Bengali

FreeStyle
Libre 2

FreeStyle Libre 2 সিস্টেমটি এক্সপ্লোর করুন।

শুরু করতে আপনাকে সাহায্যের জন্য একটি সংক্ষিপ্ত নির্দেশিকা

চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী বা ডেটা নয়।
FreeStyle LibreLink অ্যাপটি শুধুমাত্র মোবাইল ডিভাইস এবং অপারেটিং সিস্টেমগুলির সাথে সুসঙ্গত। অ্যাপটি ব্যবহার করার আগে ডিভাইসের সুসঙ্গতি সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে ওয়েবসাইটটি দেখে দিন। FreeStyle LibreLink-এর ব্যবহারের জন্য LibreView-এ রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন হতে পারে।

Abbott

FREESTYLE LIBRE 2 সিস্টেম

FreeStyle Libre 2 সিস্টেমটির সাথে পরিচিত হন।

1

অ্যাপ্লিকেটর

সেন্সরটি প্রয়োগে ব্যবহার করা হয়।

2

Libre 2 Plus sensor

উপরি-বাহুর পিছনে পরা হয়।

3

LibreLink অ্যাপ

আপনার ডেটা দেখতে আপনার স্মার্টফোন ব্যবহার করুন।1 LibreLink অ্যাপটি **বিনামূল্যে** ডাউনলোড করা যায়।[2]

আপনার সুগারের স্তর পরীক্ষা করা এবং তা কোনদিকে যাচ্ছে তা দেখার একটি আমূল বদলে দেওয়া উপায়।

রিয়েল-টাইম সুগারের রিডিং
আপনার স্মার্টফোনে[1] সুগারের ভ্যালুগুলি দেখুন, এটি স্বয়ংক্রিয়ভাবে[3] প্রতি মিনিটে আপডেট হয়।

সহজেই ব্যবহারযোগ্য
ব্যথাহীন প্রয়োগে এবং 15 দিন অবধি স্বচ্ছন্দে[4] পরে থাকা যায়।

আর আঙুলে ছুঁচ ফোটানো নয়[5]
15 দিন অবধি অবিরাম গ্লুকোজের মাত্রার উপরে নজরদারি বজায় রেখে আঙুলে ছুঁচ ফোটানোকে[5] বিদায় জানান।

ঐচ্ছিক গ্লুকোজ অ্যালার্ম
কাস্টমাইজ করতে পারার উপযোগী প্রতি মিনিটে অ্যালার্মের সুবিধা নিয়ে এক কদম এগিয়ে থাকুন।[6.]

চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী বা ডেটা নয়।
1. FreeStyle LibreLink অ্যাপটি শুধুমাত্র মোবাইল ডিভাইস এবং অপারেটিং সিস্টেমগুলির সাথে সুসঙ্গত। অ্যাপটি ব্যবহার করার আগে ডিভাইসের সুসঙ্গতি সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে ওয়েবসাইটটি দেখে দিন। FreeStyle LibreLink-এর ব্যবহারের জন্য LibreView-এ রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন হতে পারে। **2.** FreeStyle LibreLink অ্যাপটি ডাউনলোড ও গ্লুকোজের ডেটা শেয়ার করতে ওয়্যারলেস ইন্টারনেট কানেকশন বা মোবাইল ডেটা কানেকশন প্রয়োজন। **3.** আপনার স্মার্টফোন এবং সেন্সর একটি রেঞ্জের মধ্যে সংযুক্ত থাকলে তবেই গ্লুকোজের রিডিংগুলি স্বয়ংক্রিয়ভাবে FreeStyle LibreLink অ্যাপে দেখায়। **4.** Haak, T. *Diabetes Ther* (2017): https://doi.org/10.1007/s13300-016-0223-6. **5.** গ্লুকোজের রিডিং ও অ্যালার্মগুলি লক্ষণ এবং যা প্রত্যাশিত তার সাথে না মিললে আঙুলে ছুঁচ ফোটানোর প্রয়োজন হতে পারে। **6.** বিজ্ঞপ্তিগুলি শুধুমাত্র অ্যালার্মগুলি চালু করা হলে ও সেন্সরটি রিডিং ডিভাইসের 6 মিটার (20 ফুট)-এর মধ্যে বাধাহীন অবস্থায় থাকলেই চালু হয়।

সেন্সর প্রয়োগ করতে এবং এবং আপনার সেন্সরটি সঠিক জায়গায় রাখতে **তিনটি ধাপ।**

1

পরিষ্কার, পরিচ্ছন্ন ও শুকনো
আপনার উপরি বাহুর পিছনে স্বাভাবিক ক্রিয়াকলাপ চলাকালীন সমতলে রাখা যায় এমন একটি স্থান বেছে নিন। **নন-ময়শ্চারাইজিং, গন্ধবিহীন সাবান** ও জল দিয়ে ত্বক পরিষ্কার করুন। ত্বক পরিষ্কার করতে একটি অ্যালকোহল ওয়াইপ ব্যবহার করুন এবং পরের পদক্ষেপ নেওয়ার আগে **বাতাসে শুকিয়ে নিন।**

2

অ্যাপ্লিকেটর প্রয়োগ করুন
সেন্সর অ্যাপ্লিকেটরটির ছিপি খুলুন। সেন্সর প্যাকে থাকা কালো চিহ্নটিকে সেন্সর অ্যাপ্লিকেটরে **থাকা কালো চিহ্নটির সাথে মেলান**। **দৃঢ়ভাবে টিপে রাখুন** এবং তারপরে তুলে নিন। **নোট করুন:** অ্যাপ্লিকেটরের ঢাকনাটি আর লাগাবেন না, এতে সেন্সরের ফিলামেন্টটি ক্ষতিগ্রস্থ করতে পারে।

3

প্রয়োগ করুন
দৃঢ়ভাবে টিপে আপনার উপরি-বাহুর পিছনে সেন্সরটি প্রয়োগ করুন। **ক্লিক শব্দটি হলো কিনা তা খেয়াল করুন।** কয়েক সেকেন্ড অপেক্ষা করুন এবং ত্বকে সেন্সরটি রেখে ধীরে ধীরে তুলে নিন। এটি এতটাই সহজ!

চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী নয়।

সহজেই এটি করা যায়
সেন্সরটিকে যেন কোনও দরজা, গাড়ির দরজা, সিট বেল্ট বা আসবাবের প্রান্ত বাধা না দেয় সে সম্পর্কে নিশ্চিত হন।

ঝেড়ে শুকান
স্নান করা বা সাঁতার কাটার পরে সেন্সরটি আপনার তোয়ালেতে আটকে যাওয়া বা পড়ে যাওয়া সম্পর্কে অতিরিক্ত সাবধান হন।

স্পোর্টস এবং ভারী অনুশীলনের সময় সংযোগ
আপনার উপরি বাহুর পিছনে একটি জায়গা নিশ্চিতভাবে বেছে নিন যা পরে যাওয়ার ঝুঁকিকে ন্যূনতম করবে।

ধীরে করুন
পোশাক পরা বা খোলার সময় সেন্সরটি যাতে আপনার অন্তর্বাসে আটকে না যায় সে সম্পর্কে সাবধান থাকুন।

সেন্সরটি ঠিকভাবে কাজ করতে উপযুক্ত পোশাক পরুন
আলগা বা ঢিলেঢালা পোশাক এবং হালকা ওজনের মেটিরিয়াল পরে আপনার সেন্সরটিকে নিরাপদে ও যথাযথভাবে কাজ করতে দিন।

হ্যান্ডস অফ
সেন্সরটি পরে এটি নড়াচড়া করবেন না, টানবেন না বা স্পর্শ করবেন না।

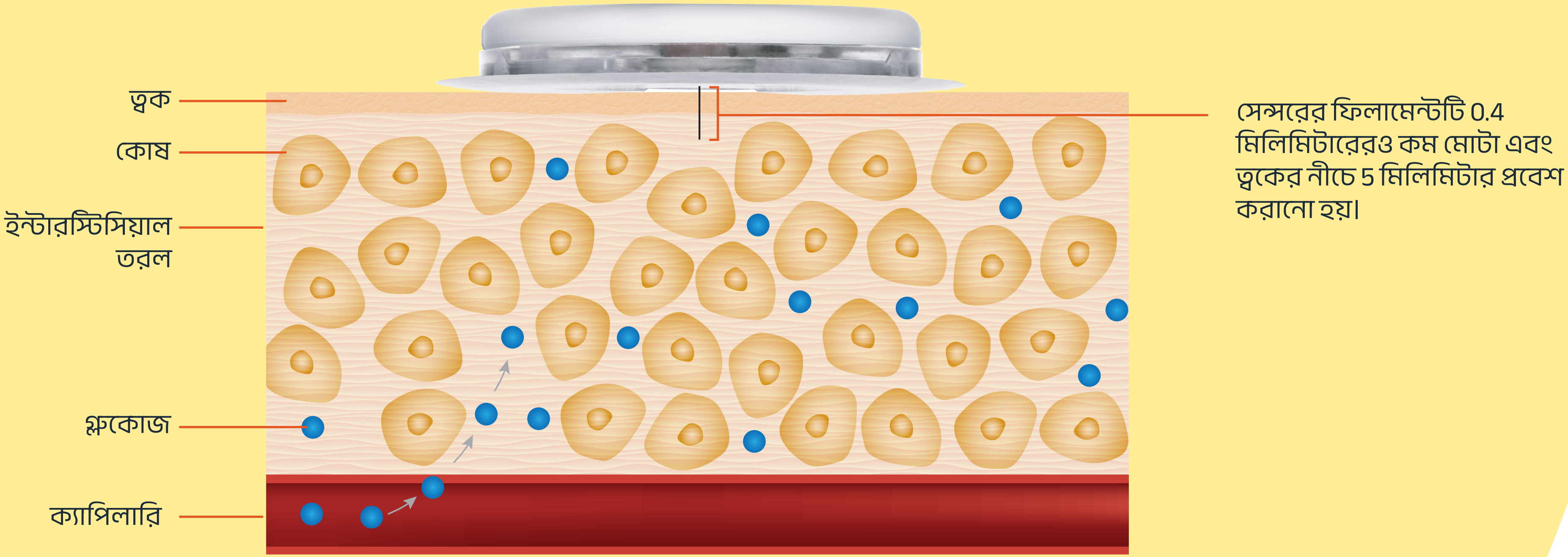
আপনি সেন্সরটি প্রয়োগ করার আগে:

- একটি অনুমোদিত অ্যাপ্লিকেশনের জায়গা - আপনার উপরি বাহুর পিছনের অংশ বেছে নেওয়া নিশ্চিত করুন।
- আপনি যেখানে সেন্সরটি প্রয়োগ করবেন সেখানে বডি লোশন বা ক্রিম ব্যবহার করবেন না কারণ এটি আপনার ত্বকে তেল তেল ভাব থাকতে পারে।
- সেন্সরের অ্যাডহেসিভ এবং আপনার ত্বকের মধ্যে এটি আটকে যাওয়া এড়াতে বাহুর যে কোনও অতিরিক্ত রোম শেভ করুন।

আপনার গ্লুকোজের পরিমাপটি অনুধাবন।

Libre 2 প্লাস সেন্সরের রিডিং কখনও কখনও আঙুলে ফুটো করে নেওয়া রক্তের গ্লুকোজের পরীক্ষার থেকে কেন আলাদা ?

আপনি আপনার উপরি বাহুর পিছনে Libre 2 Plus সেন্সরটি প্রয়োগ করার সময় ত্বকের নিচে একটি পাতলা ফিলামেন্ট প্রবেশ করানো হয়। এটি রক্ত বাহে পৌঁছায় না তবে এটি সেলগুলির চারপাশের অংশে ত্বকের তলের ঠিক নীচে যা ইন্টার্শটিশিয়াল তরল নামে পরিচিত সেই গ্লুকোজের পরিবর্তন পরিমাপ করে। একই সময়ে নেওয়া সেন্সর গ্লুকোজ এবং রক্তে গ্লুকোজের পরিমাপ সবসময় হুবহু নাও মিলতে পারে; কারণ, সেন্সরটি রক্তে গ্লুকোজের পরিবর্তে আন্তঃকোষীয় তরলের গ্লুকোজ পরিমাপ করে।[1]



1. Tarini, C. "The Technology of Glucose Sensors." *Glucose Sensor Use in Children and Adolescents*-এর pp. 7-12। Springer, Cham, 2020.

আপনার গ্লুকোজের ডেটা দেখা।

LibreLink অ্যাপ[1 2] Libre 2 Plus সেন্সরটি থেকে প্রতি মিনিটে স্বয়ংক্রিয় সুগার রিডিং পাওয়ার জন্য পরিকল্পিত[3] তবে আপনি এখনও যে কোনও সময় স্ক্যান করতে পারেন, এমনকি সিগন্যাল না থাকলেও। দ্রুত স্ক্যান ৪ ঘণ্টা অবধির হারানো ডেটা পূরণ করতে পারে তাই আপনি আপনার গ্লুকোজের প্রবণতা এবং ধরণের একটি সম্পূর্ণ ছবি পাবেন।

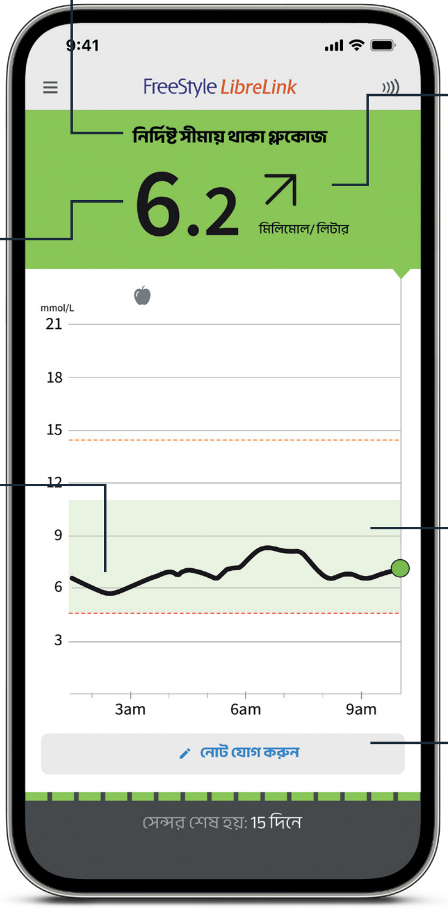
সীমার মধ্যে

গ্লুকোজ মেসেজ
আপনার গ্লুকোজের মাত্রা কোথায় আছে ও এটি কোন মুখী তা আপনাকে জানায়

6.2

বর্তমান সুগার রিডিং
টেক্সট-টু-স্পিচ, যখন সক্ষম থাকে

গ্লুকোজের রেখচিত্র
৪ ঘণ্টা অবধি গ্লুকোজের ইতিহাস



প্রবণতার তীর
গ্লুকোজের স্তরগুলির কীভাবে পরিবর্তন হচ্ছে তা সূচিত করে

লক্ষ্য গ্লুকোজের মাত্রা
এটি 3.9–10.0 mmol/L-এ সেট থাকে ও কাস্টমাইজ করা যাবে

নোট যোগ করুন

নোটগুলি
গ্লুকোজের রিডিংয়ে সহজেই নোটগুলি যোগ অথবা এডিট করুন

চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী বা ডেটা নয়।

1. FreeStyle LibreLink অ্যাপটি শুধুমাত্র মোবাইল ডিভাইস এবং অপারেটিং সিস্টেমগুলির সাথে সুসঙ্গত। অ্যাপটি ব্যবহার করার আগে ডিভাইসের সুসঙ্গতি সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে ওয়েবসাইটটি দেখে দিন। FreeStyle LibreLink-এর ব্যবহারের জন্য LibreView-এ রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন হতে পারে। **2.** আপনার স্মার্টফোন এবং সেন্সর একটি রেঞ্জের মধ্যে সংযুক্ত থাকলে তবেই গ্লুকোজের রিডিংগুলি স্বয়ংক্রিয়ভাবে FreeStyle LibreLink অ্যাপে দেখায়। **3.** সেন্সর প্রয়োগ করার সময় 60-মিনিট ধরে ওয়ার্ম আপ।

FREESTYLE LIBRE 2 সিস্টেম

সীমার মধ্যে বেশিক্ষণ থাকার অর্থ ভালোভাবে গ্লুকোজ নিয়ন্ত্রণ।

FreeStyle Libre 2 সিস্টেমটি স্বয়ংক্রিয়ভাবে আপনি লক্ষ্য সীমাতে, এর চেয়ে বেশি বা নীচে থাকা সময়ের শতাংশের পরিমাপ করে। সীমাতে থাকা সময় হ'ল লক্ষ্য সীমাতে থাকা আপনার গ্লুকোজের স্তর।

সীমাতে থাকা সময়কালের প্রতি 10% বৃদ্ধি **HbA1cকে 0.8% হ্রাস**[1] করতে পারে
HbA1c হ'ল গত 2-3 মাসে আপনার গড় গ্লুকোজের পরিমাণ।

সীমাতে থাকা অতিরিক্ত প্রতি ঘণ্টার **আপনার গ্লুকোজ নিয়ন্ত্রণের উপরে ইতিবাচক প্রভাব রয়েছে**[2]

সীমাতে বেশি সময় ব্যয় করা **দীর্ঘ-মেয়াদী স্বাস্থ্য বিষয়ক জটিলতাকে হ্রাস করতে পারে**[3]

গাইডলাইনের সুপারিশ হলো আপনার সীমাতে থাকা সময়কালের **কমপক্ষে 70%** ব্যয় (3.9-10.0 mmol/L)[2,4]

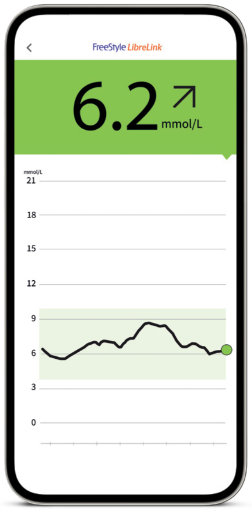
চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী বা ডেটা নয়।
HbA1c=গ্লাইকেটেড হিমোগ্লোবিন।

1. Vigersky, RA. *Diabetes Technol Ther* (2019): https://doi.org/10.1089/dia.2018.0310. **2.** Battelino, T. *Diabetes Care* (2019): https://doi.org/10.2337/dci19-0028. **3.** Beck, RW. *Diabetes Care* (2019): https://doi.org/10.2337/dc18-1444.

FREESTYLE LIBRE 2 সিস্টেম

আজই ডাউনলোড করুন।

ডাউনলোড করতে QR কোডটি স্ক্যান করুন



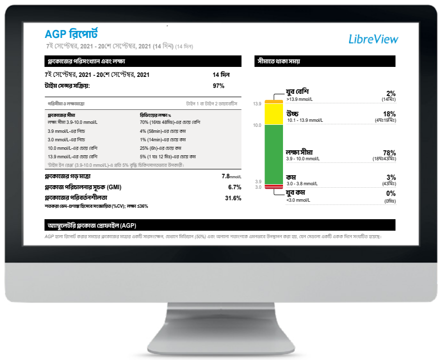
FreeStyle LibreLink

LibreLink অ্যাপের[3] সাহায্যে যে কোনও সময়ে[1], যে কোনও জায়গায়[2] রিয়েল-টাইম ডেটা দেখুন।

LibreLink অ্যাপের সাহায্যে ক্যাপচার করা ডেটা ওয়্যারলেস অবস্থায় এবং স্বয়ংক্রিয়ভাবে[4] LibreView[5]তে আপলোড হয়।

GET IT ON Google Play

Download on the App Store



LibreView

অনলাইনে আপনার গ্লুকোজের ডেটা দেখার সহজ উপায়।

LibreView[5] আপনাকে আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা পেশাদারদের সাথে সহজেই ডেটা শেয়ার করার অনুমতি দেয় এমনকি আপনি তাদের LibreView অনুশীলনের সাথে সংযুক্ত থাকলেও।

চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী বা ডেটা নয়।

1. সেন্সর প্রয়োগ করার সময় 60-মিনিট ধরে ওয়ার্ম আপের সময়কাল। **2.** সেন্সর জলের নীচে 1 মিটার (3 ফুট) অবধি জলরোধী। 30 মিনিটের চেয়ে বেশি সময় ডুবিয়ে রাখবেন না। 10,000 ফুটের বেশি উচ্চতায় ব্যবহার করা যাবে না। **3.** FreeStyle LibreLink অ্যাপটি শুধুমাত্র মোবাইল ডিভাইস এবং অপারেটিং সিস্টেমগুলির সাথে সুসঙ্গত। অ্যাপটি ব্যবহার করার আগে ডিভাইসের সুসঙ্গতি সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে ওয়েবসাইটটি দেখে দিন। FreeStyle LibreLink-এর ব্যবহারের জন্য LibreView-এ রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন হতে পারে। **4.** গ্লুকোজের ডেটা শেয়ারিংয়ের জন্য LibreView-এ নিবন্ধন আবশ্যক। LibreView-এর স্বয়ংক্রিয় আপলোডের জন্য একটি ওয়্যারলেস ইন্টারন্ট সংযোগ বা মোবাইল ডেটা সংযোগ আবশ্যক। **5.** LibreView ডেটা পরিচালনার সফ্টওয়্যারটি রোগী এবং স্বাস্থ্য পরিচর্যা পেশাদার দু'জনেরই ডায়াবেটিসে আক্রান্ত ব্যক্তি এবং তাদের স্বাস্থ্য পরিচর্যা পেশাদারদের কার্যকরভাবে ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণকে সাপোর্ট করতে পুরানো গ্লুকোজ মিটারের ডেটা রিভিউ, বিশ্লেষণ এবং মূল্যায়নে সাহায্যের মাধ্যমে ব্যবহারের জন্য উদ্দীষ্ট। LibreView সফ্টওয়্যার চিকিৎসা বিষয়ক সিদ্ধান্ত দিতে বা পেশাদার স্বাস্থ্যপরিচর্যার পরামর্শের বিকল্প হিসাবে ব্যবহার করার জন্য উদ্দীষ্ট নয়।

FreeStyle
Libre 2

আমাদের উদ্দেশ্য সাহায্য করা।

FreeStyle Libre 2 সিস্টেম সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য, উপযোগী রিসোর্সের জন্য নীচে আমাদের ওয়েবসাইটে যান।

FreeStyle.Abbott-এ আরও কিছু খুঁজে পান

বিকল্প উপায়ে, আপনি এখানেও আমাদের কল করতে পারেন:

0800 170 1177

সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল 8:00টা থেকে রাত্রি 8:00টা
শনিবার, রবিবার এবং অন্যান্য ছুটির দিনে সকাল 9:00টা থেকে বিকেলে 5:00টা।

সেন্সর খসে পড়া বা ত্রুটি বার্তার জন্য আপনি এখানে স্ক্যান করে আমাদের অনলাইন সহায়তা ব্যবহার করতে পারেন।

চিত্রগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে। প্রকৃত রোগী নয়।
© 2026 Abbott. সমস্ত অধিকার সংরক্ষিত।.
Libre, প্রজাপতির লোগো, সেন্সরের আকৃতি ও বাহ্যিক রূপ, হলুদ রঙ এবং সংশ্লিষ্ট চিহ্ন ও/অথবা ডিজাইনগুলো বিভিন্ন অঞ্চলে Abbott গ্রুপ অফ কোম্পানিজের মেধা সম্পত্তি।. অন্যান্য চিহ্নগুলো তার স্ব-স্ব মালিকের সম্পত্তি।. ADC-2694966 v1.0 07/26-এর চিহ্ন।

Abbott