusråd beregner en bolus for deg som er tilpasset tidspunktet på dagen og dine ulike situasjoner.
- Denne funksjonen aktiveres bare hvis du har satt opp bolusråd i apparatet.
- Du finner detaljert informasjon om bolusråd i Avansert bruksanvisning.

Karbohydratforhold

- Karbohydratforholdet er den mengden insulin som trengs for et bestemt antall av karbohydrater.
- Snakk med legen eller diabetessykepleieren din for å finne det riktige karbohydratforholdet.

Insulinfølsomhet

- Insulinfølsomheten er den mengden insulin som trengs for å redusere blodsukkeret ditt med en bestemt mengde.
- Snakk med legen eller diabetessykepleieren din for å finne riktige innstillinger for insulinfølsomhet.



54014_06994458001_02.indb 42 10/15/15 10:42 AM

Helsehendelser

Du kan velge helsehendelser for å angi hvordan du føler deg eller hva du gjør som kan påvirke din diabetes. Apparatet har et alternativ for å sette opp en prosentandel for hver helsehendelse, unntatt for Fastende, hvis du stiller inn bolusråd. Fastende har ikke noen påvirkning på bolusrådberegningene og kan ikke justeres.

Mulige helsehendelser i apparatet er:

- Mosjon 1
- Mosjon 2
- Stress
- Sykdom
- Premenstruell
- Fastende

En positiv prosentandel (+) øker bolusmengden og en negativ prosentandel (-) reduserer bolusmengden. Snakk med legen eller diabetessykepleieren din for å finne riktig prosentandel for hver helsehendelse.

**Bolusrådalternativer**

Måltidsstigning, matbitgrense, virketid og forsinkelsestid er bolusrådalternativer. Nedenfor finner du detaljerte beskrivelser av hver av disse innstillingene.

Måltidsstigning

- Under eller etter måltider anses en økning i blodsukkernivået som normalt innenfor et bestemt område, selv om en måltidsbolus er tilført.
- Angi den maksimale økningen i blodsukkerresultatet som skal tolereres uten at det tilføres en ekstra korreksjonsbolus.

Matbitgrense

- Matbitgrensen er den mengden karbohydrater som ikke skal regnes som et vanlig måltid med den forventede måltidsstigningen.
- En økning i blodsukkerresultatet blir ikke tolerert, siden måltidsstigningsfaktoren ikke aktiveres for bolusrådberegninger.



54014_06994458001_02.indb 44 10/15/15 10:42 AM

Virketid

- Tidsperioden fra begynnelsen på en måltidsstigning eller tilførselen av en korreksjonsbolus til blodsukkernivået forventes å gå tilbake til målverdien.
- Du kan justere lengden på virketiden etter individuelle behov, innenfor et angitt tidsintervall (1½ time til 8 timer).

Forsinkelsestid

- Forsinkelsestiden regner med den forventede forsinkelsen før blodsukkernivået faktisk faller i løpet av insulinets virketid i kroppen.



54014_06994458001_02.indb 45 10/15/15 10:42 AM

## Påminnelser om BG-måling

- Apparatet kan innstilles til å minne deg på å måle blodsukkeret på nytt etter et høyt BG-resultat, etter et lavt blodsukkerresultat, eller etter et måltid.
- Påminnelsen om BG-måling etter måltid er stilt inn med en karbohydratverdi for matbitgrensen og aktiveres kun dersom matbitgrensen overskrides.
- Alle disse påminnelsene om BG-måling kan slås på eller av individuelt etter behov.



54014_06994458001_02.indb 46 10/15/15 10:42 AM

# 3 Måle blodsukkeret

3.1 Oversikt 48
3.2 Utføre en blodsukkermåling 49



54014_06994458001_02.indb 47 10/15/15 10:42 AM

## 3.1 Oversikt

Før du måler blodsukkeret for første gang må du forsikre deg om at Accu-Chek Aviva Expert-apparatet er innstilt riktig og utføre en kontrollmåling. Du trenger apparatet med den forhåndsinnsatte aktiveringsbrikken, en teststrimmel, en blodprøvetaker og en lansett.

**ADVARSEL**

- Du må ikke endre din behandling bare på grunn av et enkelt blodsukkerresultat.
- Du må ALDRI ignorere symptomer på høyt eller lavt blodsukker.

**MERK**

- Hvis du trenger å utføre en kontrollmåling, skal du bare bruke Accu-Chek Aviva-kontrolløsninger. Se Standard bruksanvisning for mer informasjon om kontrollmåling.
- Se Standard bruksanvisning for mer informasjon om blodsukkermåling.
- Ordene "blodsukker" og "BG" brukes om hverandre og betyr det samme.



54014_06994458001_02.indb 48 10/15/15 10:42 AM

# 3.2 Utføre en blodsukkermåling

**Klargjør > Kontroller utløpsdatoen > Sett inn teststrimmel > Test blodprøve > BG-resultat**

**1.**

- Vask og tørk hendene.
- Klargjør blodprøvetakeren for måling fra fingertuppen.

**2.**

- Kontroller utløpsdatoen på teststrimmelboksen. Ikke bruk teststrimler som har gått ut på dato.

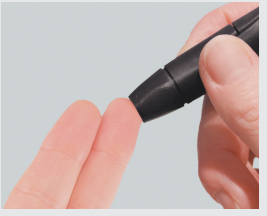
**3.**

- Sett en teststrimmel inn i apparatet i pilens retning. Apparatet slås på.

**4.**

- Skjermen Påfør blod vises. Teststrimmelen er klar for måling.

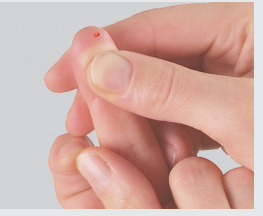
**5.**



**Fingerstikk:**

- Stikk deg i fingeren med blodprøvetakeren.

**6.**



**Fingerstikk:**

- Trykk forsiktig på fingeren for å øke blodtilførselen. Dette hjelper deg å få frem en bloddråpe.

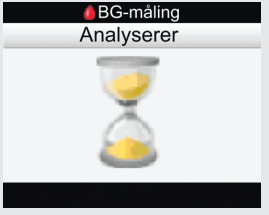


54014_06994458001_02.indb 50 10/15/15 10:42 AM

**7.**

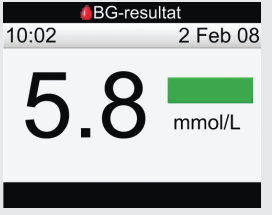
- Før bloddråpen inntil **kanten** av det gule feltet på teststrimmelens **front**. Ikke påfør blod på teststrimmelens overside.

**8.**




Når teststrimmelen har fått nok blod vises skjermen Analyserer.

**9.**




Resultatet vises på skjermen.

**10.**

Etter ca. 3 sekunder vises den detaljerte BG-resultat-skjermen.

▶ Fjern og kast den brukte teststrimmelen.

**MERK**

- Hvis bloddråpen er for liten, må du trykke på nytt for å få en tilstrekkelig stor bloddråpe.
- Se Standard bruksanvisning for mer informasjon om blodsukker-resultater.
- Se Standard bruksanvisning for informasjon om hvordan du kan legge til detaljert informasjon om blodsukkerresultatet (spisetid, karbohydrater og helsehendelser).
- Hvis det oppstår en feil med teststrimmelen må du ta ut og kaste den brukte teststrimmelen og gjenta målingen med en ny teststrimmel.
- Vær forsiktig så det ikke kommer væske inn i sporet for teststrimmelen.
- Når det er en teststrimmel i apparatet er knappene deaktivert. Knappene aktiveres når du tar ut teststrimmelen, eller når målingen er fullført.
- Apparatet kan ikke slås av når følgende skjermer vises:
  - Kontroller kode med boks
  - Påfør blod
  - Analyserer
  - BG-resultat

# Tillegg: Symbolforklaring

Du kan se følgende symboler på emballasjen, på typeskiltet (på baksiden av apparatet) og i bruksanvisningene til apparatet, og symbolene har følgende betydning:

| | |
|---|---|
| | Se bruksanvisningen |
| | Forsiktig, les sikkerhetsinformasjonen i bruksanvisningene som følger med dette produktet. |
| | MERK: Brukes til å gi ekstra informasjon. |
| | Temperaturbegrensning (oppbevares ved) |
| | Produsent |
| REF | Katalognummer |
| IVD | Medisinsk utstyr til in vitro-diagnostikk |
| GTIN | Artikkelnummer for global handel |
| CE 0088 | Dette produktet oppfyller kravene i det europeiske direktivet 98/79/EF om medisinsk utstyr til in vitro-diagnostikk. |
| | 1,5V AAA |



54014_06994458001_02.indb 53 10/15/15 10:42 AM

54014_06994458001_02.indb 54 10/15/15 10:42 AM

# Ordliste

| Begrep | Definisjon |
|---|---|
| Advarsel | Informasjon om elementer og forhold som kan utgjøre en risiko og medføre personskade. |
| Advarselsgrenser | Se Grense for hyperadvarsel eller Grense for hypoadvarsel. |
| Alternativer for råd | Faktorer som påvirker bolusrådberegningene, inkludert måltidsstigning, matbitgrense, virketid og forsinkelsestid. |
| Apparat | Blodsukkerapparat. |
| Basalinsulin | En dose langvarig insulin som er ment for å vedlikeholde normale blodsukkernivåer mellom måltider eller om natten. |
| BE | Brødekvivalent (1 BE = 12 gram karbohydrater). |
| BG-målingspåminnelser | Påminnelse om å måle blodsukkeret på nytt etter et høyt blodsukker-resultat, etter et lavt blodsukkerresultat, eller etter et måltid. |
| Blodsukker (BG) | Mengden glukose i blodet. |
| Blodsukkerterskel | En innstilling for påminnelse om BG-måling. Øvre grense for blodsukkeret for en påminnelse ved høyt blodsukker og nedre grense for blodsukkeret for en påminnelse ved lavt blodsukker. |



54014_06994458001_02.indb 55 10/15/15 10:42 AM

| Begrep | Definisjon |
|---|---|
| Bolus | Alt insulinet tilføres på én gang i stedet for gradvis i løpet av dagen, og bolus brukes vanligvis for å kompensere for måltider eller høyt blodsukker. |
| Bolusråd | Når bolusråd er aktivert, anbefales insulinmengden for matinntak og for korrigering av blodsukkernivåer som ikke er innenfor målområdet. |
| Bolusrådalternativer | Se Alternativer for råd. |
| CC | Karbohydratvalg (1 CC = 15 gram karbohydrater). |
| Dag | Tidsperiode som starter kl. 00:00 og slutter kl. 23:59. |
| Etter høyt BG-påminnelse | En påminnelse om å måle blodsukkeret på nytt. Når denne påminnelsen er innstilt, aktiveres den etter en måling med høyt blodsukkerresultat. |
| Etter lavt BG-påminnelse | En påminnelse om å måle blodsukkeret på nytt. Når denne påminnelsen er innstilt, aktiveres den etter en måling med lavt blodsukkerresultat. |
| Etter måltid-påminnelse | En påminnelse om å måle blodsukkeret på nytt. Når denne påminnelsen er innstilt, aktiveres den etter et måltid. For at denne påminnelsen skal aktiveres må du angi karbohydratverdier som er høyere enn matbitgrenseverdien. |



54014_06994458001_02.indb 56 10/15/15 10:42 AM

| Begrep | Definisjon |
|---|---|
| Forsinkelsestid | Forsinkelsestiden regner med den forventede forsinkelsen før blodsukkernivået faktisk faller i løpet av insulinets virketid i kroppen. Den beskriver den første tidsperioden innenfor virketiden. |
| g | Gram. |
| Grense for hyperadvarsel | Hvis blodsukkerresultatet er over grensen for hyperadvarsel, vises en advarsel. |
| Grense for hypoadvarsel | Hvis blodsukkerresultatet er under grensen for hypoadvarsel, vises en advarsel. |
| Helsehendelser | Et popup-menyvalg (Mosjon 1, Mosjon 2, Stress, Sykdom, Premenstruell eller Fastende) som gjør det mulig å lagre informasjon sammen med et blodsukkerresultat eller i en dagbokoppføring, og prosentandeler som kan justere bolusrådanbefalinger for din gjeldende helsestatus eller dine gjeldende aktiviteter. |
| Hyper | Hyperglykemi: Et unormalt høyt blodsukkernivå. |
| Hypo | Hypoglykemi: Et unormalt lavt blodsukkernivå. |
| Insulinfølsomhet | Mengden insulin som trengs for å redusere blodsukkeret ditt med en bestemt mengde. |

| Begrep | Definisjon |
|---|---|
| Karbohydrater | Næringsmidler med karbohydrater omfatter sukker og stivelse. Karbohydrater kan føre til en langsom eller rask økning i blodsukker-nivået. Karbohydrater blir vanligvis telt for å beregne en bolusinsulindose. |
| Karbohydratforhold | Mengden insulin som trengs for en bestemt mengde karbohydrater. |
| KE | Karbohydratenhet (1 KE = 10 gram karbohydrater). |
| Kontrollmåling | En apparattest med bruk av en kontrolløsning for å kontrollere at apparatet og teststrimlene virker som de skal. |
| Maksbolus | Maksbolus er maksimal mengde bolusinsulin som skal tilføres på én gang. En bolus som er større enn maksbolus trenger ytterligere bekreftelse. Dette fungerer som sikkerhetstiltak mot utilsiktet høye boluser. |
| Matbitgrense | Mengden karbohydrater som ikke skal regnes som et vanlig måltid med den forventede måltidsstigningen. |
| Merk | Tilleggsinformasjon. |
| mmol/L | Millimol per liter. |
| Målområde | Ønsket øvre og nedre grenser for blodsukkernivå som anses som akseptable som angitt av legen eller diabetessykepleieren. |



54014_06994458001_02.indb 58 10/15/15 10:42 AM

| Begrep | Definisjon |
|---|---|
| Måltidsstigning | Under eller etter måltider anses en økning i blodsukkernivået som normalt innenfor et bestemt område, selv om en måltidsbolus er tilført. En måltidsstigning virker for en bestemt tidsperiode. |
| NPH-insulin | Neutral Protamine Hagedorn. En middels langtidsvirkende insulin som, i gjennomsnitt, starter å redusere blodsukkeret innen 1 til 2 timer etter injeksjon. Det har sterkest effekt 6 til 10 timer etter injeksjon men fortsetter å virke i omtrent 10 timer etter injeksjon. Kalles også N-insulin. |
| Programknapper | To knapper nedenfor apparatets vindu som brukes til å navigere i brukergrensesnittet. Alternativene vises like over hver programknapp (f.eks. Lagre, Avbryt, Tilbake osv.). |
| Påminn etter | En innstilling for påminnelse om BG-måling. Hvor lang tid etter et høyt blodsukkerresultat, etter et lavt blodsukkerresultat, eller etter et måltid du vil få en påminnelse. |
| Påminnelse | Når påminnelser er innstilt, aktiveres de for å minne deg på å måle blodsukkeret, måle blodsukkeret på nytt eller på en hendelse eller aktivitet. |
| Sluttid | Sluttiden for en tidsperiode. |



54014_06994458001_02.indb 59 10/15/15 10:42 AM

| Begrep | Definisjon |
|---|---|
| Spisetid | Et popup-menyvalg (Før måltid, Etter måltid, Sengetid eller Annet) som gjør det mulig å lagre informasjonen sammen med et blodsukkerresultat, eller i en dagbokoppføring. |
| Starttid | Starttiden for en tidsperiode. |
| Tidsperioder | Inntil åtte tidsperioder innenfor én dag for å tilpasses til dine skiftene insulinbehov i løpet av dagen. |
| Virketid | Tidsperioden fra begynnelsen på en måltidsstigning, eller tilførselen av en korreksjonsbolus til blodsukkernivået forventes å gå tilbake til målverdien. |



54014_06994458001_02.indb 60 10/15/15 10:42 AM

# Indeks


**A**
advarsel, 53
advarselsgrenser, 24, 26, 38
aktiveringsbrikke, 7, 9
    spor for aktiveringsbrikke, 7
alternativer for råd, 32–33, 44–45
apparat, 7–11

**B**
batterier, 8, 14, 53
BE, 25, 37
blodprøvetaker, 48, 50
blodsukkermåling, 47–52
blodsukkerterskel, 33
bolusråd, 26–27, 29–35, 42–45

**C**
CC, 29–31, 39, 42

**D**
dato, 14, 25, 36

**E**
etter høyt BG-påminnelse, 33–34, 46
etter lavt BG-påminnelse, 34, 46
etter måltid-påminnelse, 35, 46

**F**
forsinkelsestid, 32, 45

**G**
g (gram), 25, 37
grense for hyperadvarsel, 26, 38
grense for hypoadvarsel, 26, 38




54014_06994458001_02.indb 61 10/15/15 10:42 AM

**H**
helsehendelser, 31, 43
hyper blodsukkernivå, 26, 38
hypo blodsukkernivå, 26, 38

**I**
infrarødt (IR-) vindu 7–9
insulinfølsomhet, 25, 38
insulintrinn, 26, 38–39

**K**
karbohydrater, måleenhet, 25, 37, 42
karbohydratforhold, 30, 39, 42
KE 25, 29–30, 37, 42
klokkeslett, 14
knapper, 7, 9–12, 52
kontrollmåling, 48
kontrolløsning, 8, 48

**M**
maksbolus, 37
matbitgrense, 32, 35, 44
merk, 53
måleenheter. *Se* karbohydrater, måleenhet
målområde, 33–34
måltidsstigning, 32, 44

**N**
navigering, 13–18
neutral protamine hagedorn (NPH), 22

**P**
programknapper, 7, 10–11, 15
påminnelse, 33–35
påminnelse om BG-måling, 33–35, 46



54014_06994458001_02.indb 62 10/15/15 10:42 AM

**S**
skjermlys, 7, 10–11
sluttid, 25, 27, 30
spisetid, 52
språk, 24, 25, 37
starttid, 39, 41
symboler, 53

**T**
teststrimmel, 8, 11
tidsformat, 27–31, 39–41
tidsperioder, 25, 39

**U**
utløpsdato, 49

**V**
vindu, 7, 14–16
virketid, 32, 45



54014_06994458001_02.indb 63 10/15/15 10:42 AM

54014_06994458001_02.indb 64 10/15/15 10:42 AM