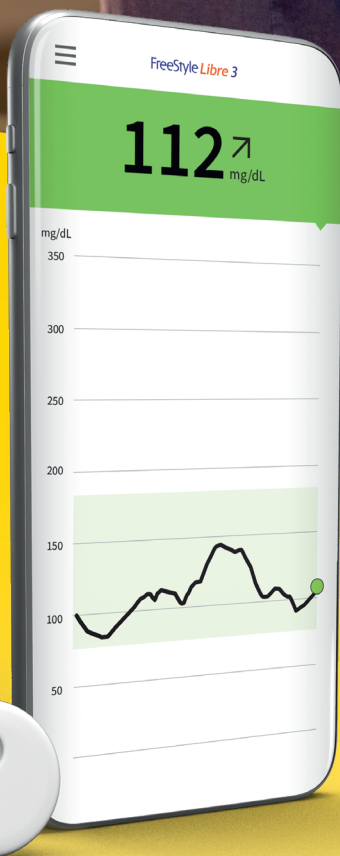




FreeStyle

**Libre 3**  
**PLUS**



**GEBRAUCHSANLEITUNG & PRAKTISCHE TIPPS**

# FreeStyle Libre 3 Plus

Ihr Diabetes einfach im Blick mit Glukosewerten,  
die jede Minute aktualisiert werden.

**Das ist Fortschritt**

  
**Abbott**

# Das FreeStyle Libre 3 Plus System



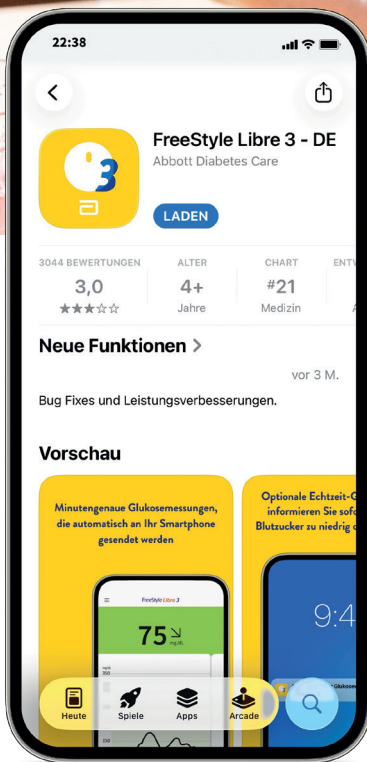
Ein einfach anzuwendendes System zur kontinuierlichen Glukosemessung, **leicht zu bedienen und zu wechseln**. Ihre Glukosewerte, **überall<sup>1</sup> und jederzeit<sup>2</sup>**.

Erfahren Sie alles über das FreeStyle Libre 3 Plus System.....	<b>4-5</b>
Erste Schritte mit FreeStyle Libre 3 Plus .....	<b>6-9</b>
Glukosemessung mit Sensor – einfach erklärt .....	<b>10-15</b>
Anwendung des FreeStyle Libre 3 Plus.....	<b>16-17</b>
Der Alltag mit dem Freestyle Libre System .....	<b>18-19</b>
Ihre Berichte ansehen .....	<b>20-21</b>
Optionale Alarme aktivieren.....	<b>22-24</b>
FreeStyle Libre 3 Plus & mylife™ YpsoPump® .....	<b>25</b>
Sensorwechsel nach 15 Tagen .....	<b>26-27</b>
Die LibreLinkUp App.....	<b>28-29</b>
Die LibreView Plattform .....	<b>30-31</b>
Das FreeStyle Libre 3 Lesegerät verwenden.....	<b>32-34</b>
KUNDENSERVICE.....	<b>35</b>

1. Der Sensor ist in bis zu 1 m Wassertiefe für die Dauer von bis zu 30 Minuten wasserfest. Nicht in Höhen über 3048 Meter verwenden.

2. Der Sensor ist 60 Minuten nach der Aktivierung für die Glukosemessung bereit.





Scannen Sie den QR-Code mit Ihrem Smartphone, um die App herunterzuladen, bevor Sie beginnen<sup>3</sup>.



Denken Sie daran, Ihre Apps regelmäßig zu aktualisieren, damit Sie über neue Funktionen und Verbesserungen unserer Produkte auf dem Laufenden bleiben.



Wählen Sie die App für Ihr Land aus: BE für Nutzer in Belgien und LU für Nutzer in Luxemburg.



Ist mein Handy mit der FreeStyle Libre 3 App kompatibel? Finden Sie es heraus, indem Sie den QR-Code mit Ihrem Handy scannen.

Die hier verlinkten Zielseiten sind nur auf Französisch verfügbar

<sup>3</sup>. Die Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme sind nur mit bestimmten mobilen Geräten und Betriebssystemen kompatibel. Bitte besuchen Sie unsere Website [myFreeStyle.be](http://myFreeStyle.be) (aus Belgien) oder [myFreeStyle.lu](http://myFreeStyle.lu) (aus Luxemburg), um weitere Informationen zur Gerätekompatibilität zu erhalten, bevor Sie die Anwendungen verwenden. Die Nutzung der Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme kann eine Registrierung bei LibreView erfordern.

# Erfahren Sie alles über das FreeStyle Libre 3 Plus System

Ein benutzerfreundliches, praktisches  
Gerät zur kontinuierlichen Glukosemessung.



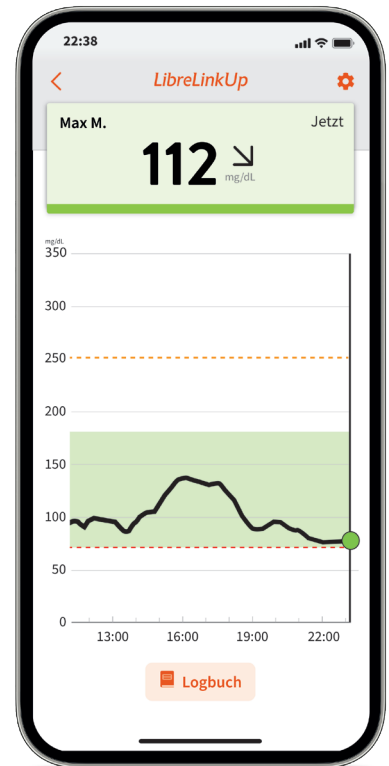
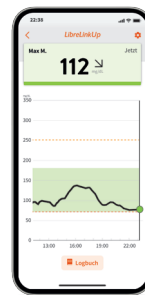
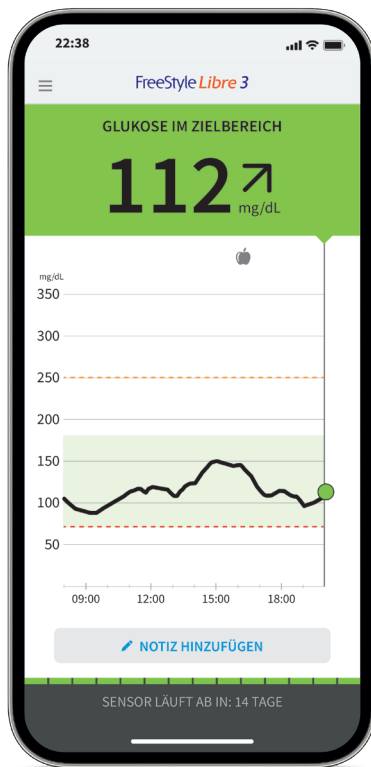
## Der FreeStyle Libre 3 Plus Sensor & Applikator

- **Automatische Messung des Glukosewerts**, jede Minute, Tag und Nacht.
- Verbleibt bis zu **15 Tage** auf der Rückseite des Oberarms.
- **Keine Fingerstiche zur Glukosemessung nötig.**<sup>1,2</sup>
- Ein **All-in-One**-Applikator.
- Für Patienten ab **2 Jahren** geeignet

## Konnektivität mit Hybrid-Closed-Loop

- Der FreeStyle Libre 3 Plus Sensor kann mit der **mylife™ YpsoPump®<sup>3</sup>** Insulinpumpe verwendet werden.
- Automatisierte Insulinabgabe, kompatibel mit dem FreeStyle Libre 3 Plus.
- **In diesem Fall darf der Sensor nicht mit der FreeStyle Libre 3 App aktiviert werden. Bitte wenden Sie sich an Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder besuchen Sie die Website von Ypsomed.**

1. Ein Fingerstich ist notwendig, wenn Ihre Messwerte und Alarmer nicht den Symptomen oder Erwartungen entsprechen. 2. Das FreeStyle Libre System ist werkseitig kalibriert. 3. Mylife™ und YpsoPump® sind eingetragene Marken der Ypsomed AG. 4. Die Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme sind nur mit bestimmten mobilen Geräten und Betriebssystemen kompatibel. Bitte besuchen Sie unsere Website [myFreeStyle.be](http://myFreeStyle.be) (aus Belgien) oder [myFreeStyle.lu](http://myFreeStyle.lu) (aus Luxemburg), um weitere Informationen zur Gerätekompatibilität zu erhalten, bevor Sie die Anwendungen verwenden. Die Nutzung der Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme kann eine Registrierung bei LibreView erfordern.



## Die FreeStyle Libre 3 App<sup>4</sup>

- Ihre Glukosewerte auf einen Blick, ganz ohne manuelle Messung.
- Fügen Sie Notizen hinzu: z. B. verzehrte Kohlenhydrate, verabreichte Insulinmenge, körperliche Aktivität oder Medikamente.
- Teilen Sie Ihre Glukosewerte ganz einfach mit Angehörigen oder Ihrem Behandlungsteam.

Laden Sie die Apps auf Ihr Smartphone.

## Die LibreLinkUp App<sup>5</sup>

- Ideal für Eltern und Pflegepersonen.
- Behalten Sie die Glukosewerte und -trends eines/einer Angehörigen im Blick.
- Ihr Angehöriger/Ihre Angehörige kann Benachrichtigungen erhalten, wenn Ihr Glukosewerte zu hoch oder zu niedrig sind.



5. Die LibreLinkUp App ist nur mit bestimmten Mobilgeräten und Betriebssystemen kompatibel. Bitte besuchen Sie die Website [www.LibreLinkUp.com](http://www.LibreLinkUp.com) für weitere Informationen zur Gerätekompatibilität, bevor Sie die App verwenden. Die Verwendung von LibreLinkUp erfordert eine Registrierung bei LibreView. Die mobile App LibreLinkUp ist nicht als primäres Gerät zur Glukoseüberwachung gedacht. Nutzerinnen und Nutzer sollten sich auf ihr Hauptgerät zur Messung verlassen und bei medizinischen Entscheidungen oder Therapieanpassungen immer eine Ärztin oder einen Arzt konsultieren – insbesondere, wenn diese auf Informationen aus der App basieren.



# Erste Schritte mit FreeStyle Libre 3 Plus

## 1 Bereiten Sie Ihre Haut vor



### WASCHEN

Verwenden Sie ausschließlich eine nicht feuchtigkeitsspendende, parfümfreie Seife, um den Bereich, in dem der Sensor angebracht wird, zu reinigen und trocknen Sie die Haut ab.



### ENTFETTEN

Verwenden Sie ein mit Alkohol oder Äther getränktes Wattepad (kein hydroalkoholisches Gel), um ölige Rückstände zu entfernen.



### TROCKNEN

Lassen Sie Ihre Haut vollständig trocknen, bevor Sie den Sensor anbringen. Dies ist besonders dann wichtig, wenn Sie den Sensor nach dem Duschen oder Schwimmen anbringen<sup>1</sup>.



Wählen Sie zum Anbringen des Sensors einen geeigneten Bereich an der Rückseite des Oberarms aus.



### Tipps für alle Hauttypen



**Haare** können die Haftung des Sensors beeinträchtigen.

**Rasieren** Sie die betreffende Stelle bei Bedarf, bevor Sie Ihren Sensor anbringen.



**Vermeiden Sie Feuchtigkeitscremes, Lotionen oder andere feuchtigkeitsspendende Pflegeprodukte** an der Stelle, an der der Sensor angebracht wird. Sie könnten **ölige Rückstände hinterlassen**.

**Waschen, entfetten und trocknen** Sie die Stelle, bevor Sie den Sensor anbringen.



## 2 Anbringen des Sensors



### Applikator öffnen

Schrauben Sie die Kappe des Applikators ab, legen Sie die Kappe beiseite und bringen Sie den Applikator an der zuvor vorbereiteten Stelle an.



**Wenn Sie die Kappe des Sensor-Applikators einmal abgeschraubt haben, dürfen Sie sie NICHT wieder aufschrauben. Dies könnte den Sensor beschädigen.**



### Anbringen des Sensors

Bringen Sie den Sensor an der Rückseite des Oberarms an und drücken Sie ihn fest an. Sie hören ein Klicken. Ziehen Sie den Applikator dann vorsichtig ab. Der Sensor muss auf der Haut bleiben. Drücken Sie leicht auf den Rand des Sensors, um die Haftung zu verbessern<sup>2</sup>.



<sup>1</sup>. Der Sensor ist in bis zu 1 m Wassertiefe für die Dauer von bis zu 30 Minuten wasserfest. Nicht in Höhen über 3048 Meter verwenden. Nicht in Höhen über 3048 Meter verwenden. <sup>2</sup>. Rebrin K, Sheppard NF Jr, Steil, GM. Use of subcutaneous interstitial fluid glucose to estimate blood glucose: Revisiting delay and sensor offset. J Diabetes Sci Technol. 2010;4(5): 1087-1098.

# Erste Schritte mit FreeStyle Libre 3 Plus

## 3 Aktivierung des Sensors



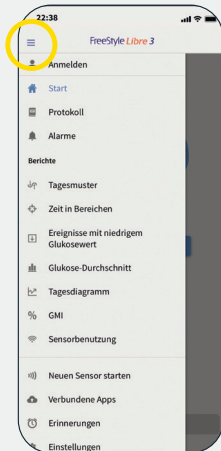
1 Die FreeStyle Libre 3 App öffnen



Wenn Sie die FreeStyle Libre 3 App zum ersten Mal verwenden, folgen Sie den Anweisungen zur Registrierung.

2

Klicken Sie im Hauptmenü der App (☰) auf „Neuen Sensor starten.“



3

Verwenden Sie die Scan-Funktion Ihres Smartphones, um Ihren Sensor zu scannen.



Für Smartphones mit iOS:

**Scannen Sie den Sensor mit dem OBEREN TEIL** Ihres Smartphones.



Für Smartphones mit Android:

**Scannen Sie den Sensor mit der RÜCKSEITE** Ihres Smartphones. **Möglicherweise müssen Sie die NFC-Funktion<sup>1</sup> in den Einstellungen Ihres Smartphones aktivieren.**

**Halten Sie Ihr Smartphone max. 4 cm vom Sensor entfernt.**

Sind Töne und/oder Vibration aktiviert, ertönt auf dem Smartphone ein Piepton und/oder es vibriert, sobald der Sensor erkannt wurde.

4

Sensor bereit um:

**15:09**

(59 min verbleibend)

**Nach dem Aktivieren dauert es 60 Minuten, bis der Sensor einsatzbereit ist.**  
Ein Countdown wird angezeigt.



**Jedes Smartphone-Modell ist anders. Bewegen Sie das Gerät bei Bedarf langsam hin und her, um die richtige NFC-Position zu finden.<sup>1</sup>**



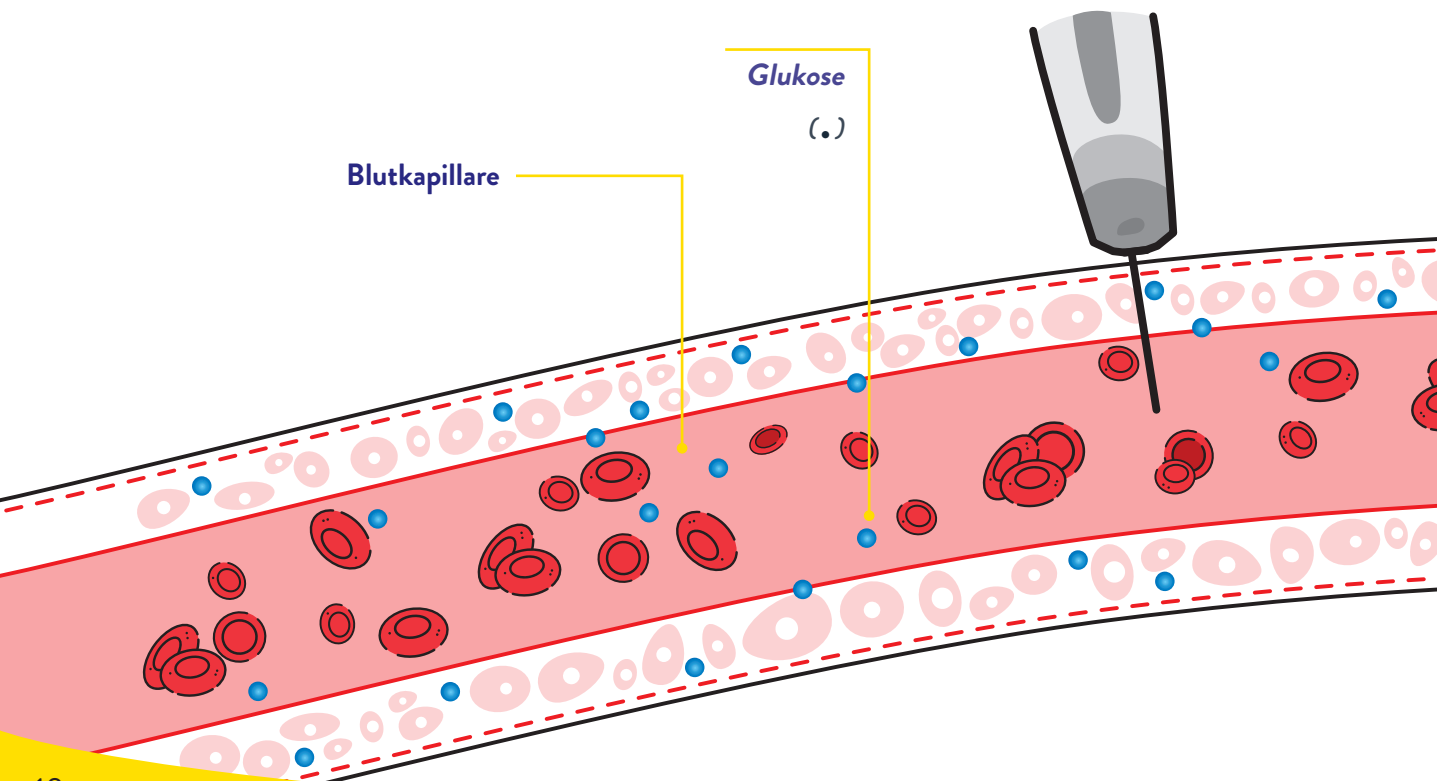
**Denken Sie daran, den neuen Sensor vor dem Schlafengehen anzubringen und zu aktivieren, damit sich Ihr Körper während des Schlafs an den Sensor gewöhnen kann.**

<sup>1</sup> NFC: Near Field Communication. Das Smartphone muss über die Bluetooth®- und Nahfeldkommunikationsfunktion (NFC) verfügen. Diese müssen aktiviert werden und die Anwendung muss im Hintergrund ausgeführt werden.



# Glukosemessung mit Sensor – einfach erklärt

Der Unterschied zwischen der klassischen Selbstkontrolle der Glukosewerte und dem FreeStyle Libre System.





Es ist völlig normal, dass Ihr Glukoseswert in bestimmten Situationen abweicht, denn Zucker gelangt etwas später in die Gewebeflüssigkeit als ins Blut. Glukose gelangt zuerst ins Blut und wird dann von der Gewebeflüssigkeit aufgenommen.



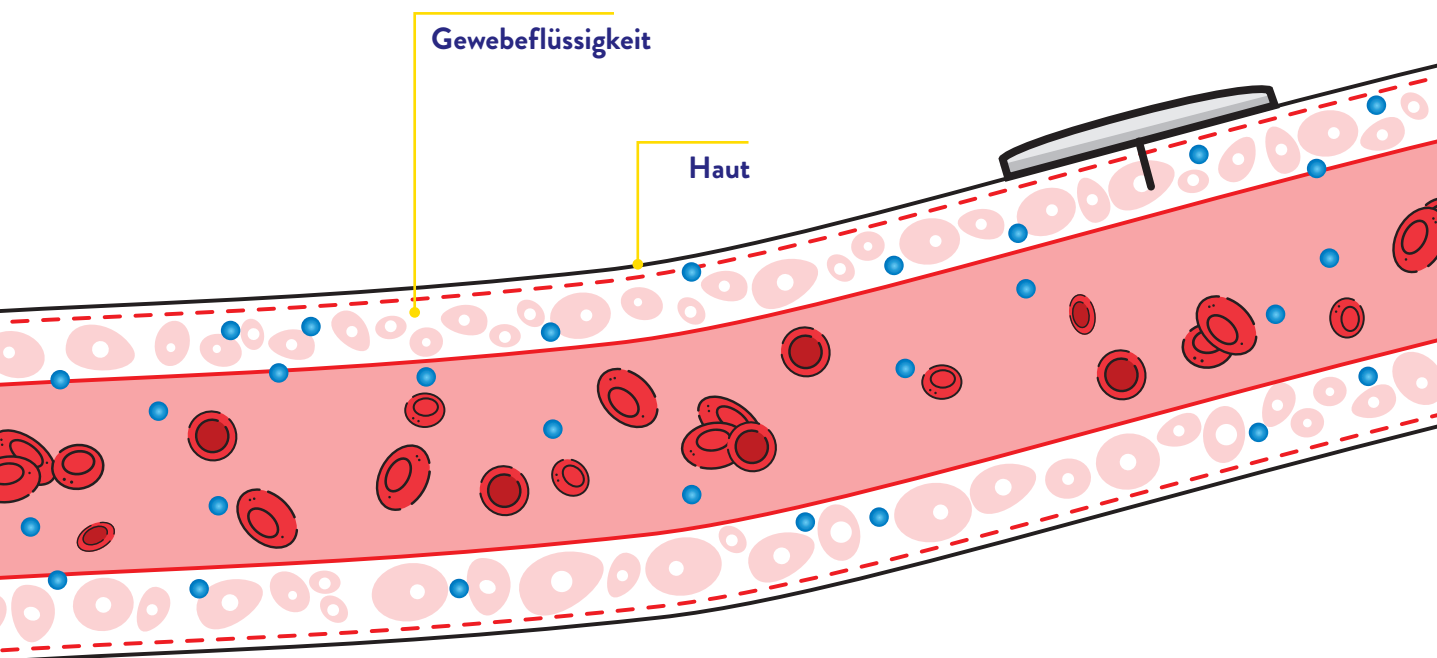
### Klassische Selbstkontrolle des Blutzuckerspiegels

Die klassische Blutzuckermessung liefert Daten zum Glukosespiegel in Ihrem Blut.



### Das FreeStyle Libre System

Das FreeStyle Libre System misst den Glukosewert in der Gewebeflüssigkeit (auch interstitielle Flüssigkeit genannt), die sich zwischen den Zellen unter der Haut befindet, und nicht im Blut. Zwischen diesen beiden Werten besteht häufig ein Unterschied.



Fingerstiche sind nur dann notwendig, wenn Ihre Glukosewerte oder die Alarme nicht den Symptomen und Erwartungen entsprechen.

# Glukosemessung mit Sensor – einfach erklärt

Der Unterschied zwischen der klassischen Selbstkontrolle der Glukosewerte und dem FreeStyle Libre System.



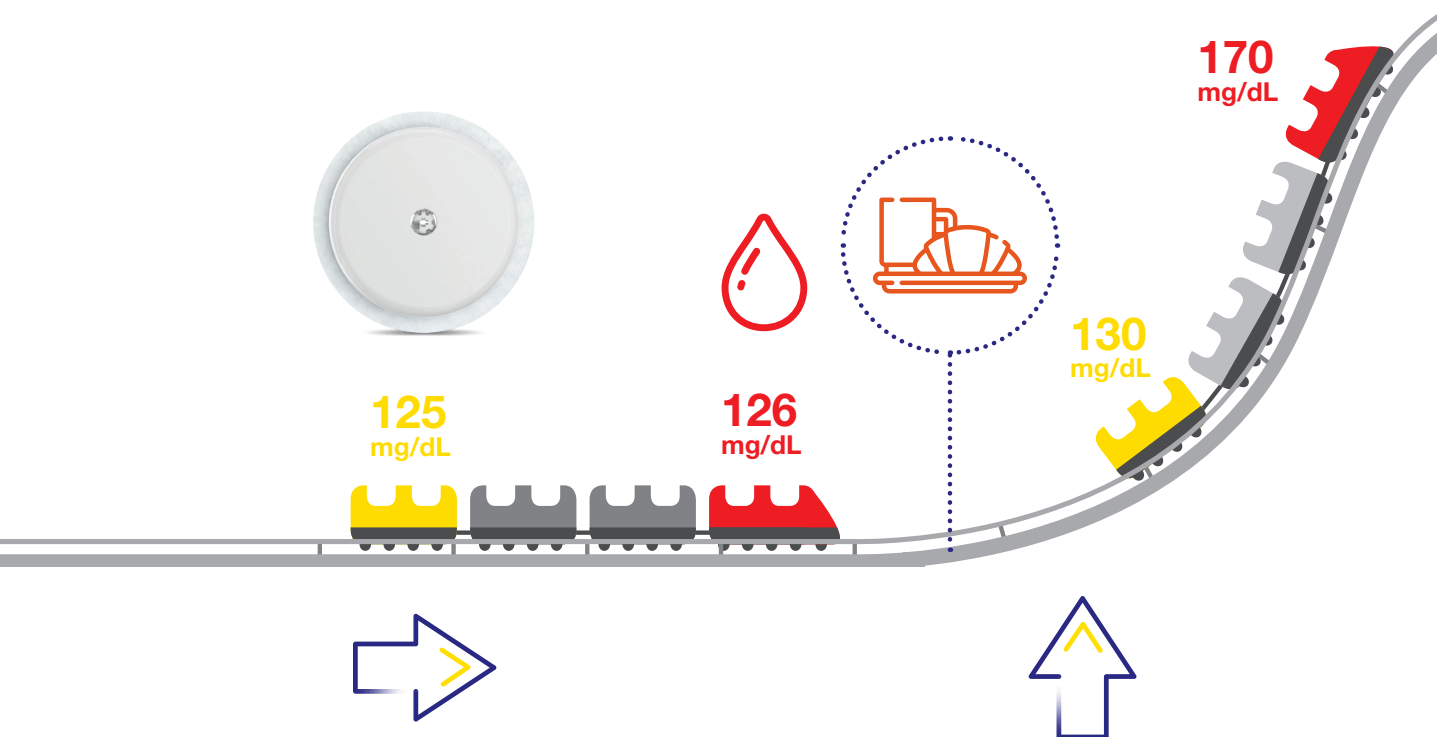
Blutzucker



Glukose laut Sensor = Glukose in der interstitiellen Flüssigkeit



Zuckerspiegel

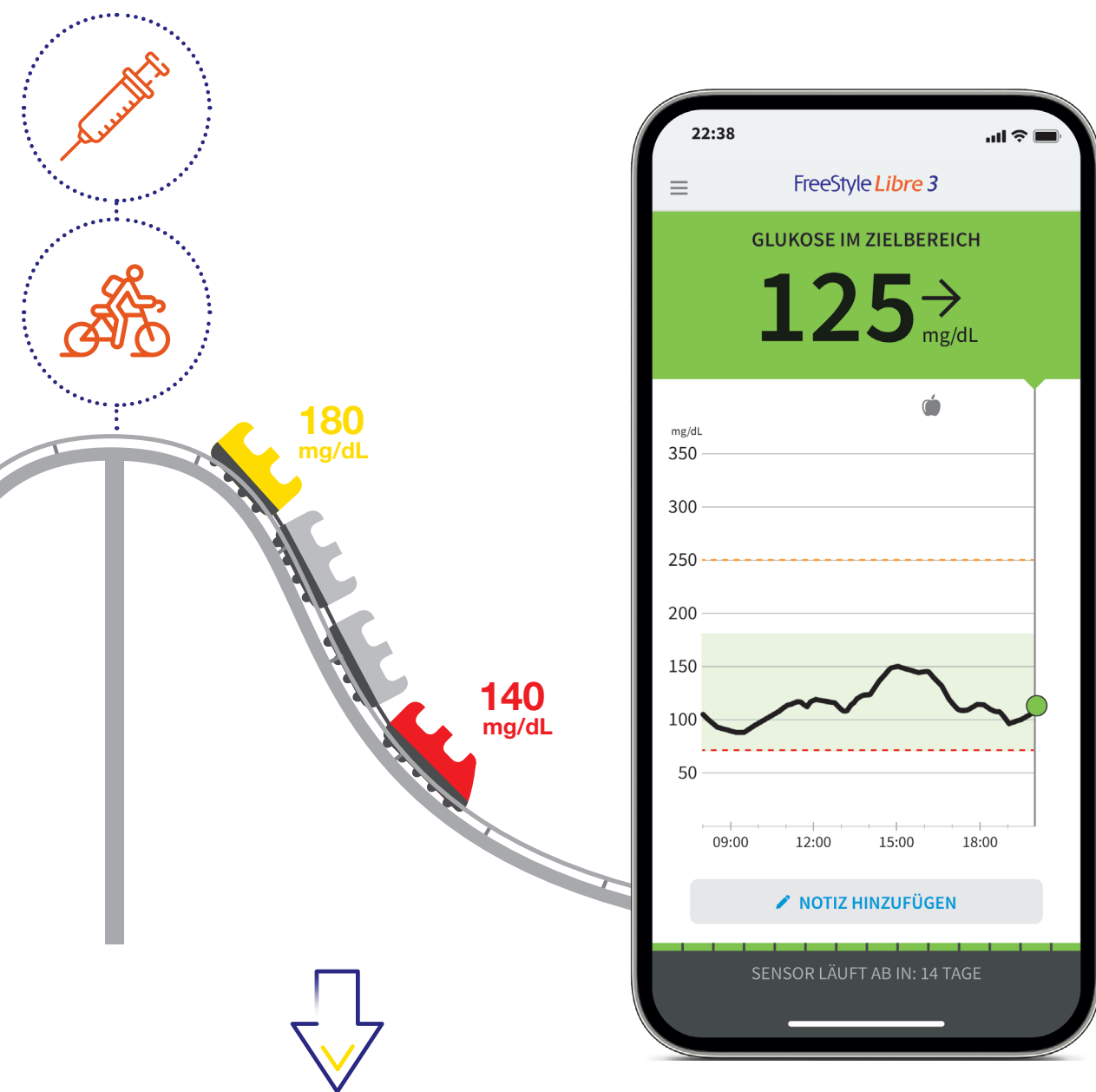


## Stabile Glukosewerte.

Bei geringen Schwankungen des Glukosespiegels liegen die Blutzuckermessungen und die Glukosewerte des Sensors sehr nahe beieinander, obwohl sie selten gleich sind.

## Bei einem schnellen Anstieg des Glukosespiegels

kann der Glukosewert des Sensors niedriger sein als der Blutglukosewert.



### Bei einer schnellen Abnahme des Glukosespiegels

kann der Glukosewert des Sensors höher sein als der Blutglukosewert.



Der Glukosewert in der Gewebeflüssigkeit spiegelt den Glukosespiegel im Blut mit einer Verzögerung von etwa 10 Minuten wider.

**Let'sTalk**  
**Diabetes**



# Ihr Podcast zum Thema Diabetes

[www.letstalkdiabetes.be](http://www.letstalkdiabetes.be)



Unterstützt von:



**d**diabetes  
**liga**

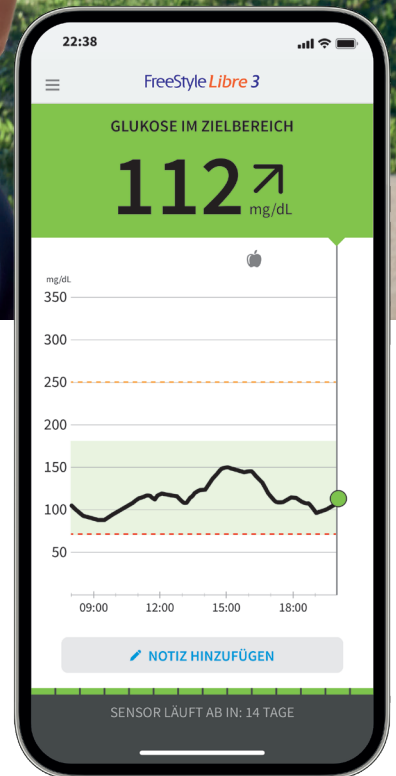


Erhältlich auf:

Eine Initiative von:

**a**  
**Abbott**





Eine Veränderung des Glukosewerts, egal ob Anstieg oder Abfall, ist daher immer zuerst im Blut messbar, weil sich der Glukosewert im Blut früher verändert als der Glukosewert in der Gewebeflüssigkeit.

**Einen deutlicheren Unterschied zwischen den Werten gibt es nach dem Essen und nach einer Insulininjektion.**

Auf myFreeStyle.be oder myFreeStyle.lu finden Sie ein Erklärvideo, um den Unterschied zwischen Glukosewert im Blut und Glukosewert in der Gewebeflüssigkeit besser zu verstehen.

*Die hier verlinkten Zielseiten sind nur auf Französisch verfügbar*



# Anwendung des FreeStyle Libre 3 Plus

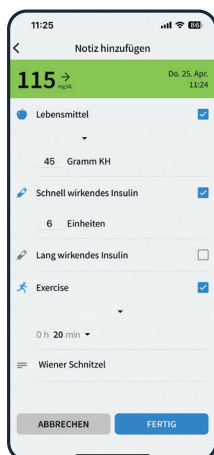
Mit der FreeStyle Libre 3 App<sup>1,2</sup> sehen Sie auf einen Blick die folgenden 3 Informationen:

## Ihren aktuellen Glukosewert

## Den Verlauf Ihrer Glukosewerte der letzten 12 Stunden

## Der Glukose-Zielbereich

ist standardmäßig auf 70-180 mg/dl eingestellt und kann individuell angepasst werden.



## Fügen Sie Notizen zu Ihren Werten hinzu

Je nach Ihren Werten haben Sie die Möglichkeit, den Kontext Ihrer Glukosewerte präziser anzugeben, um aussagekräftige Berichte zu erhalten. Zum Beispiel: verzehrte Kohlenhydrate, verabreichtes Insulin (schnell oder langsam wirkendes Insulin), körperliche Aktivität/Sport, Medikamente usw.

## Farbcodes<sup>2</sup> für Ihre Glukosewerte:

### GRÜN

Ihr Glukosewert befindet sich  
im **eingestellten Zielbereich**.

### GELB

Ihr Glukosewert befindet sich  
**außerhalb des eingestellten Zielbereichs**,  
liegt aber zwischen 70 und 240 mg/dL.

### ORANGE

Ihr Glukosewert  
**ist sehr hoch**  
(> 240 mg/dl).

### ROT

Ihr Glukosewert ist **niedrig**.  
(< 70 mg/dl).

## Der Trendpfeil, der anzeigt, wie sich Ihr Glukosespiegel entwickelt

Glukose-Trendpfeil	Bedeutung
↑	Ihr Glukosewert <b>steigt schnell</b> : mehr als 2 mg/dl pro Minute
↗	Ihr Glukosewert <b>steigt</b> um 1 bis 2 mg/dl pro Minute
→	Ihr Glukosewert <b>verändert sich langsam</b> : weniger als 1 mg/dl pro Minute
↘	Ihr Glukosewert <b>sinkt</b> um 1 bis 2 mg/dl pro Minute
↓	Ihr Glukosewert <b>sinkt schnell</b> : mehr als 2 mg/dl pro Minute

1. Die Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme sind nur mit bestimmten mobilen Geräten und Betriebssystemen kompatibel. Bitte besuchen Sie unsere Website [myFreeStyle.be](https://myFreeStyle.be) (aus Belgien) oder [myFreeStyle.lu](https://myFreeStyle.lu) (aus Luxemburg), um weitere Informationen zur Gerätekompatibilität zu erhalten, bevor Sie die Anwendungen verwenden. Die Nutzung der Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme kann eine Registrierung bei LibreView erfordern. 2. Farbcodes sind nur für die FreeStyle Libre Apps verfügbar.

# Der Alltag mit dem FreeStyle Libre System

FreeStyle Libre – das ist mehr, als nur die Fingerkuppe zu schonen!

## Was sind die Vorteile?



**Der kleinste, dünnste und unauffälligste Sensor der Welt<sup>1</sup>.**



### Praktisch

Ihr Glukosespiegel auf einen Blick.



### Glukosemessung in Echtzeit

Minütliche Aktualisierung.



### Ein beruhigendes Gefühl

Hohe und niedrige Glukosewerte (Überzuckerung und Unterzuckerung) werden leicht erkannt, auch in der Nacht.



### Einfach und diskret zu tragen

Dünnere als zwei aufeinandergestapelte 5-Cent-Münzen.



### Frühzeitige Warnung vor Unterzuckerung und Überzuckerung mit optionalen Alarmen.

Die Alarme müssen aktiviert werden, um bei Unterzuckerung und Überzuckerung benachrichtigt zu werden.



### Wasserfest<sup>2</sup>

30 Minuten lang und bis zu einer Tiefe von einem Meter.



### Klinisch geprüft

Trägt dazu bei, den HbA1c<sup>3</sup> zu senken, die Zeit im Zielbereich zu verlängern<sup>4</sup> und die Zahl der Unterzuckerungen<sup>5</sup> zu verringern, was das Risiko für medizinische Komplikationen senken kann.



## Pflege des Sensors

Achten Sie in bestimmten Situationen darauf, dass sich der Sensor nicht ablöst:



### Geeignete Kleidung tragen

Tragen Sie weite, leichte Kleidung. Achten Sie darauf, dass Ihre Kleidung beim An- und Ausziehen nicht am Sensor hängenbleibt.



### Vorsichtig abtrocknen

Nach dem Duschen oder Schwimmen<sup>2</sup> sollten Sie besonders darauf achten, dass das Handtuch nicht am Sensor hängenbleibt.



### Vorsicht im Alltag

Achten Sie darauf, dass Ihr Sensor nicht an Alltagsgegenständen, wie Türrahmen, Autotüren, Sicherheitsgurten, Trägern, Taschenriemen usw. hängenbleibt.

## Vorsichtsmaßnahmen bei der Anwendung<sup>6</sup>



### Reisen

Wenn Sie eine Flugreise planen, laden Sie zuvor auf myFreeStyle.be oder myFreeStyle.lu das ärztliche Zertifikat für das System FreeStyle Libre herunter und lassen Sie es von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt ausfüllen.



### Nicht berühren

Vermeiden Sie es, am Sensor zu ziehen, zu drücken oder zu spielen, während Sie ihn tragen.



### Die Gefahr des Hängenbleibens minimieren

Kleben Sie bei Kontaktsportarten ein Pflaster über den Sensor, um ihn an Ort und Stelle zu halten. Wenn sich der Sensor durch starkes Schwitzen zu lösen beginnt, können Sie einen speziellen Hautkleber verwenden.



### Temperatur

Das FreeStyle Libre 3 Lesegerät muss bei Temperaturen zwischen 10 °C und 45 °C verwendet werden. Wenn der Sensor zu heiß oder zu kalt wird, erscheint eine Meldung, Ihren Glukosewert einige Minuten später zu messen.



Sehen Sie sich Videos mit Erfahrungsberichten von Patient:innen und Angehörigen auf myFreeStyle.be oder myFreeStyle.lu an.

*Die hier verlinkten Zielseiten sind nur auf Französisch verfügbar*

1. Unter den von den Patient:innen angebrachten Sensoren. Daten liegen vor, Abbott Diabetes Care 2. Der Sensor ist in bis zu 1 m Wassertiefe für die Dauer von bis zu 30 Minuten wasserfest. Nicht in Höhen über 3048 Meter verwenden. Nicht in Höhen über 3048 Meter verwenden. 3. Yaron, M. Diabetes Care (2019): <https://doi.org/10.2337/dc18-0166>. 4. Leelarathna, L. N Engl J Med. (2022): DOI: 10.1056/NEJMoa2205650. 5. Haak, T. Diabetes Ther (2017): <https://doi.org/10.1007/s13300-016-0223-6>. 6. Weitere Informationen zum System finden Sie in Ihrer Bedienungsanleitung.

# Ihre Berichte ansehen

In der App, im Hauptmenü:

Sie finden hier 7 kurze Berichte, mit denen Sie:



## TENDENZEN ERKENNEN

Ihre Glukoseverläufe  
schneller überblicken.



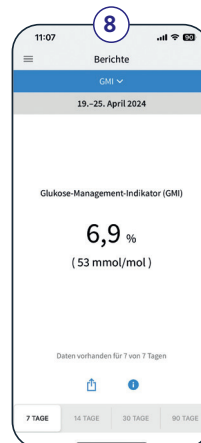
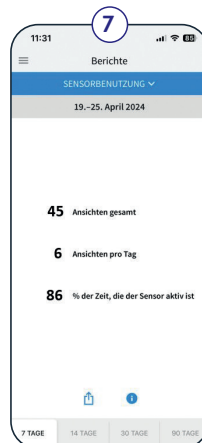
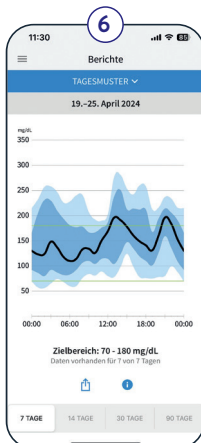
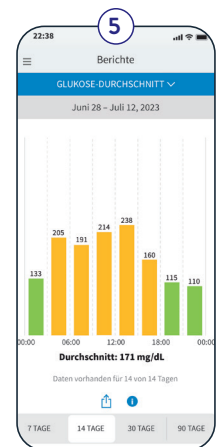
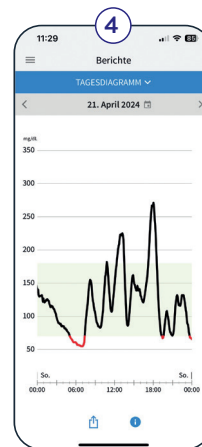
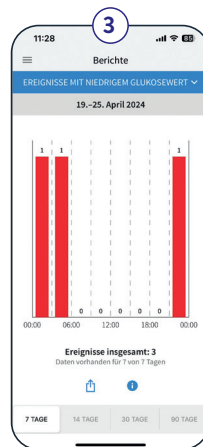
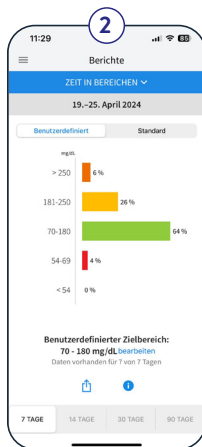
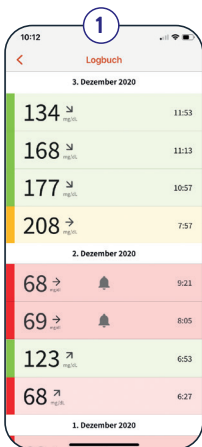
## GESPRÄCHSPUNKTE IDENTIFIZIEREN

Was Sie mit Ihrer Ärztin oder  
Ihrem Arzt besprechen sollten.



## FORTSCHRITTE VERFOLGEN

Sehen Sie in Echtzeit,  
welche Fortschritte Sie  
machen..



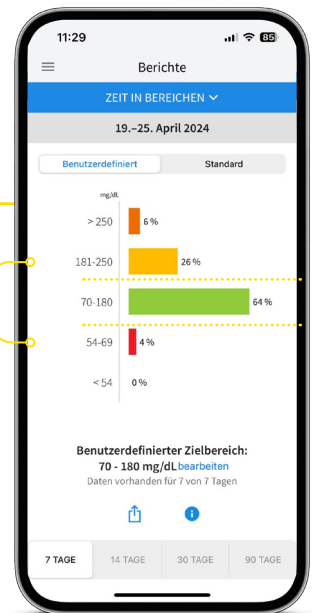
1. Logbuch
2. Zeit in Bereichen
3. Ereignisse mit niedrigem Glukosewert
4. Tagesdiagramm
5. Glukosedurchschnitt
6. Tagesmuster
7. Sensorbenutzung
8. GMI (Indikator für die Kontrolle der Glukosewerte, Glukose Monitoring Indicator)

## Mehr Zeit im Zielbereich verbringen

Zeit im Zielbereich



**EMPFEHLUNG:** Der Wert sollte sich 70% der Zeit im Zielbereich befinden.



## Ein typischer Tag mit dem FreeStyle Libre<sup>1</sup>

*Ich kontrolliere meine Glukosewerte:*



Sie müssen Ihren Glukosewert unbedingt regelmäßig im Laufe des Tages kontrollieren, insbesondere in Situationen, die den Wert beeinflussen, wie Mahlzeiten und Sport, oder wenn Sie Anzeichen einer Unter- oder Überzuckerung bemerken.

<sup>1</sup>. Dies ist ein typisches Beispiel für einen typischen Tagesablauf mit dem FreeStyle Libre. Kontrollieren Sie Ihre Glukosewerte so oft, wie Sie es mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt vereinbart haben.



# Optionale Alarme aktivieren



## DIE ALARME

Ein Alarm wird ausgelöst, wenn Ihr **Glukosewert** im Vergleich zu den festgelegten Grenzwerten **zu niedrig** oder **zu hoch** ist oder wenn **das Signal verloren geht**.



## ABLESEN

Mit Ihrer **FreeStyle Libre 3** App können Sie Ihren Glukosewert auf dem Display sehen. Tippen Sie auf die Alarmbenachrichtigung, um sie zu öffnen und wieder zu löschen.



## HANDELN

Basierend auf den erhaltenen **Informationen** und den Trendpfeilen können Sie entsprechend den Empfehlungen Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes reagieren.



## Wann wird ein Alarm ausgelöst?

### Wenn Ihr Glukosewert zu niedrig ist

Je nach eingestelltem Grenzwert:  
zwischen 60 und 100 mg/dL.



### Wenn Ihr Glukosewert zu hoch ist

Je nach eingestelltem  
Grenzwert: zwischen 120 und 400 mg/dL.



### Wenn das Signal verloren geht

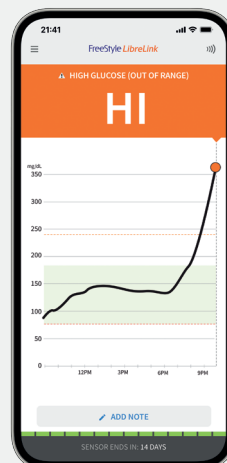
Wenn Ihr Smartphone länger als  
**20 Minuten** mehr als **10 m** vom  
Sensor entfernt ist.



Die Alarmer sind standardmäßig deaktiviert.



**LO = < 40 mg/dL**

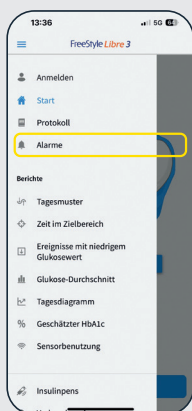


**HI = > 500 mg/dL**

# Optionale Alarmer aktivieren

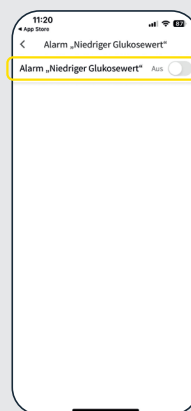
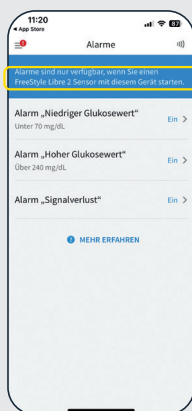
1

Klicken Sie im Hauptmenü auf Alarmer.<sup>1</sup>



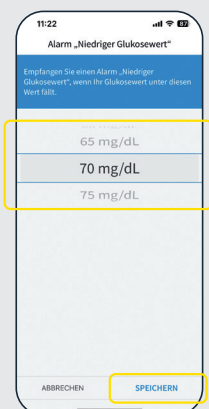
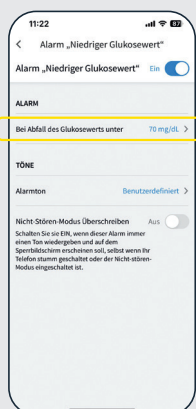
2

Klicken Sie auf Alarm „Niedriger Glukosewert“ und aktivieren Sie den Alarm.



3

Wählen Sie aus der Liste den **Glukosewert**, bei dem die **Alarmgrenze** für niedrige Werte liegen soll.<sup>2</sup>



4

Aktivieren Sie die Funktion **Nicht-stören-Modus überschreiben**, damit Sie Ihre Alarmer auch im Ruhemodus erhalten.



5

Aktivieren Sie auch den Alarmwert für hohe Glukosewerte, indem Sie Alarm „Hoher Glukosewert“ auswählen und die gleichen Schritte wiederholen.<sup>3</sup>



**Der Alarm bei Verlust des Signals wird automatisch aktiviert, sobald mindestens ein Glukose-Alarm aktiviert ist.**

1. Weitere Informationen finden Sie in der Gebrauchsanweisung für die FreeStyle Libre 3 App auf myFreeStyle.be von Belgien aus oder myFreeStyle.lu von Luxemburg aus. 2. 70 mg/dl ist der Standardwert für den niedrigen Glukosewert, der Wert kann aber zwischen 60 mg/dl und 100 mg/dl eingestellt werden. 3. 240 mg/dl ist der Standardwert für den hohen Glukosewert, der Wert kann aber zwischen 120 mg/dl und 400 mg/dl eingestellt werden.

# FreeStyle Libre 3 Plus & mylife™ YpsoPump®



Verwenden Sie den FreeStyle Libre 3 Plus Sensor zur kontinuierlichen Glukosemessung zusammen mit der YpsoPump® für eine automatisierte Insulinabgabe und ein leichteres Diabetesmanagement.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website [myFreeStyle.be](https://myFreeStyle.be). Sprechen Sie darüber auch mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin.



# Sensorwechsel nach 15 Tagen

Ihre FreeStyle Libre 3 App zeigt an, wann es Zeit ist, den Sensor zu entfernen und zu ersetzen.



**Ziehen Sie am Kleberand, der den Sensor an Ihrer Haut fixiert.**

**Lösen Sie ihn langsam mit einer gleichmäßigen Bewegung ab.**



Dieses Produkt muss gemäß den geltenden lokalen Vorschriften für elektronische Geräte, Batterien, spitze Gegenstände und Materialien, die möglicherweise Körperflüssigkeiten ausgesetzt sind, entsorgt werden.



- Sie können ein mit Babyöl (z. B. Mandelöl) getränktes Wattepad rund um den Sensor verwenden, damit er sich leichter entfernen lässt. Die auf der Haut verbliebenen Klebstoffreste können mit warmem Seifenwasser oder mit einem Lösungsmittel (z. B. Isopropylalkohol oder Äther) entfernt werden.
- Cremen Sie Ihre Haut nach dem Entfernen des Sensors mit Feuchtigkeitscreme ein.





Auf [myFreeStyle.be](https://myFreeStyle.be) oder [myFreeStyle.lu](https://myFreeStyle.lu) finden Sie Erklärvideos für die ersten Schritte mit dem Sensor sowie zum Anbringen und Entfernen des FreeStyle Libre 2-sensors.

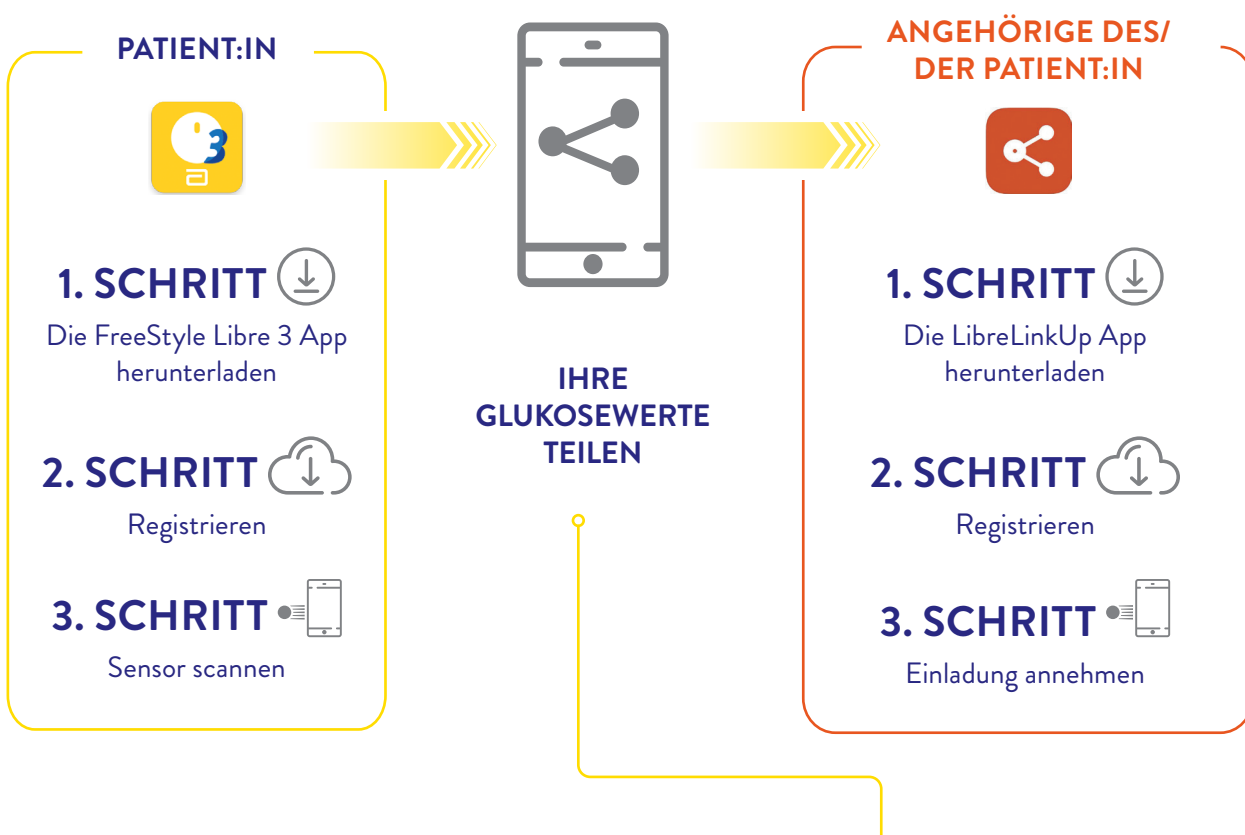
*Die hier verlinkten Zielseiten sind nur auf Französisch verfügbar*

# Die LibreLinkUp App<sup>1</sup>



Die LibreLinkUp App ist eine mobile App, mit der Eltern, Pflege- und Betreuungspersonen Glukosewerte und optionale Alarmer<sup>2</sup> von einem Angehörigen sehen können, der die FreeStyle Libre 3 App verwendet.

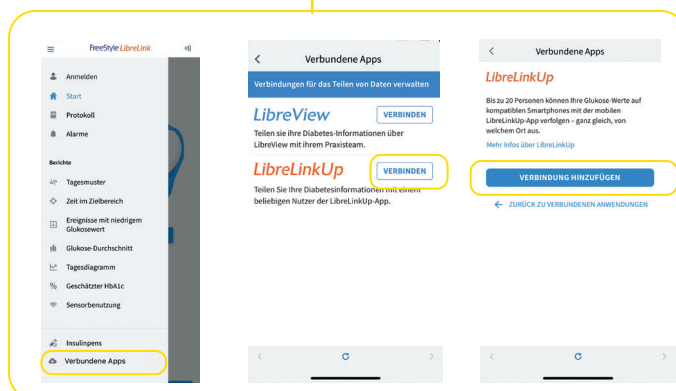
**In 3 einfachen Schritten können Sie automatisch Werte und Alarmer mit Ihren Angehörigen teilen**

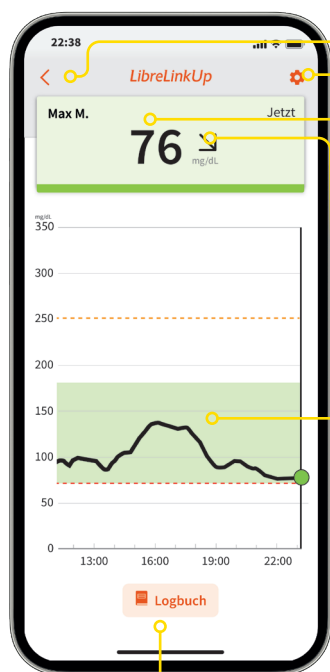


**Der/Die Angehörige oder die Pflegeperson erhält kontinuierlich die Glukosewerte vom/von der Benutzer:in der FreeStyle Libre 3 App.**



**Sie können Ihre Werte mit bis zu 20 Personen teilen.**





### Menü [≡]

Verwalten Sie die Kontakte, mit denen Sie Glukosewerte teilen, und passen Sie Ihre Einstellungen an.

### Benachrichtigungen aktivieren [⚙️]

Sie können Benachrichtigungen für niedrige und hohe Glukosewerte des/der Benutzer:in aktivieren.

### Aktueller Glukosewert

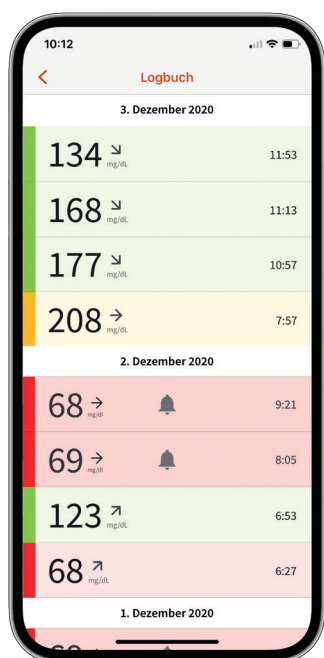
Die farbige Anzeige zeigt, ob der Wert hoch, niedrig, im Zielbereich oder außerhalb liegt.

### Ein Glukose-Trendpfeil<sup>3</sup>

Zeigt die Richtung (steigend, fallend oder stabil) und das Ausmaß der Veränderung des Glukosewerts.

### Diagramm der Glukosewerte der letzten 12 Stunden

Sie sehen, wie Mahlzeiten, Sport und Insulin die Glukosewerte beeinflussen, Tag und Nacht.



### Logbuch

Sehen Sie sich die zuletzt gemessenen Glukosewerte des Benutzers/der Benutzerin an.



Scannen Sie den QR-Code, um die LibreLinkUp App auf Ihr Smartphone herunterzuladen.

1. Die LibreLinkUp App ist nur mit bestimmten mobilen Geräten und Betriebssystemen kompatibel. Bitte besuchen Sie die Website [www.LibreLinkUp.com](http://www.LibreLinkUp.com) für weitere Informationen zur Kompatibilität der Geräte, bevor Sie die Anwendung benutzen. Für die Nutzung von LibreLinkUp ist eine Registrierung bei LibreView erforderlich. Die mobile App LibreLinkUp ist nicht als primäres Gerät zur Glukoseüberwachung gedacht. Nutzer:innen sollten sich auf ihr Hauptgerät zur Messung verlassen und bei medizinischen Entscheidungen oder Therapieanpassungen immer eine Ärztin oder einen Arzt konsultieren – insbesondere, wenn diese auf Informationen aus der App basieren. 2. Benutzer:innen von LibreLinkUp und FreeStyle Libre 3 müssen die Alarmer in ihren jeweiligen App aktivieren und mit dem Internet verbunden sein, damit der/die Angehörige(n) die Glukosealarmer erhält/erhalten, die der/die Patient:in mit ihm/ihnen geteilt hat. 3. Der Trendpfeil des Glukosespiegels erscheint möglicherweise nicht immer mit Ihrem Ergebnis.

# Die LibreView Plattform<sup>1</sup>



## Warum und wie kann ich meine Daten mit meiner Ärztin oder meinem Arzt teilen?

Wenn Sie Ihre Daten freigeben, kann Ihr Arzt bzw. Ihre Ärzte Ihre Glukosewerte online einsehen und Sie bei der Behandlung Ihres Diabetes besser unterstützen. Es gibt zwei Möglichkeiten, wie Sie Ihre Werte mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt teilen können.

### MÖGLICHKEIT 1:

**Ihre Ärztin oder Ihr Arzt gibt Ihnen die ID ihrer/seiner „virtuellen Praxis“ auf LibreView.**

#### 1. SCHRITT

Erstellen Sie ein LibreView-Konto, gehen Sie im Menü zu „Kontoeinstellungen“ (oben rechts).

#### 2. SCHRITT

Wählen Sie die Registerkarte „Meine Praxen“ aus und geben Sie dann die Praxis-ID Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes ein.



**In der FreeStyle Libre 3 App können Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt auch direkt einladen. Gehen Sie im Hauptmenü zu „Verbundene Apps“. Folgen Sie den Anweisungen.**



## MÖGLICHKEIT 2:

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt lädt Sie in ihre/seine  
„virtuelle LibreView-Praxis“ ein.

## 1. SCHRITT

Sie erhalten per E-Mail eine Einladung von Ihrer  
Ärztin oder Ihrem Arzt.

## 2. SCHRITT


Klicken Sie auf den Link und erstellen Sie  
Ihr LibreView-Konto.

Folgen Sie den Anweisungen Schritt für Schritt.



Wenn Sie die FreeStyle Libre 3 App verwenden, haben Sie vielleicht bereits ein LibreView-Konto eingerichtet. Bitte geben Sie dieselbe E-Mail-Adresse und dasselbe Passwort ein, das Sie mit Ihrer App verwenden.

## Berichte anzeigen und herunterladen

- 1 Melden Sie sich bei LibreView mit demselben Benutzernamen und demselben Passwort an, die Sie bei Ihrer FreeStyle Libre 3 App verwenden.
- 2 Klicken Sie auf das Symbol .
- 3 Klicken Sie auf „Glukoseberichte“, um Ihre Berichte anzuzeigen.

Rufen Sie das Video über den QR-Code ab.

*Die hier verlinkten Zielseiten sind nur auf Französisch verfügbar*



Egal ob in Ihrer FreeStyle Libre 3 App oder auf der Website [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com), wir empfehlen, ein Konto einzurichten, um Ihre Glukosewerte mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt (über LibreView) oder Angehörigen (über LibreLinkUp) zu teilen.

1. Die LibreView-Website ist nur mit bestimmten Betriebssystemen und Browsern kompatibel. Weitere Informationen finden Sie auf [www.LibreView.com](http://www.LibreView.com). Die LibreView-Datenverwaltungssoftware ist ein Tool für Patient\*innen und medizinisches Fachpersonal. Sie unterstützt bei der Überprüfung und der Auswertung von Glukosewerten und kann die Bewertung vergangener Messwerte erleichtern. Ziel ist es, die Glukosewerte besser zu verstehen und so eine effektivere Diabetesbehandlung zu ermöglichen. Die LibreView Software ist jedoch nicht als Ersatz für therapeutische Entscheidungen oder die Beratung durch medizinisches Fachpersonal zu verstehen.

# Das FreeStyle Libre 3 Lesegerät verwenden

Einige zu beachtende Hinweise,  
wenn Sie das FreeStyle Libre 3 Lesegerät verwenden.



**Das FreeStyle Libre 3 Lesegerät kann nicht gleichzeitig mit der FreeStyle Libre 3 App verwendet werden. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.**



- Bereiten Sie Ihre Haut vor und bringen Sie den Sensor an. (S. 6-7)



- Drücken Sie die Starttaste, um das FreeStyle Libre 3 Lesegerät einzuschalten.



- Tippen Sie auf „Neuen Sensor starten“.



- Halten Sie das Lesegerät weniger als 4 cm vom Sensor entfernt.
- Wenn Ton und/oder Vibration aktiviert sind, ertönt auf dem Lesegerät nach Erkennung des Sensors ein Piepton und/oder es vibriert.



- Der Sensor ist 1 Stunde nach der Aktivierung bereit, Ihre Glukosewerte zu messen.
- **Es ist nur ein Scan nötig – und zwar zur Aktivierung des Sensors.**

## Optionale Alarmer aktivieren



Die Alarmer sind standardmäßig deaktiviert. Damit Sie Alarmerbenachrichtigungen erhalten, müssen Sie diese aktivieren (EIN) und darauf achten, dass Ihr Lesegerät in der Nähe ist, also weniger als 10 Meter entfernt und ohne Hindernisse dazwischen.

**1**

Gehen Sie zu den **Einstellungen**.

**2**

Wählen Sie **Alarmer** und anschließend **Alarmerinst. ändern**.

**3**

Wählen Sie den Alarmer aus, den Sie einstellen möchten. **Aktivieren** Sie den Alarmer.

**4**

Mit den Pfeilen können Sie Grenzwerte für die **Glukosewerte** festlegen. Wenn Ihr Wert unter oder über dem eingestellten Grenzwert liegt, wird der Alarmer ausgelöst.

**5**

Rufen Sie Ihre **Alarmerinstellungen** auf. Der Alarmer bei **Signalverlust** ist automatisch aktiviert.

**6**

Wählen Sie **Töne** und/oder **Vibration**.

- **70 mg/dL ist der standardmäßig eingestellte niedrige Glukosewert**, er kann jedoch zwischen 60 mg/dl und 100 mg/dl eingestellt werden.
- **250 mg/dL ist der standardmäßig eingestellte hohe Glukosewert**, er kann jedoch zwischen 120 mg/dl und 400 mg/dl eingestellt werden.

## Berichte mit dem Lesegerät herunterladen



- 1**

Schließen Sie Ihr Lesegerät an einen USB-Anschluss Ihres Computers an.

**3**

Klicken Sie auf „Hier drücken, um Patientendaten hochzuladen“ und befolgen Sie die einzelnen Schritte.

**2**

Klicken Sie auf das Symbol

**4**

Klicken Sie auf „Glukoseberichte“, um Ihre Berichte anzuzeigen



Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin kann die Glukosewerte ansehen, sobald Sie diese hochgeladen haben. Sie können sie auch per E-Mail versenden oder ausdrucken, um sie zu Ihrem nächsten Termin mitzubringen.

# Signalverlust beheben

Sie erhalten den Alarm „Signalverlust“

## Erste Vorgehensweise



- Tippen Sie auf die Schaltfläche „Alarm abstellen“ ①  
Ihre Glukosewerte erscheinen nicht mehr auf dem Display stattdessen wird „Signalverlust“ angezeigt.
- Drücken Sie kurz auf die gelbe Taste ③ und tippen Sie dann auf „Glukosewert anzeigen“. ④
- Warten Sie einen Moment; das Signal wird wiederhergestellt und die Glukosewerte werden angezeigt. ⑤
- Wenn nötig, wiederholen Sie diesen Vorgang mehrmals hintereinander.

## Zweite Vorgehensweise



- Tippen Sie auf die Schaltfläche „Alarm abstellen“. ①  
Ihre Glukosewerte erscheinen nicht auf dem Display und Sie sehen: Signalverlust.
- Halten Sie die gelbe Taste ③ gedrückt, bis sich das Lesegerät ausschaltet.
- Starten Sie das Lesegerät erneut, indem Sie die gelbe Taste drücken. Tippen Sie auf „Glukose anzeigen“. ④
- Warten Sie einen Moment; das Signal wird wiederhergestellt und die Glukosewerte werden angezeigt. ⑤
- Wenn nötig, wiederholen Sie diesen Vorgang mehrmals hintereinander.

Wenn Sie nach mehreren Versuchen das Signal nicht wiederherstellen können, wenden Sie sich bitte an den Kundenservice.



**Wir empfehlen Ihnen, Ihr FreeStyle Libre Lesegerät alle 2 bis 3 Tage aufzuladen und regelmäßig zu überprüfen, ob es genügend Akkuleistung hat, um Ihre Glukosewerte kontinuierlich abrufen zu können und die Alarmer für Glukosewert und Signalverlust zu empfangen, sofern diese aktiviert sind.**



# Sie haben eine Frage oder benötigen Hilfe?

KUNDENSERVICE

Besuchen Sie unsere e-Learning-Plattform  
auf [myFreeStyle.be](https://myFreeStyle.be)



Rufen Sie unseren technischen Support an:<sup>1</sup>

An Werktagen von 8:30 bis 17:00 Uhr.

**BE** 0800 167 72

**LU** 8002 54 87

Sie können Ihre **Anfrage zum Ersatz** eines defekten Sensors **jeden Tag rund um die Uhr über unser Online-Formular einsenden** (bislang nur für Belgien verfügbar).  
Scannen Sie den QR-Code:



**Damit wir Ihnen schnell helfen können, bereiten Sie bitte diese Informationen vor:**

- Klare Beschreibung der Anfrage / Beanstandung zum Produkt
- Vor- und Nachname des Benutzers/der Benutzerin
- Postanschrift des Benutzers/der Benutzerin
- E-Mail-Adresse und Telefonnummer des Benutzers/der Benutzerin
- Name der Ärztin / des Arztes
- Wie lange der Sensor getragen wurde
- Evtl. Fehlercode
- Serien- und Chargennummer des Sensors
- Ggf. Seriennummer des Lesegeräts
- Ggf. Chargennr. der Precision Teststreifen



**Wenden Sie sich an den Kundenservice, bevor Sie Ihren Sensor entsorgen. Der Sensor muss für den Anruf aufbewahrt werden, damit er ggf. zur Analyse eingesendet werden kann.**

<sup>1</sup> Diese Rufnummern sind kostenlos. Wenn Sie aus dem Ausland anrufen, wählen Sie die +32 800 167 72.

# Ihre Diabeteswerte - einfach im Blick.

Sie und Ihre Finger<sup>1</sup> werden sich fragen, wie Sie bisher ohne  
den FreeStyle Libre 3 Plus ausgekommen sind.



Klein, diskret<sup>2</sup> und leicht zu  
tragen<sup>2</sup>, bis zu 15 Tage lang.



Erfahren Sie, wie Ernährung,  
Sport und Ihre Behandlung  
Ihre Glukosewerte  
beeinflussen.



Genaue Glukosemessungen<sup>2</sup>  
in Echtzeit, mit einem kurzen  
Blick auf Ihr Smartphone<sup>3</sup>.



Das System hilft Menschen  
mit Diabetes, ihre Ziele besser  
zu erreichen<sup>4,5</sup>.



**1.** Fingerstiche sind notwendig, wenn die abgelesenen Werte und Alarmer nicht den Symptomen oder Erwartungen entsprechen. **2.** Alva, S. Diabetes Therapy (2023). <https://doi.org/10.1007/s1330002301385-6> **3.** Die Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme sind nur mit bestimmten mobilen Geräten und Betriebssystemen kompatibel. Bitte besuchen Sie unsere Website [myFreeStyle.be](https://myFreeStyle.be) (aus Belgien) oder [myFreeStyle.lu](https://myFreeStyle.lu) (aus Luxemburg), um weitere Informationen zur Gerätekompatibilität zu erhalten, bevor Sie die Anwendungen verwenden. Die Nutzung der Anwendungen der FreeStyle Libre Systeme kann eine Registrierung bei LibreView erfordern **4.** Bolinder, J. Lancet (2016): [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31535-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31535-5). **5.** Yaron, M. Diabetes Care (2019): <https://doi.org/10.2337/dc18-0166>.

In diesem Dokument sind die Daten und Bilder lediglich zu Illustrationszwecken simuliert. Es handelt sich weder um echte Daten noch um echte Patientinnen/Patienten oder Gesundheitsfachkräfte.

© 2025 Abbott. Das Sensorgehäuse, FreeStyle, Libre, und die zugehörigen Handelsmarken sind eingetragene Marken von Abbott. Andere Marken sind das Eigentum ihrer jeweiligen Inhaber. iPhone und App Store sind Marken von Apple Inc. Android und Google Play sind Handelsmarken von Google LLC. Die Marke und die Bluetooth® Logos sind eingetragene Warenzeichen der Bluetooth SIG, Inc. und jegliche Verwendung dieser Marken durch Abbott erfolgt unter Lizenz. mylife™ und YpsoPump® sind eingetragene Marken der Ypsomed AG. CamAPS ist eine eingetragene Marke von Camdiab Ltd. ADC-108198 v1.0