



FreeStyle *Libre* 2

Quick Reference Guide

Guide de référence rapide

English

Français

Quick Reference Guide

IMPORTANT USER INFORMATION

- Before you use the FreeStyle Libre 2 app (“App”) with a Sensor, review all the product instructions. This Quick Reference Guide gives you quick access to important aspects of the System. The User’s Manual includes all safety information and instructions for use.
 - Go to www.FreeStyleLibre.com to view the ‘Tips for kids’.
 - Talk to your health care professional about how you should use your Sensor glucose information to help manage your diabetes.
-

INDICATIONS FOR USE

The FreeStyle Libre 2 Flash Glucose Monitoring System (FreeStyle Libre 2 Reader or FreeStyle Libre 2 app or FreeStyle Libre 2 special edition app used with FreeStyle Libre 2 Sensor) is indicated for measuring interstitial fluid glucose levels in people aged 4 years and older with diabetes mellitus. The System is designed to replace blood glucose testing in the self-management of diabetes, including dosing of insulin. Treatment decisions should be based on real-time Sensor glucose readings and other information on the results screen, including trend arrow and recent sequential readings on the glucose graph. The System also detects trends and tracks patterns and aids in the detection of episodes of hyperglycaemia and hypoglycaemia, facilitating both acute and long-term therapy adjustments.

What you need to understand in the Indications For Use:

You can use the FreeStyle Libre 2 System if you’re 4 or older.

Important:

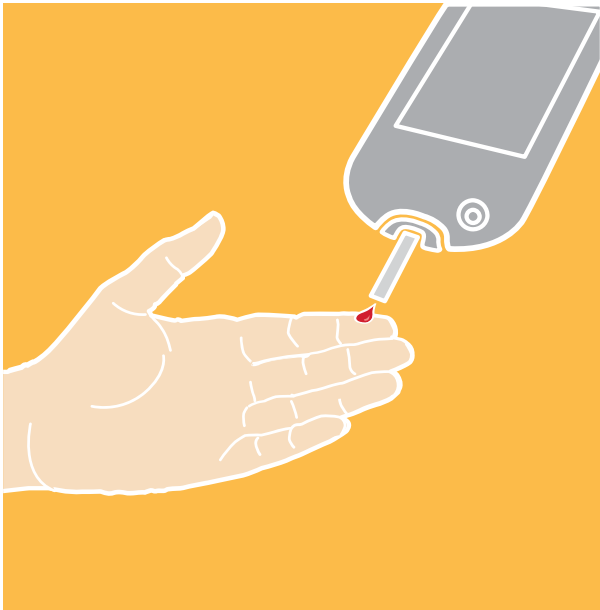
- After you check your glucose, consider all the information on your screen before deciding what to do or what treatment decision to make.
- Don't take a correction dose within 2 hours of your meal dose. This may result in 'insulin stacking' and low glucose.

WARNING:

The System can replace blood glucose testing except in the below situations. These are the times when you need to do a blood glucose test before deciding what to do or what treatment decision to make as Sensor readings may not accurately reflect blood glucose levels:

Do a blood glucose test if you think your glucose readings are not correct or do not match how you feel. Do not ignore symptoms that may be due to low or high glucose.

Do a blood glucose test if the Sensor glucose reading does not include a Current Glucose number.



CONTRAINDICATIONS

MRI/X-ray/CT: Remove the Sensor that you are wearing if you have a medical appointment that includes strong magnetic or electromagnetic radiation, e.g. an X-ray, MRI (Magnetic Resonance Imaging) or CT (Computed Tomography) scan.

Apply a new Sensor after the appointment.

WARNING:

- Do not ignore symptoms that may be due to low or high blood glucose. If you have symptoms that do not match the Sensor glucose reading or suspect that your reading may be inaccurate, check the reading by conducting a fingerstick test using a blood glucose meter. If you have symptoms that do not match your glucose readings, consult your health care professional.
 - If you are using FreeStyle Libre 2 app, you must have access to a blood glucose monitoring system as the App does not provide one.
 - **Choking hazard:** The System contains small parts that may be dangerous if swallowed.
-

Cautions and Important Information:



What to know about Glucose Alarms:

- You will only get alarms from either the Reader or an app that you use to start the Sensor and not on both. You will only get alarms from FreeStyle Libre 2 app if you use the App to start your FreeStyle Libre 2 Sensor.
- If you start the Sensor with the FreeStyle Libre 2 app, you won't be able to use the Reader or FreeStyle Libre 2 special edition app to check glucose or get alarms from this Sensor. If you start the Sensor with the Reader or FreeStyle Libre 2 special edition app, you won't be able to use the FreeStyle Libre 2 app to check glucose or get alarms from this Sensor.
- For you to receive alarms, they must be on and your phone should be within 6 metres (20 ft) of you at all times. The transmission range is 6 metres (20 ft) unobstructed. If you are out of range, you may not receive glucose alarms.
- Do not force close the App.
- You must configure your phone properly to receive alarms. Refer to the App's User Manual to make sure that you have the correct settings and permissions enabled on your phone.

- Remember that alarm settings will follow your phone's sound and vibration settings, so these should be at a level that you can hear to prevent missed alarms.
- You should disconnect headphones when you are not using them as you may not receive audio with alarms.
- If you are using peripheral devices connected to your phone, such as wireless headphones or a smartwatch, you may receive alarms on only one device or peripheral, not all.
- Keep your phone well charged and turned on.



Who should not use the System:

- The System has not been evaluated for use with other implanted medical devices, such as pacemakers.
- The System has not been evaluated for use in pregnant women, persons on dialysis or people less than 4 years of age.
- Do not use the System if you are critically ill. The System has not been evaluated for use by critically ill patients and it is not known how different conditions or medications common to this population may affect performance of the System.



What should you know about wearing a Sensor:

- Some individuals may be sensitive to the adhesive that keeps the Sensor attached to the skin. If you notice significant skin irritation around or under your Sensor, remove the Sensor and stop using the System. Do not try to treat any skin irritation with lotions/creams/ointments/sprays/barrier patches in order to continue wearing the Sensor. Contact your health care professional before continuing to use the System.
- Intense exercise may cause your Sensor to loosen due to sweat or movement of the Sensor. If your Sensor comes loose, you may get no readings or unreliable readings, which may not match how you feel. Follow the instructions to select an appropriate application site.
- Glucose Going Low and Glucose Going High messages may mean that your

actual blood glucose is already <3.9 mmol/L or >13.3 mmol/L. Consider this before making an activity or treatment decision.

- If you are going to participate in activities that could result in harm to yourself or others in the event of a severe hypoglycaemic episode (e.g. driving a motor vehicle without following the Canadian Diabetes Association Recommendations for Private and Commercial Drivers), do not rely on Glucose Messages (High Glucose, Low Glucose, Glucose Going High and Glucose Going Low) alone. Talk to your health care professional about checking your glucose before and while driving.
- When using the System to replace blood glucose testing for making diabetes treatment decisions, including insulin dosing, you should have a good understanding of how to self-manage your diabetes, as determined by your health care professional.



How to Store the Sensor Kit:

- Store the Sensor Kit between 4°C and 25°C . While you don't need to keep your Sensor Kit in a refrigerator, you can as long as the refrigerator is between 4°C and 25°C .



When not to use the System:

- Do NOT use if the Sensor Pack or the Sensor Applicator seem to be damaged or already opened.
- Do NOT use if past expiry date.



What to know before you Apply the Sensor:

- Clean the application site and ensure that it is dry prior to Sensor insertion. This helps the Sensor stay attached to your body.



When is Sensor Glucose different from Blood Glucose:

- Glucose levels in the interstitial fluid can be different from blood glucose levels and may mean that Sensor glucose readings are different from blood glucose. You may notice this difference during times when your blood glucose is

changing quickly, for example after eating, taking insulin or exercising.



When to remove the Sensor:

- If the Sensor is becoming loose or if the Sensor tip is coming out of your skin, you may get no readings or unreliable readings, which may not match how you feel. Check to make sure your Sensor has not come loose. If it has come loose, remove it and apply a new one.
- On rare occasions, you may get inaccurate Sensor glucose readings. If you believe your glucose readings are not correct or do not match how you feel, perform a blood glucose test on your finger to confirm your glucose. If the problem continues, remove your Sensor and apply a new one.



What to know about FreeStyle Libre 2 app:

- FreeStyle Libre 2 app installed on a smartphone is intended for use by a single person. It must not be used by more than one person due to the risk of misinterpreting glucose information.

Interfering Substances

Taking more than 500 mg of ascorbic acid per day may affect the Sensor readings which could cause you to miss a low glucose event. Ascorbic acid can be found in supplements including multivitamins. Some supplements, including cold remedies, may contain high doses of 1000 mg of ascorbic acid. Do not use the Sensor while taking supplements that contain high doses of 1000 mg of ascorbic acid.

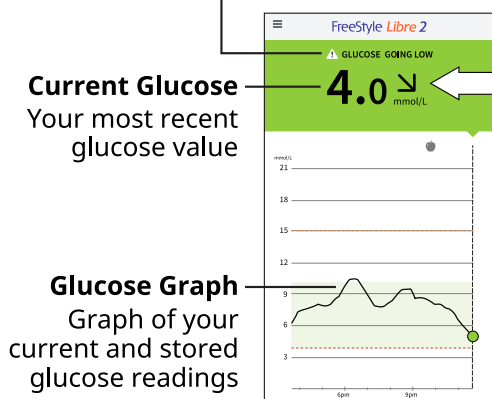
Using Sensor Glucose Readings for Treatment Decisions

After you check your glucose, use all of the information on the screen when deciding what to do or what treatment decision to make.

Glucose Trend Arrow Direction your glucose is going	
Arrow	What it means
↑	Glucose rising quickly
↗	Glucose rising
→	Glucose changing slowly
↘	Glucose falling
↓	Glucose falling quickly

Message

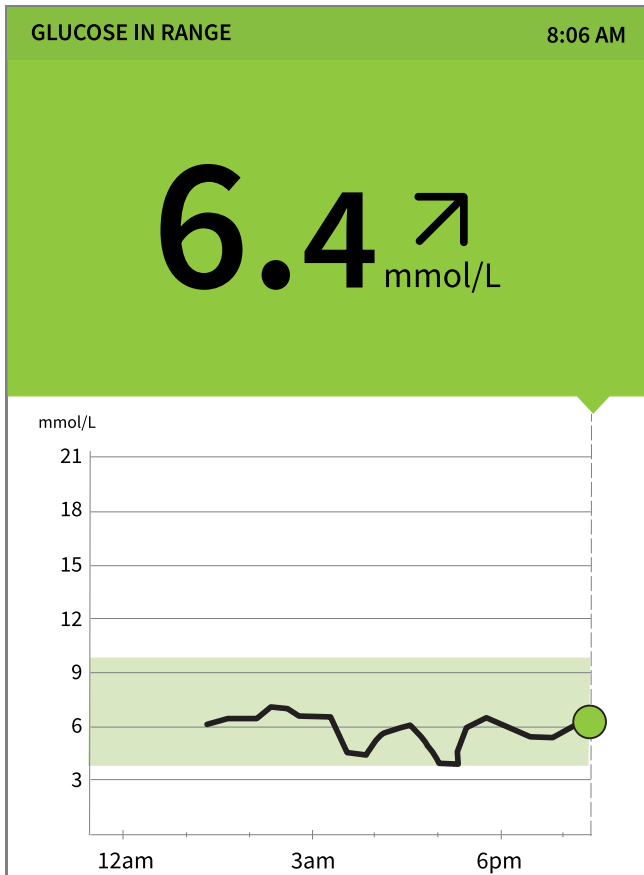
Tap for more information



Example Scenarios

Here are some example scenarios to help you understand how to use the information on your screen. If you are not sure about what to do, consult your health care professional.

What you see – *Before breakfast*



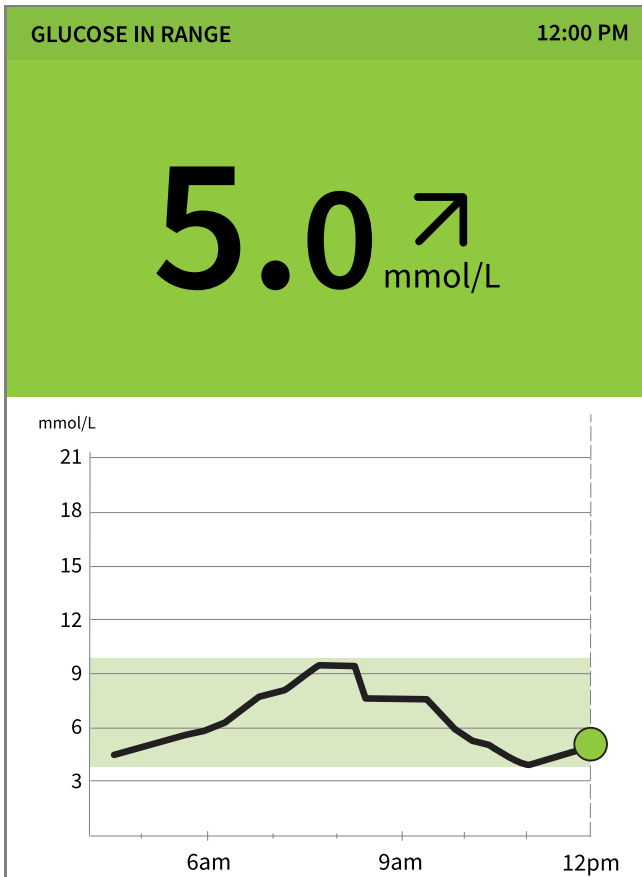
What it means

Before breakfast, your current glucose is 6.4 mmol/L. The graph shows that your glucose is going up, and so does the trend arrow \nearrow .

Consider what might be causing your glucose to go up and what you might do to prevent a high glucose. For example:

- How much insulin should you take before your meal?
- Since you see \nearrow , should you consider taking a little more insulin?

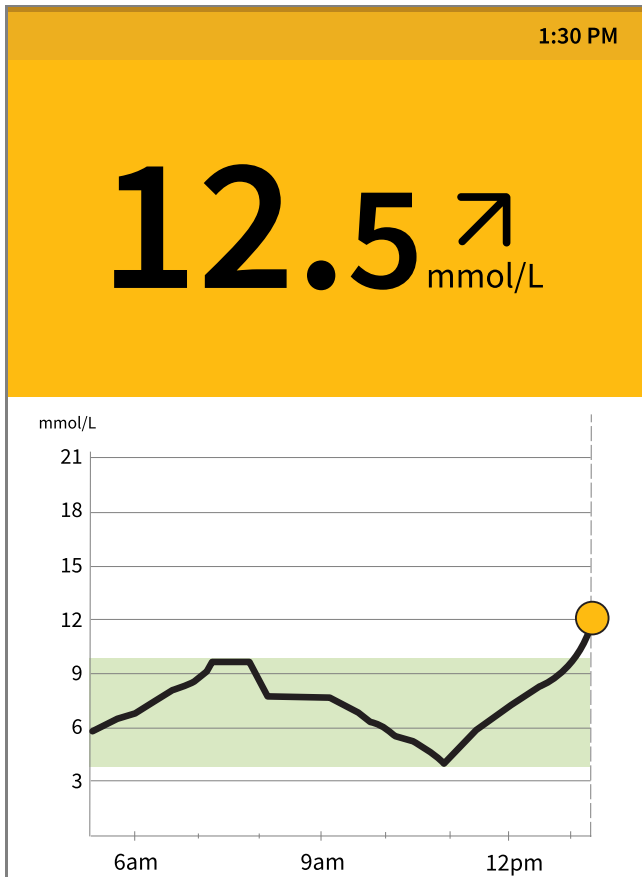
What you see – *Before lunch*



What it means

When you checked your glucose before lunch, it was 5.0 mmol/L and rising. Before eating lunch, you took enough insulin to cover the meal and a little more since your trend arrow was \nearrow .

What you see - *After lunch*



What it means

90 minutes later, your current glucose is 12.5 mmol/L. The graph shows that your glucose is still going up, and so does the trend arrow ↗.

Don't take a correction dose within 2 hours of your meal dose. This may result in 'insulin stacking' and low glucose.

Consider what might be causing your glucose to go up and what you might do to prevent a high glucose. For example:

- Has the insulin that you took for your meal reached its full effect?
- Check your glucose again later.

What you see – *In the afternoon*



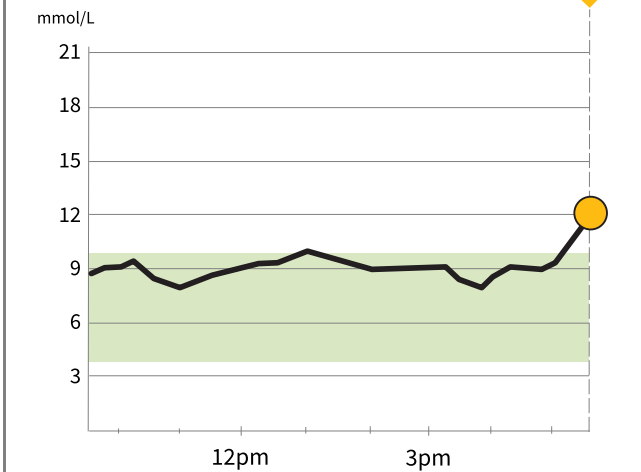
What it means

Between meals, your current glucose is 4.0 mmol/L. The Glucose Going Low message tells you that your glucose is projected to be low within 15 minutes.

Think about what might be causing your glucose to go low. Consider eating a snack to stay within target. **Avoid taking insulin as this can cause low glucose.**

What you see - *After exercising*

5:47 PM

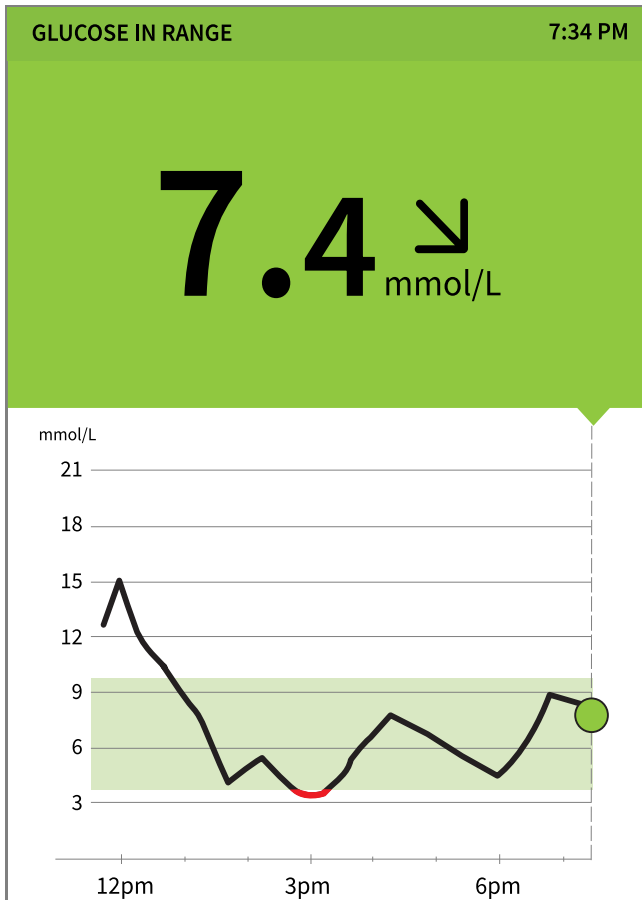
11.3 →
mmol/L

What it means

After exercising, you are feeling shaky, sweaty and dizzy – symptoms you generally get when you have low glucose. But your current glucose is 11.3 mmol/L.

Anytime you get a reading that doesn't match how you feel, do a blood glucose test.

What you see – *Before dinner*



What it means

Before dinner, your current glucose is 7.4 mmol/L. The graph shows that your glucose is going down and so does the trend arrow ↘.

Consider what might be causing your glucose to go down and what you might do to prevent a low glucose. For example:

- How much insulin should you take before your meal?
- Since you see ↘, should you consider taking a little less insulin?

Treatment Decisions - Knowledge Check

1. **What would you do if you are getting ready to eat lunch, you check your glucose and you get a Sensor reading that your glucose level is above your target range and changing slowly → ?**
 - a. Do not treat based on this reading – check my blood glucose with a test strip.

b. Make a treatment decision, such as take insulin.

What did you select?



a: *Incorrect. You could check your blood glucose with a test strip, but you don't have to, unless you have symptoms that don't match your reading.*



b: *Correct! Based on your reading and what you are about to eat, consider how much insulin you should take.*

2. **What would you do if your body was telling you that your glucose was low, but when you checked your glucose your Sensor reading was high?**

a. Do not treat based on this reading – check my blood glucose with a test strip.

b. Do something to lower glucose, such as take insulin.

What did you select?



a: *Correct! Any time that you get a reading that doesn't match how you feel, check your blood glucose with a test strip before you make a treatment decision.*



b: *Incorrect. If you feel low, trust your symptoms. Check your blood glucose with a test strip and treat accordingly. The Sensor may be inaccurate sometimes.*

3. **'Insulin stacking' is when you take two or more doses of rapid-acting insulin too close together. Which of the following scenarios would avoid 'insulin stacking'?**

a. You took your full breakfast insulin dose and ate breakfast. 75 minutes later your glucose was high, so you took a correction insulin dose.

b. You took your full breakfast insulin dose and ate breakfast. 75 minutes later your glucose was high. You know insulin takes some time to work, so you decided to do nothing and check again later.

What did you select?



a: *Incorrect. Taking multiple doses of rapid-acting insulin too close together may lead to 'insulin stacking' and low glucose. Don't take a correction dose within 2 hours of your meal dose.*



b: *Correct! Since you did not take multiple doses of rapid-acting insulin too close together, you avoided 'insulin stacking' and low glucose. Don't take a correction dose within 2 hours of your meal dose.*

FreeStyle, Libre and related brand marks are marks of Abbott. Other trademarks are the property of their respective owners.



©2023 Abbott
ART45340-101 Rev. A 05/23



Guide de référence rapide

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS POUR L'UTILISATEUR

- Avant d'utiliser l'application FreeStyle Libre 2 avec un capteur, consultez toutes les instructions sur le produit. Le guide de référence rapide vous permet de consulter les éléments importants du système. Le manuel d'utilisation comprend tous les renseignements liés à la sécurité et les instructions d'utilisation.
 - Rendez-vous sur www.FreeStyleLibre.com pour consulter les « Conseils pour les enfants ».
 - Discutez avec votre professionnel de la santé de la manière dont vous devriez utiliser les renseignements relatifs aux taux de glucose du capteur pour gérer votre diabète.
-

INDICATIONS D'UTILISATION

Le système Flash de surveillance du glucose FreeStyle Libre 2 (lecteur FreeStyle Libre 2 ou application FreeStyle Libre 2 ou application FreeStyle Libre 2, édition spéciale utilisés avec le capteur FreeStyle Libre 2) est indiqué pour mesurer les taux de glucose du liquide interstitiel des personnes de 4 ans et plus vivant avec le diabète sucré. Le système est conçu pour remplacer le test de contrôle de la glycémie lors de l'auto-gestion du diabète, y compris le dosage de l'insuline. Les décisions relatives au traitement doivent reposer sur les lectures de taux de glucose du capteur en temps réel, et sur d'autres renseignements affichés à l'écran des résultats, y compris la flèche de tendance et les lectures séquentielles sur le graphique du taux de glucose. Le système détecte également les tendances et les modèles, et permet la détection des épisodes d'hyperglycémie et d'hypoglycémie, ce qui facilite les ajustements de thérapie immédiats et à long terme.

Ce que vous devez comprendre dans les indications d'utilisation :

Vous pouvez utiliser le système FreeStyle Libre 2 si vous avez 4 ans ou plus.

Important :

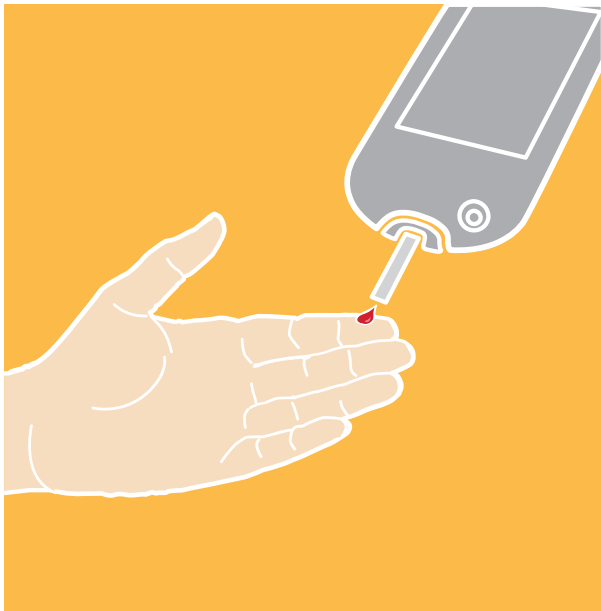
- Après avoir vérifié votre taux de glucose, examinez tous les renseignements qui s'affichent à l'écran avant de décider quoi faire ou savoir quelle décision prendre pour le traitement.
- Ne prenez pas de dose de correction dans les 2 heures qui suivent votre dose du repas. Cela risque d'entraîner une « accumulation d'insuline » et un taux de glucose bas.

AVERTISSEMENT :

Le système peut remplacer le test de contrôle de la glycémie, sauf dans les situations suivantes. Il faut alors faire un test de contrôle de la glycémie avant de décider quoi faire ou savoir quelle décision prendre pour le traitement, car les lectures du capteur peuvent ne pas refléter avec précision les taux de glycémie :

Faites un test de contrôle de la glycémie si vous pensez que vos lectures de taux de glucose ne sont pas correctes ou ne correspondent pas à ce que vous ressentez. N'ignorez pas les symptômes provoqués par l'hyperglycémie ou l'hypoglycémie.

Faites un test de contrôle de la glycémie si la lecture de taux de glucose du capteur n'inclut pas de chiffre de taux de glucose actuel.



CONTRE-INDICATIONS

IRM, radiographie et TDM : Retirez le capteur lors d'une consultation médicale qui comprend une exposition à de puissants rayonnements magnétiques ou électromagnétiques (radiographie, imagerie par résonance magnétique ou tomodensitométrie). Appliquez un nouveau capteur après le rendez-vous.

AVERTISSEMENT :

- N'ignorez pas les symptômes provoqués par l'hyperglycémie ou l'hypoglycémie. Si vous présentez des symptômes qui ne correspondent pas aux lectures de taux de glucose du capteur ou si vous doutez de l'exactitude de la lecture, vérifiez la lecture en réalisant un test par piqûre au bout du doigt avec un lecteur de glycémie. Si vous présentez des symptômes qui ne concordent pas avec vos lectures de taux de glucose, communiquez avec votre professionnel de la santé.
 - Si vous utilisez l'application FreeStyle Libre 2, vous devez également avoir accès à un système de surveillance de la glycémie, car l'application n'en fournit pas.
 - **Risque d'étouffement :** Le système comporte des petites pièces qui présentent un danger si elles sont avalées.
-

Mises en garde et renseignements importants :



Ce qu'il faut savoir à propos des alarmes de glucose :

- Vous ne recevrez des alarmes que du lecteur ou d'une application que vous utilisez pour mettre le capteur en marche et non des deux. Vous ne recevrez des alarmes de l'application FreeStyle Libre 2 que si vous utilisez l'application pour mettre votre capteur FreeStyle Libre 2 en marche.
- Si vous mettez le capteur en marche avec l'application FreeStyle Libre 2, vous ne pourrez utiliser ni le lecteur ni l'application FreeStyle Libre 2, édition spéciale pour vérifier votre taux de glucose ou recevoir des alarmes de ce capteur. Si vous mettez le capteur en marche avec le lecteur ou l'application FreeStyle Libre 2, édition spéciale, vous ne pourrez pas utiliser l'application FreeStyle Libre 2 pour vérifier votre taux de glucose ou recevoir des alarmes de ce capteur.
- Pour recevoir les alarmes, celles-ci doivent être activées et vous devez vous assurer que votre téléphone se trouve en permanence à moins de 6 mètres (20 pieds) de vous. La portée de transmission est de 6 mètres (20 pieds) en l'absence d'obstacle. Si vous êtes hors de portée, il est possible que vous ne receviez pas les alarmes de taux de glucose.
- Ne forcez pas la fermeture de l'application.
- Vous devez configurer votre téléphone correctement pour recevoir des alarmes. Consultez le manuel d'utilisation de l'application pour vous assurer que les paramètres et les autorisations corrects sont activés sur votre téléphone.
- N'oubliez pas que les réglages d'alarme suivront les réglages sons et vibrations de votre téléphone. Ces derniers doivent donc être réglés sur un volume que vous pouvez entendre afin d'éviter de manquer des alarmes.
- Vous devez déconnecter les écouteurs lorsque vous ne les utilisez pas, car vous risquez de ne pas recevoir de son avec les alarmes.
- Si vous utilisez des dispositifs périphériques connectés à votre téléphone, tels que des écouteurs sans fil ou une montre intelligente, vous pouvez recevoir

des alarmes sur un seul dispositif ou périphérique, pas sur tous.

- Gardez votre téléphone bien chargé et allumé.



Qui ne devrait pas utiliser le système :

- L'utilisation du système n'a pas été évaluée avec d'autres dispositifs médicaux implantés, tels que les stimulateurs cardiaques.
- L'utilisation du système n'a pas été testée chez les femmes enceintes, chez les personnes dialysées ou chez les enfants de moins de 4 ans.
- N'utilisez pas le système si vous êtes gravement malade. L'utilisation du système n'a pas été évaluée pour les patients gravement malades et on ne sait pas comment les différentes affections ou les médicaments communs à cette population peuvent modifier les performances du système.



Ce qu'il faut savoir sur le port du capteur :

- Certaines personnes peuvent avoir une réaction à l'adhésif qui permet de fixer le capteur sur la peau. Si vous remarquez une irritation cutanée importante sous le capteur ou autour de celui-ci, retirez-le et cessez d'utiliser le système. N'essayez pas de traiter une irritation cutanée avec des lotions, crèmes, onguents, vaporisateurs ou timbres protecteurs afin de continuer à porter le capteur. Communiquez avec votre professionnel de la santé avant de continuer à utiliser le système.
- Une activité physique intense peut décoller le capteur en raison de la sueur ou du mouvement du capteur. Si le capteur se décolle, il est possible que vous n'obteniez aucune lecture ou des lectures non fiables qui ne correspondent pas à ce que vous ressentez. Suivez les instructions pour choisir un site d'application approprié.
- Les messages « Glucose vers taux bas » et « Glucose vers taux élevé » pourraient indiquer que votre taux de glycémie réel est déjà $< 3,9$ mmol/L ou $> 13,3$ mmol/L. Veuillez en tenir compte avant de pratiquer une activité ou de prendre une décision thérapeutique.
- Si vous prévoyez de participer à des activités associées à un risque de lésion pour vous-même ou pour d'autres personnes dans l'éventualité d'un évènement d'hypoglycémie grave (p. ex., conduite de véhicule à moteur sans

suivre les recommandations de l'Association canadienne du diabète concernant les chauffeurs privés et commerciaux), ne vous fiez pas uniquement aux messages liés au taux de glucose (Taux de glucose élevé, Taux de glucose bas, Glucose vers taux élevé et Glucose vers taux bas). Consultez votre professionnel de la santé à propos du contrôle de votre glycémie avant et pendant la conduite.

- Lorsque vous utilisez le système pour remplacer le test de contrôle de la glycémie afin de prendre des décisions concernant le traitement du diabète, y compris le dosage de l'insuline, vous devez bien comprendre l'auto-gestion du diabète, selon les recommandations de votre professionnel de la santé.



Entreposage de la trousse du capteur :

- Conservez la trousse du capteur à une température comprise entre 4 °C et 25 °C. Il n'est pas nécessaire de conserver la trousse du capteur au réfrigérateur, mais vous pouvez le faire à condition que la température à l'intérieur soit comprise entre 4 °C et 25 °C.



Quand ne pas utiliser le système :

- Ne l'utilisez PAS si la capsule du capteur ou l'applicateur du capteur semble endommagé ou est déjà ouvert.
- Ne l'utilisez PAS au-delà de la date de péremption.



Ce qu'il faut savoir avant d'appliquer le capteur :

- Nettoyez le site d'application et assurez-vous qu'il est sec avant l'insertion du capteur. Cette précaution permet de bien fixer le capteur sur votre corps.



Lorsque le taux de glucose du capteur est différent de la glycémie :

- Les taux de glucose dans le liquide interstitiel peuvent être différents des taux de glycémie, indiquant ainsi que les lectures de taux de glucose du capteur ne concordent pas avec la glycémie. Cette différence se remarque lorsque votre glycémie change rapidement, par exemple après avoir mangé, pris de l'insuline ou pratiqué une activité physique.



Quand retirer le capteur :

- Si le capteur se décolle ou si l'embout du capteur sort de votre peau, il se peut que vous n'obteniez aucune lecture ou des lectures peu fiables, qui peuvent ne pas correspondre à ce que vous ressentez. Vérifiez que votre capteur ne se soit pas décollé. S'il s'est décollé, retirez-le et appliquez-en un nouveau.
- En de rares occasions, le capteur peut fournir des lectures de taux de glucose inexacts. Si vous pensez que vos lectures de taux de glucose sont inexacts ou qu'elles ne correspondent pas à ce que vous ressentez, effectuez un test de contrôle de la glycémie sur le bout du doigt pour confirmer votre taux de glucose. Si le problème persiste, retirez le capteur actuel et appliquez-en un nouveau.



Ce qu'il faut savoir à propos de l'application FreeStyle Libre 2 :

- L'application FreeStyle Libre 2 installée sur un téléphone intelligent est destinée à être utilisée par une seule personne. Elle n'est pas destinée à plusieurs personnes en raison du risque d'erreur d'interprétation des renseignements sur la glycémie.

Substances interférentes

La prise de plus de 500 mg d'acide ascorbique par jour risque de perturber les lectures du capteur et de faire en sorte que vous manquiez un événement de taux de glucose bas. L'acide ascorbique se retrouve dans des suppléments comme les multivitamines. Certains suppléments, notamment les médicaments contre le rhume, contiennent des doses élevées d'acide ascorbique allant jusqu'à 1 000 mg. N'utilisez pas le capteur lorsque vous prenez des suppléments contenant des doses élevées de 1 000 mg d'acide ascorbique.

Utilisation des lectures de taux de glucose du capteur pour les décisions relatives au traitement

Après avoir vérifié votre taux de glucose, utilisez tous les renseignements à l'écran pour décider quoi faire ou pour savoir quelle décision prendre pour le

traitement.

Flèche tend. taux glucose

Indique la direction dans laquelle évolue votre taux de glucose.

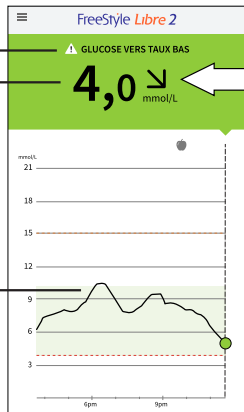
Flèche	Signification
↑	Le glucose augmente rapidement
↗	Le glucose augmente
→	Le glucose évolue lentement
↘	Le glucose baisse
↓	Le glucose baisse rapidement

Message

Appuyez pour plus de renseignements

Taux de glucose actuel
Votre valeur du glucose la plus récente

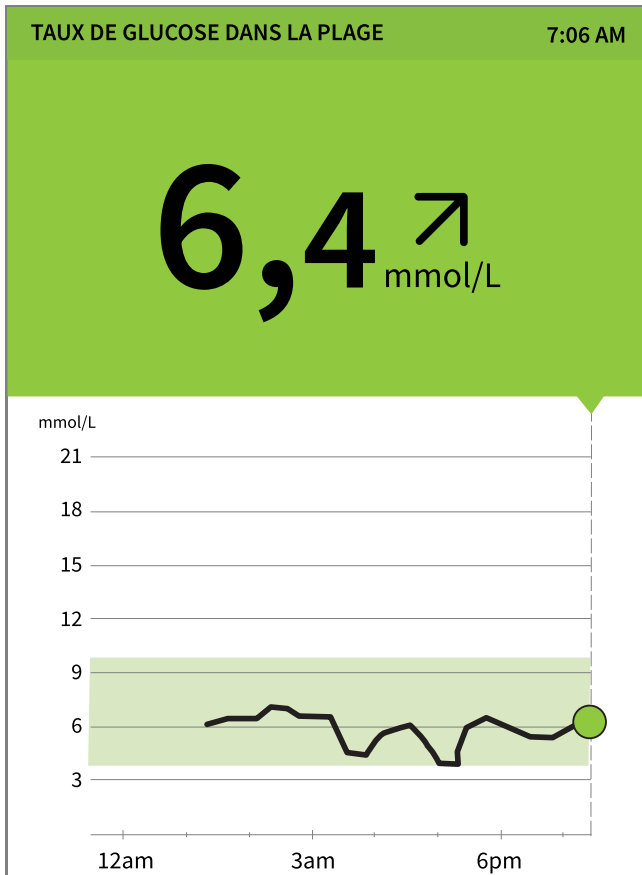
Graphique de taux de glucose
Graphique de vos lectures de taux de glucose actuelles et enregistrées



Exemple de scénarios

Voici quelques exemples de scénarios pour vous aider à savoir comment utiliser les renseignements qui s'affichent à l'écran. Si vous n'êtes pas sûr de ce qu'il faut faire, consultez votre professionnel de la santé.

Ce que vous voyez – Avant le déjeuner



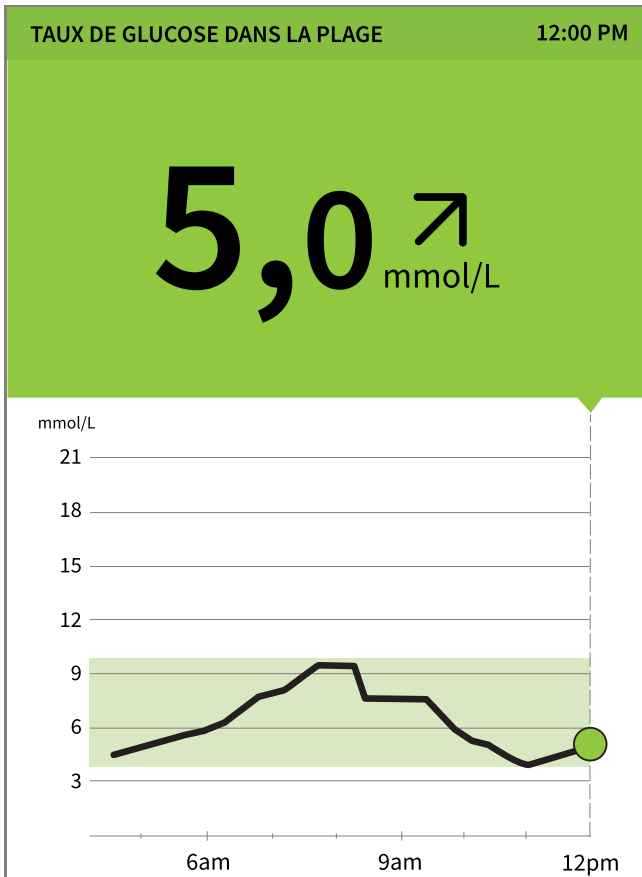
Signification

Avant le déjeuner, votre taux de glucose actuel est de 6,4 mmol/L. Le graphique montre que votre glucose continue d'augmenter, tout comme la flèche de tendance \nearrow .

Réfléchissez aux causes possibles de l'augmentation de votre taux de glucose et à ce que vous pourriez faire pour éviter un taux de glucose élevé. Par exemple :

- Quelle quantité d'insuline devez-vous prendre avant votre repas?
- Quand vous voyez \nearrow , devez-vous envisager de prendre un peu plus d'insuline?

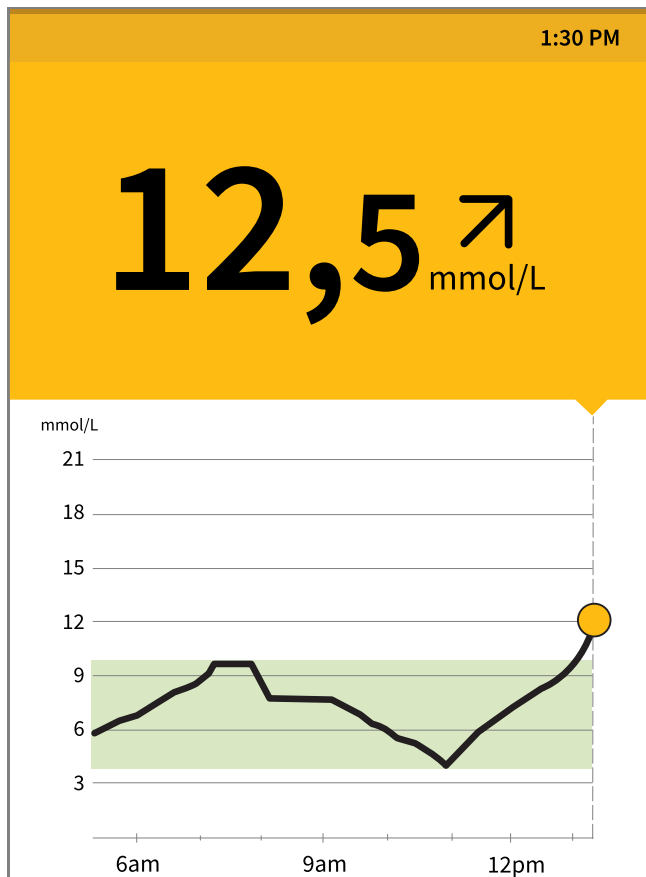
Ce que vous voyez – Avant le dîner



Signification

Lorsque vous avez vérifié votre taux de glucose avant le dîner, il était de 5,0 mmol/L et il augmentait. Avant de dîner, vous avez pris suffisamment d'insuline pour couvrir le repas et un peu plus puisque votre flèche de tendance était \nearrow .

Ce que vous voyez - *Après le dîner*



Signification

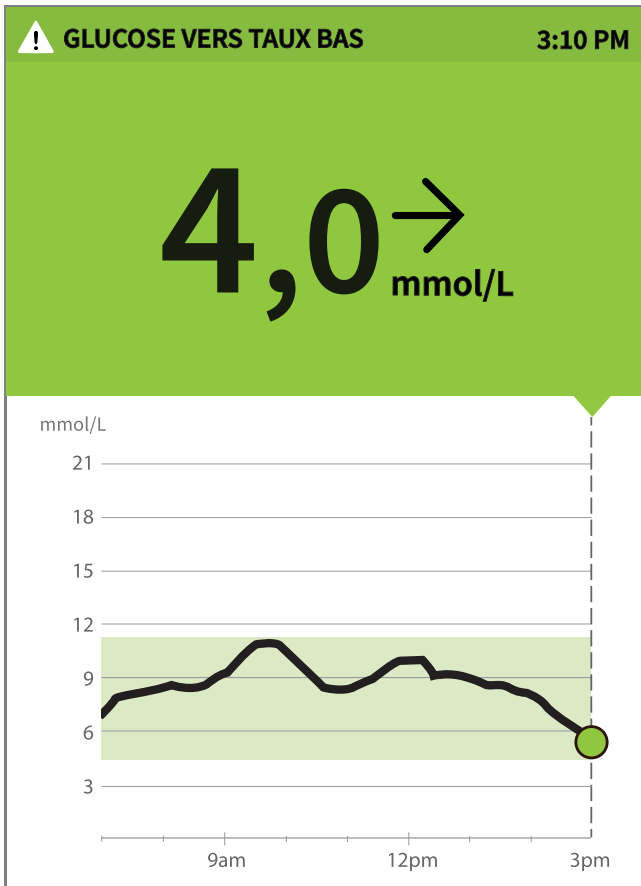
90 minutes plus tard, votre taux de glucose actuel est de 12,5 mmol/L. Le graphique montre que votre glucose continue d'augmenter, tout comme la flèche de tendance ↗.

Ne prenez pas de dose de correction dans les 2 heures qui suivent votre dose du repas. Cela risque d'entraîner une « accumulation d'insuline » et un taux de glucose bas.

Réfléchissez aux causes possibles de l'augmentation de votre taux de glucose et à ce que vous pourriez faire pour éviter un taux de glucose élevé. Par exemple :

- L'insuline que vous avez prise pour votre repas a-t-elle atteint son plein effet?
- Vérifiez votre taux de glucose plus tard.

Ce que vous voyez – Dans l'après-midi

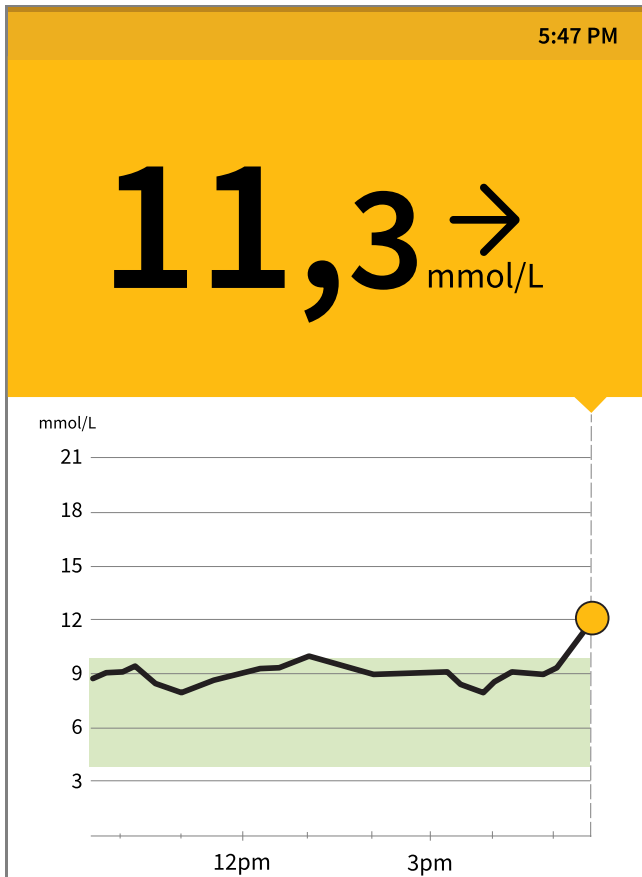


Signification

Entre les repas, votre taux de glucose actuel est de 4,0 mmol/L. Le message Glucose vers taux bas vous indique que votre taux de glucose devrait être bas dans les 15 minutes à venir.

Pensez à ce qui pourrait provoquer une baisse de votre glucose. Envisagez de manger un en-cas pour rester dans la plage cible. **Évitez de prendre de l'insuline, car elle risque d'entraîner un taux de glucose bas.**

Ce que vous voyez – *Après l'activité physique*

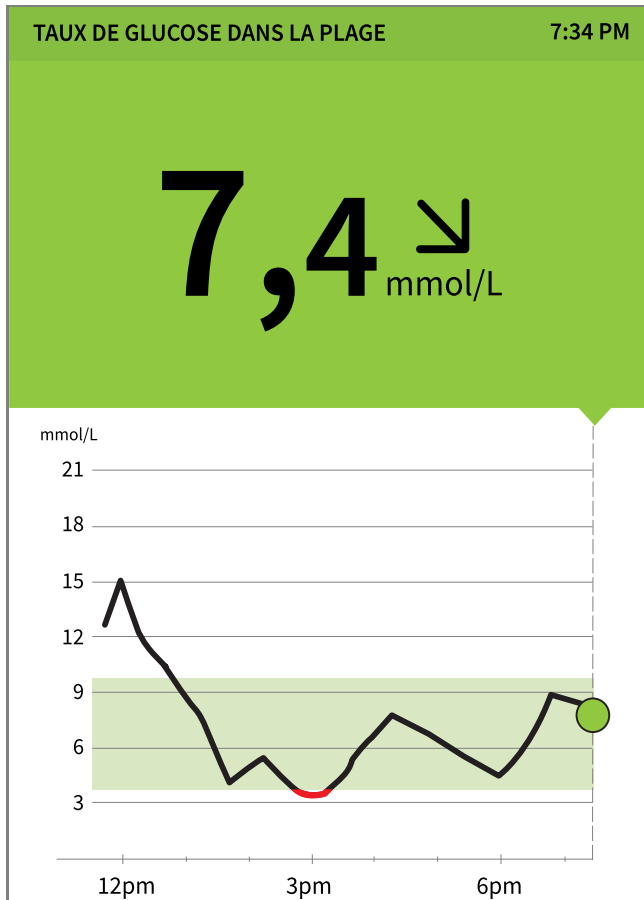


Signification

Après avoir fait de l'exercice, vous tremblez, transpirez et ressentez un étourdissement – des symptômes qui correspondent généralement à un taux de glucose bas. Mais votre taux de glucose actuel est de 11,3 mmol/L.

Chaque fois que vous obtenez une lecture qui ne correspond pas à ce que vous ressentez, faites un test de contrôle de la glycémie.

Ce que vous voyez – *Avant le souper*



Signification

Avant le souper, votre taux de glucose actuel est de 7,4 mmol/L. Le graphique montre que votre glucose est en baisse, tout comme la flèche de tendance ↘.

Réfléchissez aux causes possibles de la baisse de votre taux de glucose et à ce que vous pourriez faire pour éviter un taux de glucose bas. Par exemple :

- Quelle quantité d'insuline devez-vous prendre avant votre repas?
- Quand vous voyez ↘, devez-vous envisager de prendre un peu moins d'insuline?

Décisions concernant le traitement – vérification des connaissances

1. **Que feriez-vous si vous vous préparez à prendre le dîner, vous vérifiez votre taux de glucose et vous obtenez une lecture indiquant que votre taux de glucose est supérieur à votre plage cible et qu'il change**

lentement → ?

- a. Ne pas traiter en se basant sur cette lecture – vérifier la glycémie avec une bandelette de dosage.
- b. Prendre une décision concernant le traitement, par exemple prendre de l'insuline.

Qu'avez-vous choisi?



a : Mauvaise réponse. Vous pourriez vérifier votre glycémie avec une bandelette de dosage, mais ce n'est pas une obligation, sauf si vous avez des symptômes qui ne correspondent pas à votre lecture.



b : Bonne réponse! En fonction de votre lecture et de ce que vous allez manger, réfléchissez à la quantité d'insuline que vous devriez prendre.

2. Que feriez-vous si votre corps vous disait que votre taux de glucose était bas, mais qu'au moment de vérifier votre taux de glucose, la lecture était élevée?

- a. Ne pas traiter en se basant sur cette lecture – vérifier la glycémie avec une bandelette de dosage.
- b. Faire quelque chose pour réduire le taux de glucose, par exemple prendre de l'insuline.

Qu'avez-vous choisi?



a : Bonne réponse! Chaque fois que vous obtenez une lecture qui ne correspond pas à ce que vous ressentez, vérifiez votre glycémie à l'aide d'une bandelette de dosage avant de prendre une décision concernant votre traitement.





b : Mauvaise réponse. Si vous sentez que votre taux est bas, fiez-vous à vos symptômes. Vérifiez votre glycémie à l'aide d'une bandelette de dosage et traitez en conséquence. Il se peut que le capteur soit parfois imprécis.

3. On parle d'« accumulation d'insuline » lorsque vous prenez deux ou plusieurs doses d'insuline à action rapide trop rapprochées. Lequel des scénarios suivants peut vous éviter une « accumulation d'insuline »?

- a. Vous avez pris votre dose d'insuline complète au déjeuner et avez pris votre déjeuner. 75 minutes plus tard, votre taux de glucose était élevé, vous avez donc pris une dose d'insuline de correction.
- b. Vous avez pris votre dose d'insuline complète au déjeuner et avez pris votre déjeuner. 75 minutes plus tard, votre taux de glucose était élevé. Vous savez

que l'insuline met un certain temps à agir, alors vous avez décidé de ne rien faire, et de vérifier à nouveau, plus tard.

Qu'avez-vous choisi?

-  **a** : *Mauvaise réponse. La prise de plusieurs doses d'insuline à action rapide trop rapprochées risque d'entraîner une « accumulation d'insuline » et un taux de glucose bas. Ne prenez pas de dose de correction dans les 2 heures qui suivent votre dose du repas.*
-  **b** : *Bonne réponse! Comme vous n'avez pas pris plusieurs doses d'insuline à action rapide trop rapprochées, vous avez évité l'« accumulation d'insuline » et un taux de glucose bas. Ne prenez pas de dose de correction dans les 2 heures qui suivent votre dose du repas.*

FreeStyle, Libre et les marques associées sont des marques d'Abbott. Les autres marques de commerce sont la propriété de leurs détenteurs respectifs.



 Abbott Diabetes Care Ltd.
Range Road
Witney, Oxon
OX29 0YL, UK

©2023 Abbott
ART45340-101 Rev. A 05/23



Abbott