

FreeStyle
Libre 3



GUIDE D'UTILISATION & CONSEILS PRATIQUES

FreeStyle Libre 3

Votre diabète surveillé en toute simplicité
grâce à des mesures de taux de glucose
mises à jour toutes les minutes.

Le progrès continue.


Abbott

Le système FreeStyle Libre 3



Un système de surveillance du glucose **facile à appliquer, utiliser et remplacer**. Votre taux de glucose, **partout¹, tout le temps²**.

Découvrez le système FreeStyle Libre 3	4-5
Démarrez avec FreeStyle Libre 3	6-9
Comprendre la surveillance du glucose par capteur	10-15
Comprendre les résultats de glucose	16-17
Vivre avec un système Libre	18-19
Consultez vos rapports de glucose	20-21
Activer les alarmes optionnelles	22-25
Vos données de glucose, à votre poignet	26
Remplacez le capteur	27
L'application LibreLinkUp	28-29
La plateforme LibreView	30-31
Utiliser le lecteur FreeStyle Libre 3	32-34
Assistance	35

1. Le capteur est résistant à l'eau jusqu'à une profondeur de 1 mètre. Ne pas immerger plus de 30 minutes. Ne pas utiliser au-delà de 3048 mètres.
2. Une période de préchauffage de 60 minutes est requise lors de l'application du capteur.



Scannez avec votre smartphone pour télécharger l'application avant de commencer³.



Pensez à mettre vos apps à jour pour ne jamais manquer les nouvelles fonctionnalités et améliorations de nos produits.



Sélectionnez l'app de votre pays: BE pour les utilisateur(-trice)s belges et LU pour les utilisateur(-trice)s luxembourgeoi(se)s.

Lorsque vous démarrez l'app Libre, elle détecte automatiquement si votre téléphone est compatible, non testé ou non compatible.

3. L'application Libre est uniquement compatible avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre nécessite une inscription à LibreView.

Découvrez le système FreeStyle Libre 3

Un dispositif de mesure en continu du glucose, facile et pratique.



LE CAPTEUR FREESTYLE LIBRE 3 PLUS

- **Mesure automatiquement votre taux de glucose, chaque minute, jour et nuit.**
- Conçu pour rester sur l'arrière du haut du bras pendant un maximum de **15 jours**.
- **Ne nécessite pas de test de glycémie au bout du doigt.**^{1,2}
- Un applicateur **tout-en-un**.
- À partir de **2 ans**.

Pompes à insuline



t:slim X2™



Omnipod® 5



YpsoPump®

SOLUTIONS CONNECTÉES EN BOUCLE FERMÉE HYBRIDE³

- Avec le capteur FreeStyle Libre 3 Plus, ces systèmes d'administration automatisée d'insuline créent une expérience intégrée et simple⁴.
- Conçus pour prévenir les hypo- et hyperglycémies en ajustant automatiquement l'administration d'insuline en fonction des mesures du capteur FreeStyle Libre 3 Plus.
- **Si vous utilisez l'un de ces systèmes, n'activez pas votre capteur avec l'app Libre⁵: contactez votre professionnel(le) de la santé.**

¹. Des piqûres au doigt sont nécessaires si vos mesures et alarmes de glucose ne correspondent pas aux symptômes ou aux attentes. ². La calibration du système FreeStyle Libre est faite directement en usine. ³. Le capteur FreeStyle Libre 3 Plus est autorisé pour une utilisation avec le système d'administration automatisée d'insuline myLoop, y compris l'application CamAPS® FX et la pompe à insuline YpsoPump. Pour l'utilisation du capteur FreeStyle Libre 3 Plus avec myLoop, veuillez consulter les informations d'étiquetage fournies avec l'application CamAPS® FX. Le capteur FreeStyle Libre 3 Plus est autorisé à fonctionner avec le système d'administration automatisée d'insuline Omnipod® 5. Le Pod est illustré sans l'adhésif nécessaire. mylife® et YpsoPump® sont des marques déposées de Ypsomed AG. CamAPS® est une marque déposée de Camdiab Ltd. Omnipod est une marque déposée d'Insulet Corporation et est utilisée avec autorisation. Tandem Diabetes Care, les logos Tandem, t:slim X2 et l'application mobile Tandem t:slim sont des marques déposées ou des marques commerciales de Tandem Diabetes Care, Inc. aux États-Unis et/ou dans d'autres pays. ⁴. Basé sur les caractéristiques du capteur, y compris la période de port allant jusqu'à 15 jours, les mesures automatiques toutes les minutes, les données de précision et la configuration avec le système d'administration automatisée d'insuline (AID) via une seule application.



L'APPLICATION LIBRE⁵

- **Votre taux de glucose en un coup d'œil.**
- **Ajoutez des notes :** glucides ingérés, insuline administrée, exercice physique, médicaments ...
- **Partagez facilement vos données de glucose** avec votre entourage et/ou votre équipe de soins de santé.



L'APPLICATION LIBRELINKUP⁶

- Idéal pour les parents et les personnes chargées des soins.
- Restez informé(e) sur les valeurs et les tendances de glucose d'un proche.
- Votre proche peut recevoir des notifications lorsque votre taux de glucose est trop élevé ou trop bas.

⁵. L'application Libre est uniquement compatible avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre nécessite une inscription à LibreView.. ⁶. L'application LibreLinkUp n'est compatible qu'avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter le site Web www.LibreLinkUp.com pour plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de LibreLinkUp nécessite une inscription à LibreView. L'application mobile LibreLinkUp n'est pas destinée à être un appareil de surveillance du glucose principal : les utilisateur(-trice)s doivent consulter leur(s) dispositif(s) principal(aux) et consulter un(e) professionnel(le) de la santé avant de procéder à toute interprétation médicale et tout ajustement du traitement qui se baserait sur les informations fournies par l'application.

Démarrez avec FreeStyle Libre 3

1 Préparez votre peau



LAVEZ

Utilisez uniquement un savon non hydratant et sans parfum pour laver la zone d'application du capteur, puis séchez-la.



DÉGRAISSEZ

Utilisez un coton imbibé d'alcool (pas du gel hydroalcoolique) pour enlever tout résidu huileux.



SÉCHEZ

Laissez votre peau sécher totalement avant d'appliquer le capteur. Ceci est particulièrement important si vous prévoyez d'appliquer le capteur après une douche ou une séance de natation¹.



Assurez-vous de choisir une zone d'application approuvée à l'arrière du haut du bras.



Conseils pour tous types de peau



Les poils peuvent interférer avec l'adhérence du capteur.

Rasez le site d'application avant d'appliquer votre capteur si nécessaire.



Évitez les produits hydratants, crèmes et lotions, au niveau de la zone d'application. Ils pourraient laisser un **résidu huileux**.

Lavez, dégraissez et séchez le site d'application avant d'appliquer votre capteur.

2 Appliquez le capteur



Ouvrez l'applicateur

Dévissez le capuchon de l'applicateur, mettez le capuchon de côté et placez l'applicateur au niveau de la zone préalablement préparée.



Pour une quelconque raison, après avoir dévissé le capuchon de l'applicateur du capteur, ne revissez PAS le capuchon. Cela pourrait endommager le capteur.



Appliquez le capteur

Appliquez le capteur à l'arrière du haut du bras en **appuyant**. Vous allez entendre un **clic**. **Retirez** doucement l'applicateur en veillant bien à ce que le capteur reste collé sur la peau. **Lissez son contour pour augmenter l'adhérence²**.



1. Le capteur est résistant à l'eau jusqu'à une profondeur de 1 mètre. Ne pas immerger plus de 30 minutes. 2. 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. <https://doi.org/10.1177/193229681000400507>.

Démarrez avec FreeStyle Libre 3

3 Activez le capteur



1 Ouvrez l'application Libre.

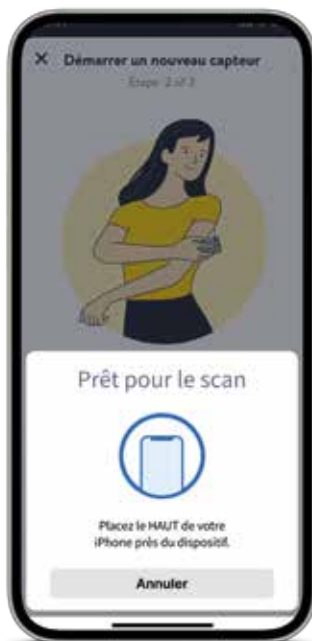


Si vous utilisez l'app Libre pour la première fois : ouvrez-la et suivez les différentes étapes d'inscription.



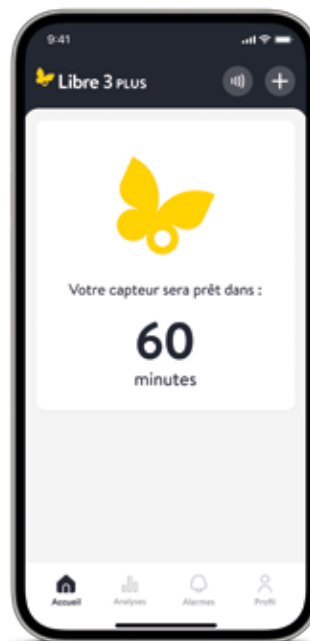
2

- Appuyez sur **Démarrer un nouveau capteur** et puis sur suivant et **Scanner un nouveau capteur**.



3

- **Présentez votre smartphone à moins de 4 cm du capteur.**
- Si les sons et/ou les vibrations sont activé(e)s, le smartphone émet un bip et/ou une vibration lorsque le capteur a été détecté.



4

- Le capteur pourra être utilisé pour contrôler votre taux de glucose 60 minutes après son activation.
- **Vous verrez apparaître un compte à rebours.**



Chaque modèle de smartphone est différent. Déplacez lentement votre smartphone si nécessaire pour déterminer l'emplacement du récepteur NFC.

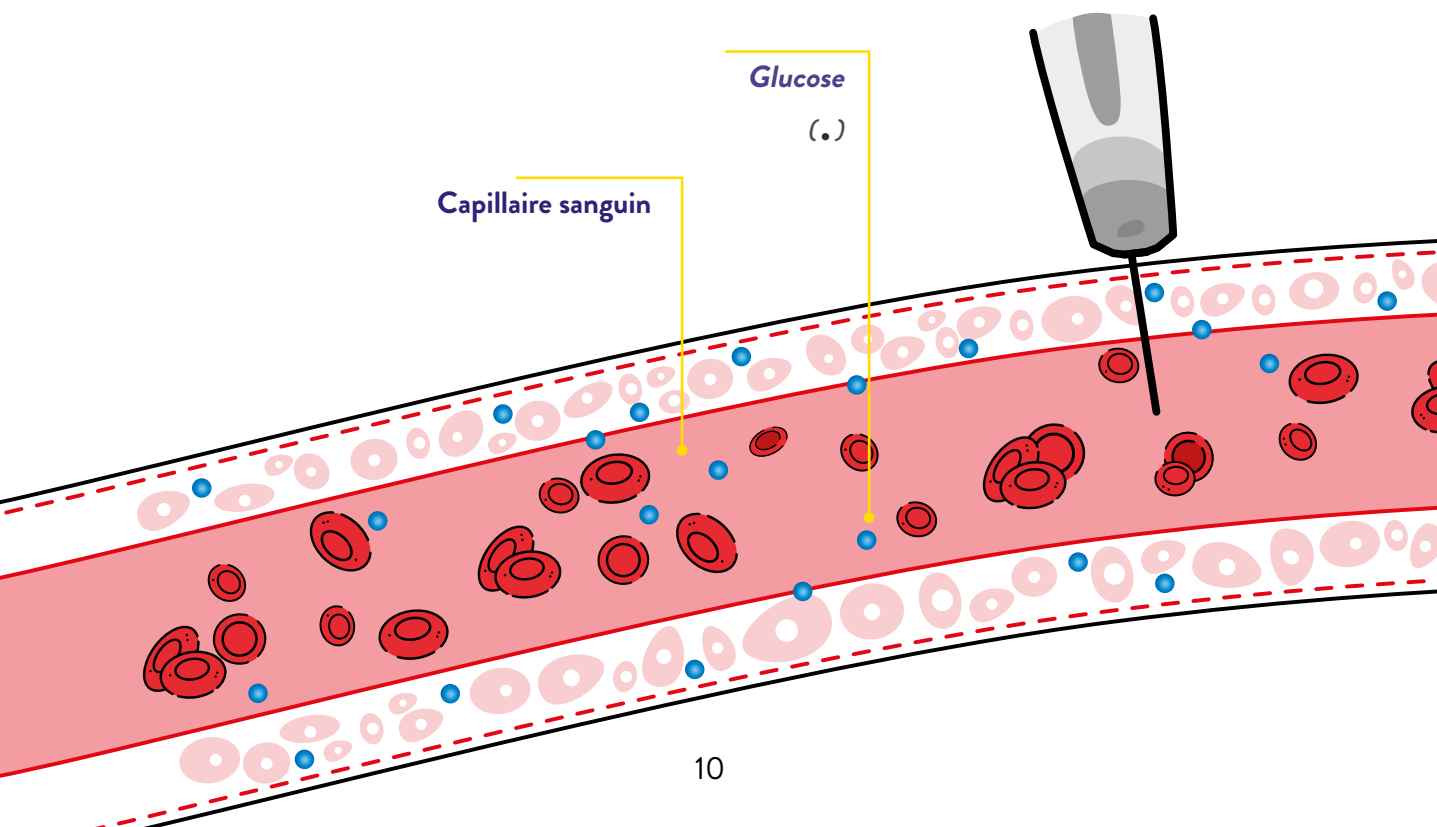


Pensez à régler et à activer le nouveau capteur avant le coucher pour permettre à votre corps de s'habituer à la présence du capteur pendant votre sommeil.

1. NFC: Near Field Communications. Le smartphone doit disposer des fonctionnalités Bluetooth et de communication en champ proche (NFC). Ceux-ci doivent être activés et l'application doit être exécutée en arrière-plan.

Comprendre la surveillance du glucose par capteur

Différence entre l'autosurveillance de la glycémie traditionnelle et les systèmes Libre.



Il est tout à fait normal que votre taux de glucose soit différent dans certaines situations, car le glucose met un peu plus de temps à pénétrer dans le liquide interstitiel que dans le sang. Le glucose pénètre d'abord dans le flux sanguin avant d'être absorbé par le fluide interstitiel.



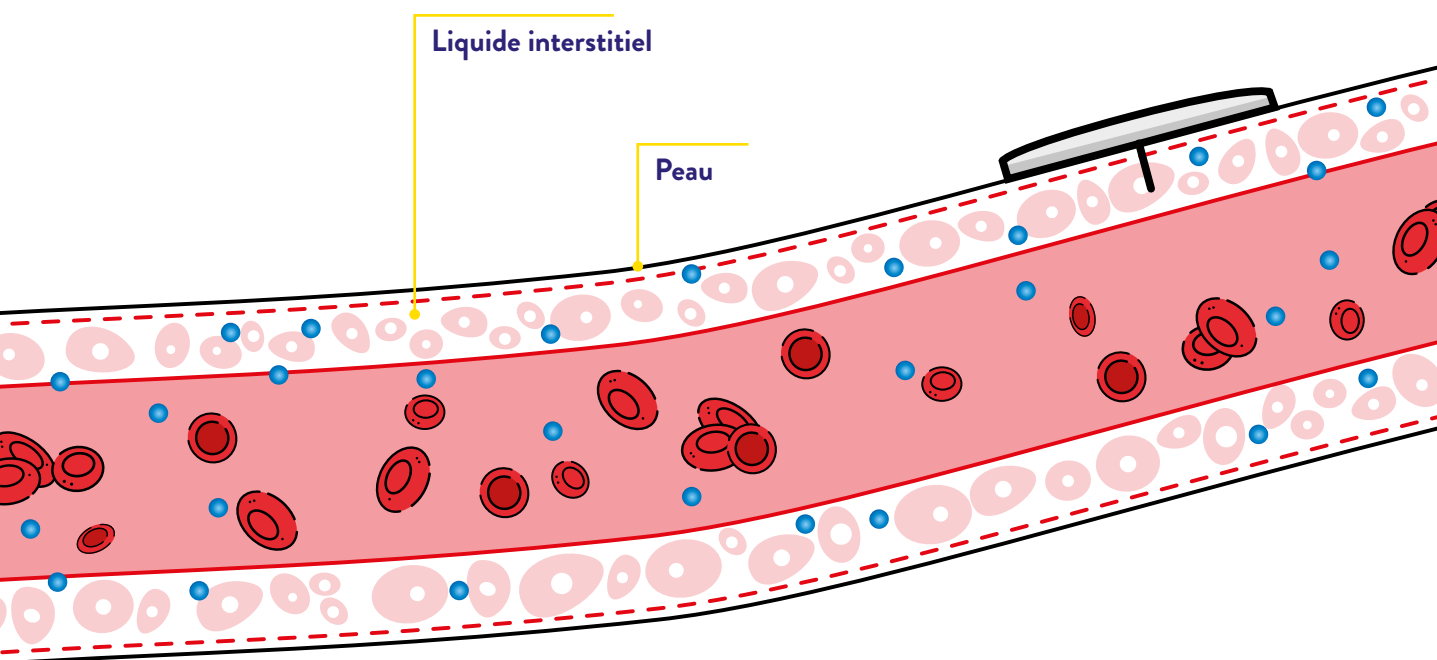
Piqûres au bout des doigts

Une glycémie classique fournit des informations sur votre taux de glucose dans le sang.



Les systèmes Libre

Ils mesurent le taux de glucose dans le liquide interstitiel (c'est le liquide qui se trouve entre les cellules sous la peau) et non dans le sang. Il existe souvent une différence entre ces deux informations.



Des piqûres au doigt sont nécessaires si vos mesures et alarmes de glucose ne correspondent pas aux symptômes et aux attentes.

Comprendre la surveillance du glucose par capteur

Différence entre l'autosurveillance de la glycémie traditionnelle et les systèmes Libre.



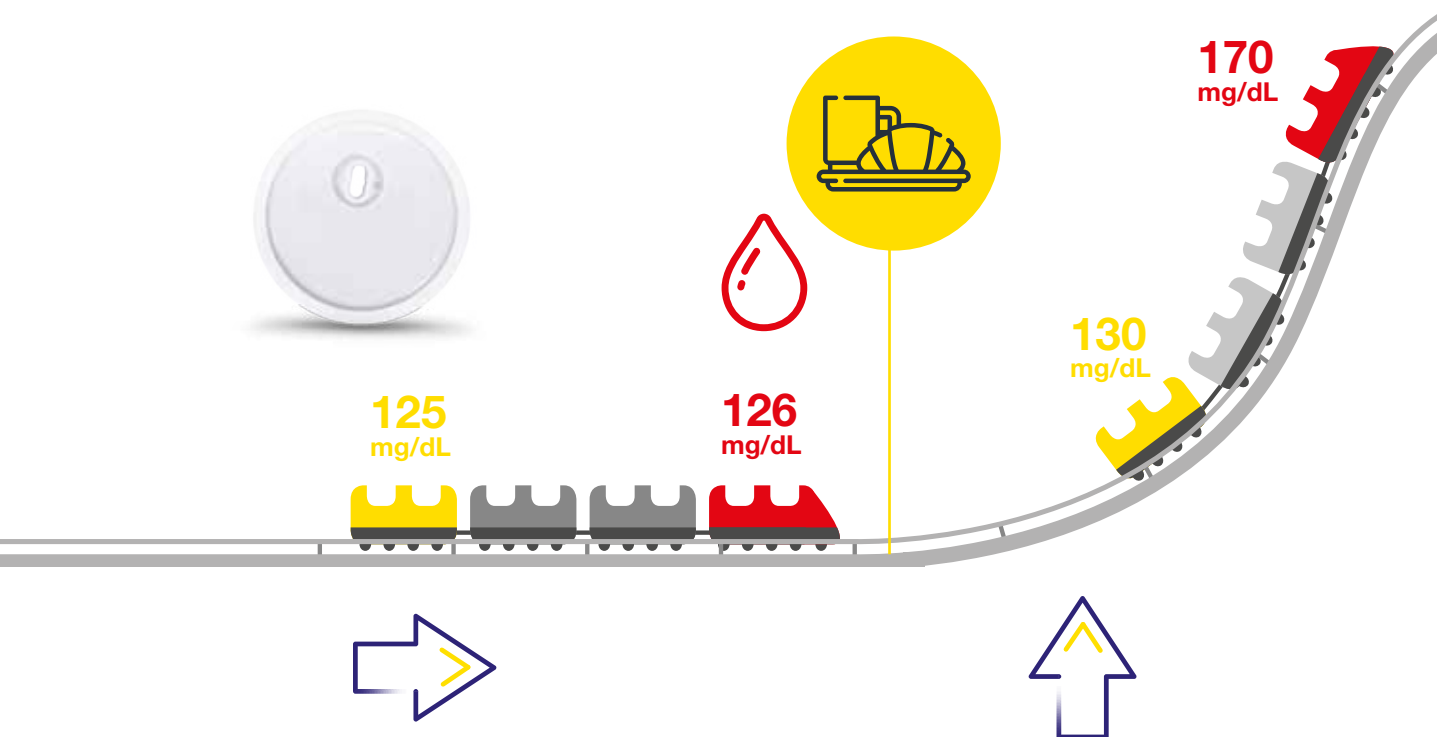
Glycémie sanguine



Glucose du capteur = Glucose du liquide interstitiel



Taux de sucre

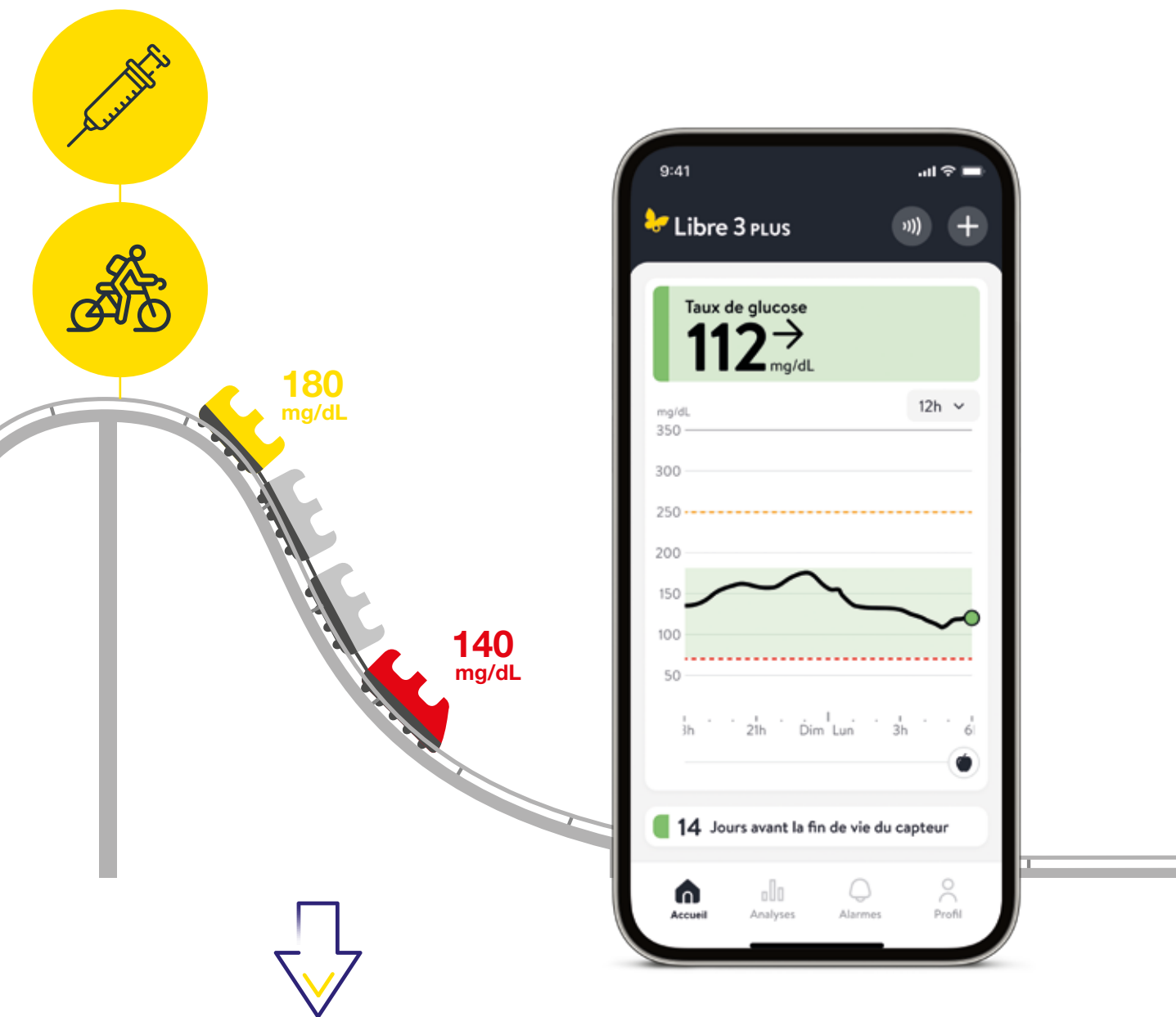


Taux de glucose stable.

Quand il y a peu de fluctuations dans les taux de glucose, les mesures de glycémie sanguine et les taux de glucose du capteur ont des niveaux très proches bien que rarement similaires.

Lors d'une augmentation rapide du taux de sucre,

le taux de glucose du capteur peut être inférieur à la glycémie sanguine.



Lors d'une diminution rapide du taux de sucre,
le taux de glucose du capteur peut être supérieur à
la glycémie sanguine.



Le taux de glucose dans le liquide interstitiel reflète le taux de glucose dans le sang avec un décalage d'environ 10 minutes.¹

1. 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. <https://doi.org/10.1177/193229681000400507>



Votre podcast sur le diabète

www.letstalkdiabetes.be



Réalisé avec le soutien de:



À découvrir sur:



Spotify



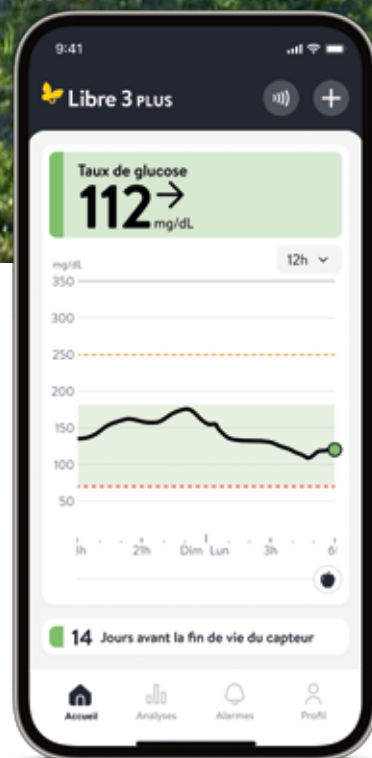
Apple Podcast



YouTube

Une initiative de:





Un changement du taux de glucose, que ce soit une augmentation ou une diminution, sera donc toujours d'abord visible via une glycémie sanguine car elle devance toujours le taux de glucose du liquide interstitiel.

**Il y aura une différence plus accrue entre les mesures :
après avoir mangé et après une injection d'insuline.**

Retrouvez la vidéo explicative pour comprendre la différence entre la glycémie sanguine et le taux de glucose dans le liquide interstitiel sur myFreeStyle.be



Comprendre les résultats de glucose

Plus simple que jamais: l'app Libre¹.

Lectures en temps réel sur votre téléphone.

Une seule app, quel que soit votre capteur des systèmes Libre⁴.

Ajoutez facilement des notes sur l'alimentation et/ou les glucides, l'activité et les médicaments.

Consultez vos données directement à votre poignet^{2,3} avec l'app Libre sur Apple Watch³.

Plage cible de glucose⁵ personnalisable.

Graphique de glucose interactif pour explorer vos données de glucose.

Durée de vie du capteur facile à visualiser.

Une alarme prédictive de glucose bas⁶ personnalisable⁸.

Barre de navigation inférieure pour accéder facilement aux informations recherchées.

Alarmes discrètes et progressives⁶ adaptées à vos besoins.

Mode silencieux⁷ pendant jusqu'à 9 heures.

1. L'application Libre est uniquement compatible avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre nécessite une inscription à LibreView. 2. Les informations sur le glucose et les notifications ne seront reçues que lorsque votre smartphone se trouve à portée de votre capteur et de votre montre connectée. Les notifications affichées sur votre montre connectée sont reflétées depuis l'app Libre sur votre smartphone. Vous devez activer les paramètres appropriés sur votre smartphone pour recevoir les alertes sur votre montre connectée. 3. L'application Libre pour montres connectées est uniquement compatible avec certains appareils et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre pour montres connectées nécessite une inscription à LibreView. L'application Libre pour montres connectées ne doit pas être utilisée pour prendre des décisions thérapeutiques. Veuillez suivre les instructions fournies par l'application Libre sur votre smartphone.

Votre taux de glucose en couleurs

VERT	Votre taux de glucose est dans la plage cible paramétrée.
JAUNE	Votre taux de glucose est hors de la plage cible paramétrée mais entre 70 mg/dL et 240 mg/dL.
ORANGE	Votre taux de glucose est très élevé (> 240 mg/dL).
ROUGE	Votre taux de glucose est bas . (< 70 mg/dL).

La flèche de tendance qui indique l'évolution de votre taux de glucose

Flèche de tendance	Signification
↑	Votre glucose augmente rapidement > 2 mg/dL par minute
↗	Votre glucose augmente d'1 à 2 mg/dL par minute
→	Votre glucose varie lentement : < 1 mg/dL par minute
↘	Votre glucose diminue d'1 à 2 mg/dL par minute
↓	Votre glucose diminue rapidement > 2 mg/dL par minute

4. L'app Libre est compatible avec les capteurs du système FreeStyle Libre 2 et du système FreeStyle Libre 3. 5. La plage cible par défaut est de 70–180 mg/dL. Consultez un professionnel de santé pour définir votre plage cible individuelle. 6. Les notifications sont disponibles uniquement lorsque les paramètres d'alarme sont activés et que le capteur se trouve à moins de 10 mètres, sans obstacle, de l'appareil de lecture. 7. Le mode silencieux permet aux utilisateur(-trice)s de désactiver les alarmes de glucose et de perte de signal pendant une durée maximale de neuf heures. Vous n'entendrez pas les alarmes de glucose ni de perte de signal, même si l'option « Ignorer le mode Ne pas déranger » est activée. Selon les paramètres de votre téléphone, vous pourrez toutefois continuer à recevoir des notifications visuelles ou par vibration. 8. L'alarme prédictive de glucose bas peut être définie pour avertir l'utilisateur(-trice) 10, 20 ou 30 minutes avant d'atteindre le seuil de glucose bas qu'il(elle) a défini.

Vivre avec un système Libre

C'est plus qu'épargner le bout de ses doigts !

Quels sont les avantages ?



Le capteur le plus petit, le plus fin et le plus discret au monde¹.



Pratique

Votre taux de glucose en un clin d'oeil.



Mesures du glucose en temps réel

Mises à jour toutes les minutes.



Tranquillité d'esprit

Observation facile des hypers et des hypos, même nocturnes.



Simple et discret à porter

Plus fin que deux pièces empilées de 5 cents.



Soyez averti(e)s de vos hyper- et vos hypoglycémies grâce aux alarmes de glucose optionnelles.

Les alarmes doivent être activées pour recevoir les alarmes d'hyper- et d'hypoglycémie.



Étanche²

Pendant 30 minutes et jusqu'à une profondeur d'un mètre.



Cliniquement prouvé

pour diminuer l'HbA1c³, augmenter le temps dans la plage cible⁴ et réduire le nombre d'hypoglycémies⁵, ce qui peut entraîner moins de complications médicales.

¹. Parmi les capteurs appliqués par le(la) patient(e). Données archivées, Abbott Diabetes Care ². Le capteur est résistant à l'eau jusqu'à une profondeur de 1 mètre. Ne pas immerger plus de 30 minutes. 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>

Prendre soin de son capteur



Porter des vêtements appropriés

Portez des vêtements amples et légers. Lorsque vous vous habillez ou vous déshabillez, veillez à ne pas accrocher vos vêtements au capteur.



Se sécher délicatement

Après une douche ou une séance de natation², évitez soigneusement d'accrocher votre capteur lorsque vous vous séchez.



Soyez prudent

Veillez à ne pas accrocher votre capteur à des objets du quotidien tels que les cadres de porte, les portières de voiture, les ceintures de sécurité, bretelles, sangles de sac à main...



Imageries courantes

Le capteur FreeStyle Libre 3 Plus n'est pas affecté par les procédures d'imageries courantes⁶.

Précautions d'utilisation⁷



Voyager

Si vous comptez prendre l'avion, téléchargez votre certificat médical sur myFreeStyle.be et faites-le remplir par votre médecin avant de prendre l'avion.



Ne pas toucher

Essayez de ne pas tirer, toucher ou jouer avec le capteur lorsque vous le portez.



Température

Conservez le kit du capteur à une température comprise entre 2°C et 28°C. Il n'est pas nécessaire de conserver le kit du capteur au réfrigérateur. Le lecteur FreeStyle Libre 3 doit être utilisé à une température comprise entre -20°C et 60°C. Si le capteur utilisé est trop chaud ou trop froid, un message vous invite à consulter votre glucose quelques minutes plus tard.

Retrouvez les vidéos des témoignages de patient(e)s et de leurs proches sur myFreeStyle.be (Belgique) ou myFreeStyle.lu (Luxembourg)



⁶. Conditions de sécurité pour les IRM : Les lectures du capteur peuvent être compromises pendant l'IRM, mais le fonctionnement du système revient complètement à la normale après 1 heure. Le balayage entre le bassin et le sternum (scanners 3T) doit être limité à un maximum de 12 minutes, avec une période de refroidissement de 2 minutes entre les acquisitions. Toutes les autres zones (scanners 1,5T) peuvent être scannées de manière continue pendant une durée maximale d'une heure sans période de refroidissement. ⁷. Consultez votre Manuel d'utilisation dans la section support du site myFreeStyle.be depuis la Belgique ou myFreeStyle.lu depuis le Luxembourg pour obtenir des instructions et des informations supplémentaires sur le système.

Consultez vos rapports de glucose

Sur votre smartphone, dans la barre de navigation, en cliquant sur **Analyses**.

Vous avez accès à 7 mini-rapports pour :

REPÉREZ

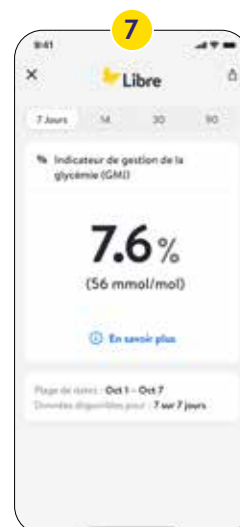
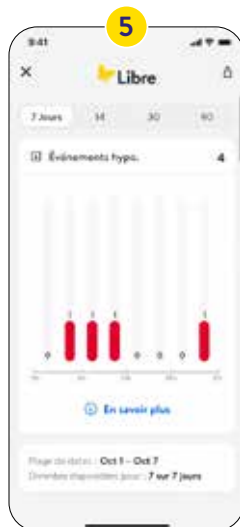
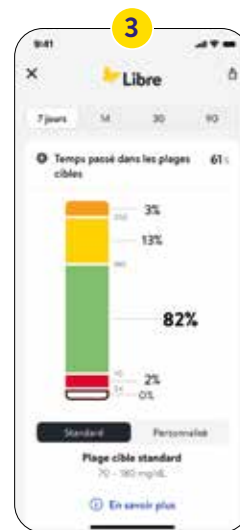
vos tendances de glucose plus rapidement.

IDENTIFIEZ

les points à discuter avec votre professionnel(le) de la santé.

SUIVEZ

vos progrès immédiatement.



1. Résumé quotidien
2. Carnet d'autosurveillance
3. Temps passé dans les plages cibles
4. Taux de glucose moyen
5. Événements hypo.
6. Tendances quotidiennes
7. Indicateur de gestion de la glycémie (GMI=Glucose Management Indicator)

Augmentez le temps passé dans votre plage cible

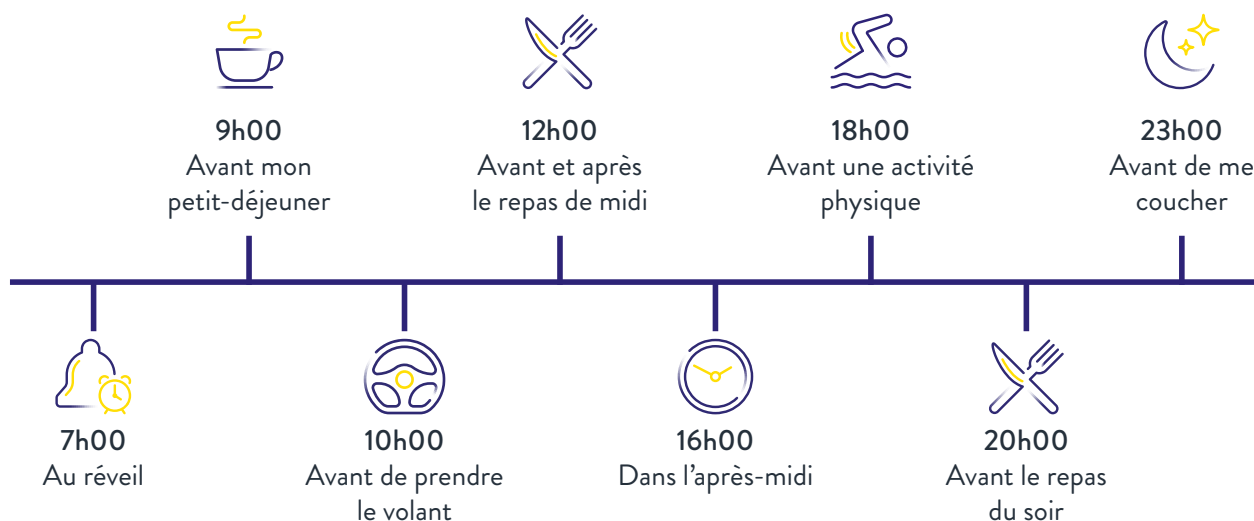


Temps dans
la plage cible



RECOMMANDATION : + de 70%
de temps passé dans la plage cible¹.

Une journée type avec un système Libre² - je vérifie mon taux de glucose :



Il est important de consulter régulièrement son taux de glucose durant la journée et notamment durant les périodes de variations telles que les repas et les activités, ou si vous ressentez les symptômes d'une hypo- ou hyperglycémie.

¹. Battelino T et al. Clinical Targets for Continuous Glucose Monitoring Data Interpretation : Recommendations From the International Consensus on Time in Range. ATTD 2019. ². Il s'agit d'un exemple typique d'une journée avec un système Libre. Vérifiez votre taux de glucose autant de fois que convenu avec votre professionnel(le) de la santé.



Activer les alarmes optionnelles



Alarme

Une alarme s'enclenche lorsque votre **taux de glucose** est **trop bas** ou **trop élevé** par rapport aux valeurs limites définies ou en cas de **perte de signal**. Les alarmes sont conçues pour être **discrètes et progressives** : elles commencent par une vibration, puis le son augmente progressivement si nécessaire. L'alarme **se répète toutes les 5 minutes** jusqu'à ce qu'elle soit éliminée.



Personnalisez vos alertes

Vous pouvez adapter vos alarmes à votre quotidien. Le **mode silencieux** vous permet de les désactiver pendant une durée maximale de 9 heures. **L'alarme prédictive** de glucose bas peut également vous avertir avant que votre taux ne devienne trop bas.



Lisez

Consultez votre taux de glucose sur votre écran et ouvrez la notification d'alarme pour l'éliminer.



Agissez

Grâce aux **informations** reçues et aux flèches de tendances, agissez conformément aux recommandations de votre professionnel(le) de la santé.

Quand l'alarme sonne-t-elle ?

Quand votre taux de glucose est faible

En fonction de la limite que vous avez définie :
entre 60 et 100 mg/dL.



Quand votre taux de glucose est élevé

En fonction de la limite que vous avez définie :
entre 120 et 400 mg/dL.



Quand il y a une perte de signal

Si votre smartphone est à une distance supérieure de **10 mètres** de votre capteur pendant plus de **20 minutes**.



Les alarmes sont désactivées par défaut.



LO = < 40 mg/dL



HI = > 500 mg/dL

Activer les alarmes optionnelles sur l'application Libre

Alarme de glucose élevé

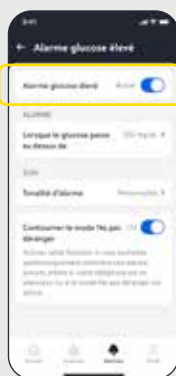
1

Cliquez sur **Alarmes** dans la barre de navigation¹.



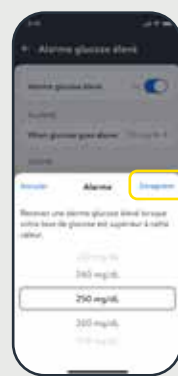
2

Cliquez sur **Alarme glucose élevé** et activez l'alarme.



3

Faites défiler les valeurs pour sélectionner la valeur de **glucose haut** au-dessus de laquelle l'alarme se déclenchera.²



Activez votre alarme de glucose bas en choisissant **Alarme glucose bas** et en répétant les mêmes étapes.³

Mode silencieux⁴

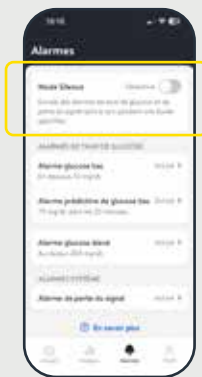
1

Cliquez sur **Alarmes** dans la barre de navigation¹.



2

Cliquez sur **Mode Silence** et activez-le.



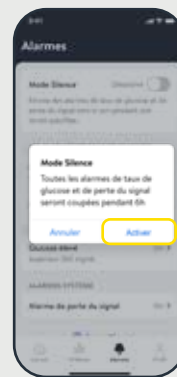
3

Choisissez la **durée** pendant laquelle vos alarmes seront coupées.



4

Confirmez en cliquant sur **Activer**.





Alarme prédictive⁵ de glucose bas

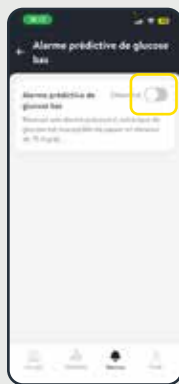
1

Cliquez sur **Alarmes** dans la barre de navigation¹.



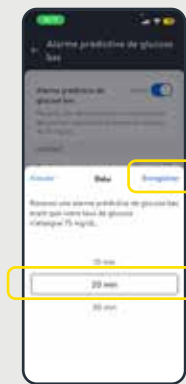
2

Cliquez sur **Alarme prédictive de glucose bas** et activez-la.



3

Choisissez le **délai**. Confirmez en cliquant sur **Enregistrer**.



1. Consultez le manuel d'utilisation dans la section support du site myFreeStyle.be depuis la Belgique ou myFreeStyle.lu depuis le Luxembourg pour plus d'informations. 2. 240 mg/dL est le taux de glucose haut défini par défaut mais il peut être réglé entre 120 mg/dL et 400 mg/dL. 3. 70 mg/dL est le taux de glucose bas défini par défaut mais il peut être réglé entre 60 mg/dL et 100 mg/dL. 4. Le mode silencieux permet aux utilisateur(-trice)s de désactiver les alarmes de glucose et de perte de signal pendant une durée maximale de neuf heures. Vous n'entendez pas les alarmes de glucose ni de perte de signal, même si l'option « Ignorer le mode Ne pas déranger » est activée. Selon les paramètres de votre téléphone, vous pourrez toutefois continuer à recevoir des notifications visuelles ou par vibration. 5. L'alarme prédictive de glucose bas n'est disponible que sur l'app Libre.

Vos données de glucose, à votre poignet

Plus simple que jamais avec l'app Libre¹ sur votre montre².



Des contrôles de glucose encore plus simples ? Oui.

D'un simple mouvement du poignet, consultez vos valeurs de glucose, vos tendances et vos notifications³ — sans regarder votre téléphone².



Des alarmes³ conçues pour être discrètes.

Un simple geste permet de désactiver les alarmes à la fois sur votre montre² et sur l'app de votre téléphone⁴, pour vous aider à gérer en toute simplicité les hyper- et hypoglycémies.



Vos données, à votre façon.

Avec différents styles d'affichage au choix, trouvez facilement celui qui vous correspond le mieux^{2,3}.



1. L'app Libre pour montres connectées permet aux utilisateur(-trice)s de consulter leurs informations de glucose et leurs notifications sur leur montre connectée, lorsque celle-ci se trouve à portée de leur smartphone connecté et du capteur. 2. L'application Libre pour montres connectées est uniquement compatible avec certains appareils et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre pour montres connectées nécessite une inscription à LibreView. L'application Libre pour montres connectées ne doit pas être utilisée pour prendre des décisions thérapeutiques. Veuillez suivre les instructions fournies par l'application Libre sur votre smartphone. 3. Les informations sur le glucose et les notifications ne seront reçues que lorsque votre smartphone se trouve à portée de votre capteur et de votre montre connectée. Les notifications affichées sur votre montre connectée sont reflétées depuis l'app Libre sur votre smartphone. Vous devez activer les paramètres appropriés sur votre smartphone pour recevoir les alertes sur votre montre connectée. 4. L'application Libre est uniquement compatible avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre nécessite une inscription à LibreView.

Remplacez le capteur au bout de 15 jours

Votre application Libre vous indiquera lorsqu'il sera temps d'enlever et de remplacer votre capteur.

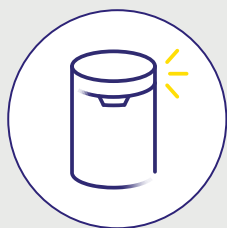


Tirez le bord adhésif qui fixe le capteur sur votre peau. Détachez-le lentement en un seul mouvement.



- Vous pouvez utiliser un coton imbibé d'huile pour bébé (comme de l'huile d'amande douce) aux alentours du capteur pour faciliter son retrait. Les résidus d'adhésif restant sur la peau peuvent être retirés à l'aide d'eau chaude savonneuse ou d'alcool isopropylique (comme le dissolvant ou l'éther).
- Hydratez votre peau après le retrait du capteur.

Retrouvez les vidéos de démonstration pour démarrer, appliquer et enlever un capteur Libre sur myFreeStyle.be (Belgique) ou myFreeStyle.lu (Luxembourg)



Ce produit doit être éliminé conformément à toutes les réglementations locales en vigueur liées à l'élimination des équipements électroniques, des piles, des objets pointus et des matériaux potentiellement exposés aux fluides corporels.

Donnez une seconde vie à vos capteurs, applicateurs et lecteurs usagés. Dans les hôpitaux participant au programme **#EasyToCollect**, ils peuvent être collectés et recyclés. Parlez-en à votre professionnel(le) de la santé.

VOIR LA VIDÉO

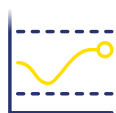


L'application LibreLinkUp^{1,2}

LibreLinkUp est une application conçue pour la famille, les ami(e)s et les aidant(e)s des utilisateur(-trice)s des systèmes Libre. Elle vous permet de surveiller à distance¹ leur taux de glucose directement sur votre smartphone².



Navigation simple³ pour accéder aux connexions, à l'historique ou à toute autre information dont vous pourriez avoir besoin.



Taux de glucose actuel et historique des 12 dernières heures, incluant les mesures, les événements et les flèches de tendance pour vous aider à suivre l'évolution.



Alarmes personnalisables^{5,6} et notifications à distance pour les taux de glucose bas et élevés. Les alarmes peuvent être configurées séparément de l'app du(de la) patient(e) afin que vous puissiez être prêt(e) à agir rapidement.



Le(la) patient(e) peut partager ses données de glucose avec jusqu'à 20 personnes.



Les données de glucose sont automatiquement¹ transférées vers un système sécurisé⁴ basé sur le cloud.

Téléchargez LibreLinkUp sur votre téléphone depuis votre app store.



Comment partager^{1,7} les données de glucose avec l'app Libre⁸?

Étape 1

Un(e) utilisateur(-trice) d'un système Libre doit envoyer une invitation depuis son app Libre⁸ :

1. Dans la barre de navigation, appuyez sur **Profil**.
2. Appuyez sur **Applications connectées**.
3. En-dessous de **LibreLinkUp**, appuyez sur **Ajouter une connexion**.
4. Saisissez le prénom, le nom et l'adresse e-mail de la personne que vous voulez inviter.
5. Appuyez sur **Inviter la connexion**.
6. Un e-mail avec l'invitation de téléchargement LibreLinkUp sera envoyé à l'adresse e-mail indiquée.



Étape 2

La personne invitée peut maintenant installer et configurer l'app LibreLinkUp :

1. **Téléchargez** l'app LibreLinkUp via le lien reçu par e-mail.
2. Suivez les instructions pour **créer un compte** et vous connecter.
3. **Terminé** ! Votre proche peut maintenant consulter vos données de glucose.

1. Le dispositif de l'utilisateur(-trice) doit pouvoir être connecté à Internet pour que les valeurs de glucose soient automatiquement téléchargées sur LibreView et transférées aux utilisateur(-trice)s de l'application LibreLinkUp connectés. 2. L'application LibreLinkUp n'est compatible qu'avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter le site Web www.LibreLinkUp.com pour plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de LibreLinkUp nécessite une inscription à LibreView. 3. La nouvelle interface de LibreLinkUp inclut des améliorations visuelles et de navigation permettant aux aidant(e)s de consulter les données de glucose de leurs connexions et de configurer des alarmes personnalisées sur un appareil compatible. 4. Toutes les données transférées vers LibreLinkUp sont chiffrées via les protocoles SSL/TLS standards afin de garantir leur confidentialité. 5. Les notifications sont disponibles uniquement lorsque les paramètres d'alarme sont activés et que le capteur se trouve à moins de 10 mètres, sans obstacle, de l'appareil de lecture. 6. Les alarmes de glucose sont transmises aux utilisateur(-trice)s LibreLinkUp lorsque les utilisateur(-trice)s sont connecté(e)s et que les alarmes sont activées sur les apps des systèmes Libre. 7. Les apps des systèmes Libre sont conçues pour faciliter le partage des données entre patient(e)s, professionnel(le)s de santé et aidant(e)s. 8. L'application Libre est uniquement compatible avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre nécessite une inscription à LibreView.

La plateforme LibreView¹



Pourquoi et comment partager vos données de glucose avec votre médecin ?

Partager vos données avec votre médecin lui permettra de voir votre taux de glucose à distance et de vous aider dans la gestion de votre diabète. Deux cas de figure peuvent se présenter si vous souhaitez partager vos données avec votre médecin.

CAS DE FIGURE 1 :

Votre médecin vous fournit l'identifiant de son «cabinet virtuel LibreView».

ÉTAPE 1

Une fois votre compte LibreView créé, allez sur **Menu** puis **Paramètres du compte** (en haut à droite).

ÉTAPE 2

Cliquez sur l'onglet **Mes cabinets** puis entrez l'identifiant du cabinet de votre médecin.



Dans l'app Libre, vous pouvez inviter votre professionnel(le) de la santé directement via votre app, dans le menu principal, via le bouton Applications connectées. Suivez les étapes.

CAS DE FIGURE 2 :

Votre médecin vous invite à rejoindre son «cabinet virtuel LibreView».

ÉTAPE 1

Vous recevez une invitation de votre médecin par e-mail.

ÉTAPE 2

Cliquez sur le lien puis créez votre compte LibreView. Suivez les différentes étapes.



Si vous utilisez l'app Libre, vous avez déjà un compte LibreView. Veuillez entrer la même adresse e-mail et le même mot de passe qu'utilisé avec votre app.

Visualiser et télécharger mes rapports

- 1 Je me connecte à LibreView avec le même identifiant et le même mot de passe que ceux utilisés avec mon application Libre.
- 2 Je clique sur l'icône 
- 3 Je clique sur **Rapports de glucose** pour visualiser mes rapports.

Consultez la vidéo via le QR code.



Que ce soit sur votre app Libre, ou via le site web www.LibreView.com, nous vous conseillons de vous créer un compte afin de partager vos données de glucose, avec vos professionnel(le)s de la santé (via LibreView) et/ou vos proches (via LibreLinkUp).

1. Le site Web LibreView n'est compatible qu'avec certains systèmes d'exploitation et navigateurs. Veuillez consulter www.LibreView.com pour plus d'informations. Le logiciel de gestion des données LibreView est destiné à être utilisé par les patient(e)s et les professionnel(le)s de la santé pour assister les personnes atteintes de diabète et leurs professionnel(le)s de la santé dans la revue, l'analyse et l'évaluation de l'historique des valeurs de glucose enregistrées, afin d'offrir une prise en charge efficace du diabète. Le logiciel LibreView n'est pas destiné à remplacer des décisions thérapeutiques ou les conseils d'un(e) professionnel(le) de la santé.

Utiliser le lecteur FreeStyle Libre 3

Quelques points d'attention si vous utilisez le lecteur FreeStyle Libre 3.



Le lecteur FreeStyle Libre 3 ne peut pas être utilisé simultanément avec l'app Libre. En cas de problème, veuillez-vous renseigner auprès de votre professionnel(le) de la santé.



1

- Préparez votre peau et appliquez le capteur. (p. 6-7)



2

- Appuyez sur le bouton d'accueil pour allumer le lecteur FreeStyle Libre 3.



3

- Appuyez sur **Démarrer un nouveau capteur.**



4

- **Maintenez le lecteur à moins de 4 cm du capteur.**
- Si les sons et/ou les vibrations sont activés, le lecteur émet un bip et/ou une vibration lorsque le capteur a été détecté.



5

- Le capteur pourra être utilisé pour contrôler votre taux de glucose 60 minutes après son activation.
- **Le seul scan nécessaire est celui qui active le capteur.**

Activer les alarmes optionnelles



Les alarmes sont désactivées par défaut. Pour recevoir les alarmes, vous devez les activer (ON) et vous assurer que votre lecteur se trouve en permanence à moins de 10 mètres de vous, sans obstacle.

1



Allez dans les **réglages**.

2



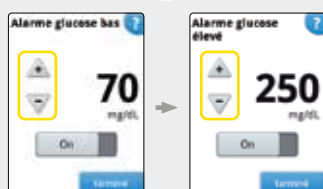
Cliquez sur **Alarmes** ensuite sur **Modifier param. alarme**.

3



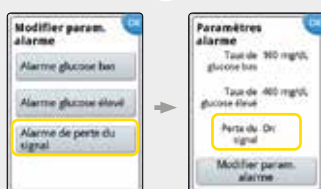
Choisissez l'alarme que vous désirez paramétrer. **Activez-la**.

4



Utilisez les flèches pour configurer les seuils de **taux de glucose** en dessous et au-dessus desquels l'alarme s'enclenchera.

5



Consultez vos **Paramètres alarme**. L'alarme de **perte de signal** s'active automatiquement.

6



Activez les **sons** et/ou les **vibrations**.

- 70 mg/dL est le **taux de glucose bas défini par défaut** mais il peut être réglé entre 60 mg/dL et 100 mg/dL.
- 250 mg/dL est le **taux de glucose haut défini par défaut** mais il peut être réglé entre 120 mg/dL et 400 mg/dL.

Télécharger mes rapports avec mon lecteur



- 1 Je branche mon lecteur sur un port USB de mon ordinateur.
- 2 Je clique sur l'icône
- 3 Je clique sur **Appuyer pour commencer le téléchargement** et je suis les différentes étapes.
- 4 Je clique sur **Rapports de glucose** pour visualiser mes rapports.



Votre professionnel(le) de la santé pourra consulter les données de glucose que vous avez téléchargé. Vous pouvez aussi les envoyer par e-mail ou les imprimer si vous le souhaitez afin de les emmener avec vous lors de votre prochaine consultation.

Rétablir la perte du signal

Vous recevez une alarme **Perte de signal**

Première méthode



- Appuyez sur le bouton **Annuler l'alarme** ①
 Vos valeurs de glucose n'apparaissent pas à l'écran et vous voyez :  Perte du signal. ②
- Appuyez brièvement sur le bouton jaune ③ et appuyez sur **Afficher glucose** ④.
- Attendez quelques instants ; le signal se rétablira et les valeurs de glucose seront affichées. ⑤
- Si nécessaire, répétez cette opération plusieurs fois de suite.

Seconde méthode



- Appuyez sur le bouton **Annuler l'alarme** ①
- ② Vos valeurs de glycémie n'apparaissent pas à l'écran et vous voyez :  Perte du signal.
- Maintenez enfoncé le bouton jaune ③ jusqu'à ce que le lecteur s'éteigne.
- Démarrez le lecteur en appuyant sur le bouton jaune. Appuyez sur **Afficher glucose** ④
- Attendez quelques instants ; le signal se rétablira et les valeurs de glucose seront affichées. ⑤
- Si nécessaire, répétez cette opération plusieurs fois de suite.

Si après plusieurs tentatives vous ne parvenez pas à récupérer le signal, veuillez contacter le Service Clients.



Nous vous conseillons de recharger votre lecteur tous les 2 à 3 jours et de toujours vous assurer qu'il a assez de batterie pour pouvoir continuer à consulter votre taux de glucose et à recevoir les alarmes de glucose et de perte de signal, si elles sont activées.

Une question, besoin d'assistance ?

ASSISTANCE

Découvrez nos Podcasts
sur letstalkdiabetes.be.



Découvrez nos vidéos tutorielles sur
myFreeStyle.be (Belgique) ou
myFreeStyle.lu (Luxembourg)



Téléphonez à l'un de ces numéros¹
d'assistance technique

disponible chaque jour ouvrable de 8h à 18h.

BE 0800 167 72

LU 8002 54 87

Soumettez votre **demande de remplacement** d'un capteur défectueux **24h/24, 7j/7**
via notre **formulaire en ligne**. Scannez le QR code:



Pour plus de facilité, préparez les informations suivantes :

- Description claire de la demande concernant le produit
- Nom et prénom de l'utilisateur(-trice)
- Adresse postale de l'utilisateur(-trice)
- E-mail & Tél. de l'utilisateur(-trice)
- Nom du médecin
- Durée du port du capteur
- Code erreur éventuel
- N° de série & N° de lot du capteur
- N° de série du lecteur éventuel
- N° éventuel de lot des électrodes Precision



Contactez le service clientèle avant de retirer votre capteur. Le capteur doit être conservé lors de l'appel, afin de pouvoir l'envoyer en cas d'analyse.

¹. Ces numéros sont gratuits. Pour appeler depuis l'étranger, composez le +32 800 167 72.

Votre diabète surveillé en toute simplicité.

Vous et vos doigts¹ vous demanderez
ce que vous avez pu faire sans un système Libre.



Petit, discret² et facile à
porter² jusqu'à 15 jours.



Découvrez comment votre
alimentation, votre activité et
votre traitement ont un impact
sur votre taux de glucose.



Des mesures de glucose
précises² et en temps réel, en
un simple coup d'œil sur votre
smartphone³.



Il a été prouvé qu'il aide les
personnes avec un diabète à
atteindre leurs objectifs^{4,5}.



1. Des piqûres au doigt sont nécessaires si les lectures et alarmes de glucose ne correspondent pas aux symptômes ou aux attentes. **2.** Alva, S. Diabetes Therapy (2023). <https://doi.org/10.1007/s1330002301385-6> **3.** L'application Libre est uniquement compatible avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter notre site web myFreeStyle.be (depuis la Belgique) ou myFreeStyle.lu (depuis le Luxembourg) pour obtenir plus d'informations sur la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. L'utilisation de l'application Libre nécessite une inscription à LibreView. **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>.

Dans ce document, les données et les images sont simulées à titre d'illustration. Il ne s'agit pas de vraies données, ni de vrai(e)s patient(e)s ou professionnel(le)s de la santé.

© 2026 Abbott. Tous droits réservés. Libre, le logo en forme de papillon, la forme et l'apparence du capteur, la couleur jaune, ainsi que les marques et/ou dessins associés sont la propriété intellectuelle du groupe de sociétés Abbott dans divers territoires. Les autres marques sont la propriété de leurs propriétaires respectifs. iPhone et App Store sont des marques commerciales d'Apple Inc. Android et Google Play sont des marques commerciales de Google LLC. La marque et les logos Bluetooth® sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par Abbott se fait sous licence. mylife et YpsoPump, Insulet™ & Tandem™ sont des marques déposées de Ypsomed AG. CamAPS et une marque déposée de Camdiab Ltd. ADC-2656261 v3.0