



Freestyle Libre: Algemene informatie

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Schiepse bos 6
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste,

Deze brochure geeft u meer informatie over het Freestyle Libre-systeem en probeert op een aantal veelgestelde vragen antwoord te geven.

Mocht u na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet om ze te stellen.

Uw behandelende arts en de verpleegkundigen zijn steeds bereid om op al uw vragen te antwoorden.

INHOUDSTAFEL

- 1. Wat is...** 3
- 2. Hoe werkt het praktisch?**
- 3. Onderhoud**
- 4. Tips voor hechting van de sensor**
- 5. Het verschil tussen een vingerprik en een sensorwaarde**
- 6. Wanneer wel nog een vingerprik uitvoeren?**
- 7. Wanneer ketonen meten?**
- 8. Belangrijke opmerkingen**
- 9. Reizen**
- 10. Technische assistentie**
- 11. Info**

01 WAT IS...

Freestyle Libre 2-systeem

Met dit systeem kan u met behulp van een relatief kleine sensor en reader of compatibele GSM, uw glucosewaarden scannen.

U hoeft dus niet meer telkens een vingerprik uit te voeren wanneer u uw glucosewaarde of glycemie wenst te kennen. De aangebrachte sensor meet namelijk het glucosegehalte in het interstitieel vocht (het vocht dat tussen de weefsels zit) en kan gemakkelijk afgelezen worden op het scherm van de reader/GSM na een scانبeweging hiermee. Verder kan u ook optionele alarmen instellen die u waarschuwen als uw glucosewaarde te hoog of te laag is.

Binnen de diabetesconventie groep A is dit systeem volledig terugbetaald. Indien u deel uitmaakt van groep B (type 2 diabetes) kan u de sensor ook gebruiken maar dient er een vergoeding betaald te worden van ongeveer € 2,73 per dag, wat op ongeveer € 84 per maand neerkomt.



02 HOE WERKT HET PRAKTISCH?

U wordt uitgenodigd voor een opstartsessie van ongeveer een uur. De diabetesverpleegkundige legt het systeem grondig uit en leert u aan hoe u de sensor aanbrengt.

De sensor wordt aan de achterzijde van de bovenarm geplaatst. Na plaatsing heeft de sensor 1 uur opwarming nodig. Tijdens dit uur kan u niet scannen maar eventueel kan er wel een vingerprik uitgevoerd worden. Vingerprikken kan via de reader of de Freestyle Neo indien u met uw GSM zal scannen. Patiënten met type 2 diabetes kunnen hun huidige glucosemeter verder gebruiken om vingerprikken te doen.

U kiest zelf of u met de reader of met een compatibele GSM zal scannen, hoewel het wordt aangeraden om dit met behulp van een GSM te doen.

Door het aanbrengen van de sensor, kan er een kleine bloeding optreden als er tijdens het inschieten een klein bloedvat wordt geraakt. Dit stopt meestal spontaan. Verwijder de sensor niet, maar wacht tot het bloeden stopt.

Meestal werkt de sensor hierna gewoon normaal. Indien de bloeding na 30 minuten niet gestopt is, dient u te bellen naar de helpdesk van Abbott (tel. 0800 16772) om daar een nieuwe sensor aan te vragen ter vervanging. Gebruik een sensor uit uw voorraad om het opnieuw te proberen (zie ook 'technische assistentie'). Bewaar de sensor totdat u contact heeft gehad met de klantendienst.

Plaats geen nieuwe sensor direct na het eten, bewegen of insuline spuiten, omdat uw glucosewaarden dan onstabiel zijn. Kies dus een moment dat de trendpijl ook aangeeft dat de glucosewaarden stabiel zijn.

De sensor blijft 14 dagen ter plaatse. De reader of GSM geeft 3 dagen voordat de sensor eindigt een waarschuwing. Dit wordt herhaald op 2 dagen voor 'einde sensor' en ten slotte op de dag zelf.

Op het scherm van de reader/GSM verschijnt dan: 'sensor geëindigd, start nieuwe sensor om glucose

te controleren'. U start dan een nieuwe sensor zoals aangeleerd.

De sensor meet elke minuut automatisch het glucosegehalte en slaat deze gegevens op gedurende maximaal 8 uren.

Pas als u de sensor scant, wordt het glucosegehalte weergegeven en worden de laatste 8 uren van de door de sensor opgeslagen gegevens overgemaakt aan de reader/GSM. Die ziet u dan op het scherm van uw reader of GSM als ook de sensorglucosewaarde van dat moment met de bijbehorende trendpijl.

Indien u meer dan 8 uren tussen twee scanmomenten laat, gaan de oudste gegevens verloren en krijgt u een onderbreking in de grafiek.

De reader en de sensor mogen op maximaal 4 cm van elkaar gehouden worden om een scan te verkrijgen. U kan door uw kledij scannen.

U kan met het Freestyle Libre 2-systeem ook 3 optionele alarmen instellen.

- **Alarm lage glucose:** u kan een waarde kiezen tussen 60mg/dl en 100mg/dl; indien de glucosewaarde de ingestelde grens bereikt, krijgt u een alarm.
- **Alarm hoge glucose:** u kan een waarde kiezen tussen 120mg/dl en 400mg/dl; indien de glucosewaarde de ingestelde grens bereikt, krijgt u een alarm.
- **Alarm signaalverlies:** schakel dit in om te worden gewaarschuwd wanneer de door u ingestelde glucosealarmen niet beschikbaar zijn, omdat de sensor niet communiceert met de reader of GSM.

Als uw reader of GSM langer dan 20 minuten meer dan 6 meter verwijderd is van uw sensor, wordt de verbinding verbroken.

Indien het laag of hoog alarm afgaat, krijgt u een melding op het scherm met de boodschap: bevestig alarm en controleer glucose.

03 ONDERHOUD

Dit alarm blijft zich herhalen tot u een nieuwe scan uitvoert.

U kan na het scannen via het symbool van het potloodje op het scherm ook aantekeningen maken zoals voeding, bewegen, insuline.

U kan de reader reinigen met een doek bevochtigd met een mengsel bestaande uit 1 deel bleekmiddel en 9 delen water. Veeg de buitenzijde van de reader voorzichtig af en laat hem aan de lucht drogen. Leg de reader niet in water of andere vloeistoffen. Zorg dat er geen stof, vuil of dergelijke in de teststrippoort of USB-poort komt.

04 TIPS VOOR HECHTING VAN DE SENSOR

Bereid de huid voor alvorens de sensor aan te brengen:

- Scheer overtollige beharing af om een betere hechting te bekomen.
- Let op met het smeren van bodymilk of zonnecrème. Vermijd dit in de zone waar de sensor wordt aangebracht.
- Maak eventueel gebruik van een barrièrelaag om huidirritatie door de sensor te voorkomen. Bv. 3M Cavilon® spray of Coloplast® Prep Barrier Wipe. Deze vormen een doorzichtige beschermlaag op de huid.

Zorg voor een goede hechting tussen de huid en de sensor:

- Laat de ontsmettingsstof voldoende opdrogen.
- Maak gebruik van een kleverige hechtingslaag indien de sensor voorheen vroegtijdig losgekomen is.
Bv. Torbot® Skin Tac
- Kleef een pleister over de sensor. Leg hiervoor eerst een kompres over de sensor zodat deze niet mee wordt verwijderd wanneer u de pleister aftrekt.

Aandachtspunt:

Indien u het Freestyle libre-systeem al enige tijd in gebruik heeft, moet u aandachtig zijn voor de volgende zaken: bv. onvoldoende laten drogen, door routine te snel zijn,... Het is belangrijk om elke stap zorgvuldig te doorlopen, dit voor zowel het medisch aspect als voor allergieën, hechting en om extra kosten te vermijden. U kan niet telkens u een sensor verliest, hier een andere voor krijgen.






05 HET VERSCHIL TUSSEN EEN VINGERPRIK EN EEN SENSORWAARDE

Het is normaal dat de gescande sensorglucosewaarde en een vingerprikwaarde (bloedglucosewaarde) een beetje (maximum 10%) verschillen, want de glucose doet er iets langer over om in de interstitiële vloeistof te dringen dan in het bloed. De glucose dringt eerst de bloedbaan binnen voor ze door de interstitiële vloeistof wordt geabsorbeerd. Het glucosegehalte in de interstitiële vloeistof geeft dus het glucosegehalte in het bloed weer, maar met een vertraging van ongeveer 10 minuten.

Een stijging of daling in het glucosegehalte is dus altijd eerst zichtbaar in de bloedwaarde (vingerprik), want deze loopt altijd voor op de sensorwaarde. De bloedwaarde is de meest correcte. U kan ook altijd kijken naar de trendpijlen om een idee te hebben of u aan het stijgen of dalen bent in uw glucosewaarden.

Er is een hoger verschil tussen de vingerprikwaarden en de sensorwaarden bij een snelle evolutie van het suikergehalte, bv. na het eten, na een toediening van snelwerkende insuline of na lichaamsbeweging. U kan dit moment dan ook best niet gebruiken om te vergelijken. Sensor- en bloedglucosewaarden vergelijken wordt dan ook niet standaard aangeraaden.

De Glucosetrendpijl geeft u een indicatie van de richting die uw glucose opgaat.

	Glucose stijgt snel 18 mg/dl over 10 min.
	Glucose stijgt 11 tot 18 mg/dl over 10 min.
	Glucose verandert langzaam 11 mg/dl over 10 min.
	Glucose daalt 11 tot 18 mg/dl over 10 min.
	Glucose daalt snel 18 mg/dl over 10 min.

NB: de glucosetrendpijl verschijnt niet altijd bij uw meting.

06 WANNEER WEL NOG EEN VINGERPRIK UITVOEREN?

U controleert best de sensorwaarde door middel van een vingerprik in volgende situaties.

- Tot 24 uur na het aanprikken van de sensor kunnen de sensorwaarden afwijken van de vingerprikwaarden. De eerste 24 uur kan u dus best vertrouwen op de glycemiecontrole via de vingerprik tot de waarden van de sensor en vingerprik ongeveer overeenkomen.
- Indien er twijfel bestaat over de sensorwaarde.
- Bij hypoglycemie.
- Bij gevoel van hypoglycemie en toch een normale sensorwaarde.
- Bij een melding van 'Low' of 'High'.

Dit gebeurt door een vingerprik uit te voeren en hiervoor de blauwe teststrip in de reader te gebruiken.

07 WANNEER KETONEN METEN?

Ketonen zijn een teken van insulinetekort en geven risico op evolutie naar een ketoacidose.

Indien u last heeft van volgende symptomen, is het nodig dat u ketonen meet. Dit kan door een vingerprik, zoals u een vingerprik voor glycemiecontrole uitvoert, maar dan via de parse meetstrip (ketonenstrip).

- Verhoging van de glycemie (>250mg/dl)
- Ziektegevoel: ellendig, misselijk, maaglast, braken
- Moe of suf worden
- Dorstgevoel
- Versnelde ademhaling

08 BELANGRIJKE OPMERKINGEN

- De sensor is waterdicht gedurende 30 minuten tot een diepte van 1 meter. Je kan de sensor dus dragen tijdens het douchen, sporten en zwemmen.
- De Freestyle libre 2.0 geeft alarmen weer. Je kan kiezen uit 3 alarmen om in te stellen; hoog alarm, laag alarm en signaalverlies. Je kan via de weergegeven trendpijlen ook opvolgen hoe de evolutie van uw glucosespiegel is.
- Houd rekening met een vertragingstijd van ongeveer 10 minuten tussen de bloedwaarde en de sensorwaarde gezien het gaat om een interstitiële meting.
- De plaatsing dient te gebeuren op de achterkant van de bovenarm. Enkel daar is een correcte meting getest en gevalideerd.
- De sensor dient verwijderd te worden alvorens u onder de MRI/NMR gaat. Houd hier rekening mee, want dit is geen reden om een nieuwe sensor te kunnen verkrijgen.
- Bewaar de sensoren en reader op de juiste temperatuur, dit wil zeggen tussen de 4 - 30°C. Te hoge of te lage temperaturen kunnen ervoor zorgen dat de werking van de sensor niet meer nauwkeurig is.
- Let goed op de vervaldatum van de sensoren. Diegene met de kortste houdbaarheidsdatum dient u als eerste te gebruiken. Vervallen sensoren kunnen niet meer gebruikt worden en worden ook niet gratis vervangen door uw diabetescentrum of door de firma.
- Als u de reader oplaadt gedurende 3 uur, dan heeft u voor minstens 7 dagen een volledig opgeladen batterij. De levensduur van de batterij is afhankelijk van uw gebruik. Bij een **scanwaarde** verschijnt het bericht: '**Batterij bijna leeg**' als u nog genoeg heeft voor ongeveer één dag gebruik.

09 REIZEN

- Het systeem werkt enkel correct indien u een voldoende vochtinname hebt. Het systeem meet immers de glycemiewaarden in het vocht tussen de cellen. Indien u onvoldoende drinkt, hebt u te weinig circulerend vocht waardoor de metingen minder nauwkeurig zijn.
- Vermijd het aanbrengen van de sensor tijdens periodes van suikerinname of insuline injecties. Hierdoor is er een hogere variabiliteit.
- Het systeem is niet getest bij patiënten met implantaten. Indien u een pacemaker hebt, bespreek dit met uw cardioloog alvorens met het systeem te starten.

Met de sensor die u aangeprikt heeft, kan u probleemloos door de metaaldetector.

De voorraad sensoren stopt u best in een aparte tas in uw handbagage want deze mogen niet door de röntgenstralen, omdat de werking anders niet gegarandeerd wordt. Geef deze op voorhand af aan het veiligheidspersoneel.

Zorg voor een vliegtuigcertificaat of reisattest voor de Freestyle Libre. Deze attesten zijn verkrijgbaar bij uw diabeteseducator, vraag er dus tijdig om.

Plaats de sensoren niet in uw koffer die in het bagageruim gaat. Hierin kan het vriezen en zo kunnen de sensoren beschadigd raken.

10 TECHNISCHE ASSISTENTIE

Tijdens de vlucht scant u best de sensor niet en controleert u veiligheidshalve tijdelijk uw glucosewaarde aan de hand van een vingerprik.

Indien u op vakantie vertrekt en thuis onvoldoende voorraad hebt, kan u eventueel een reservesensor komen afhalen. Deze wordt dan in mindering gebracht van het tegoed sensoren van de volgende consultatie.

Indien u vragen heeft of problemen met de sensor ondervindt, neem dan EERST contact op met de firma Abbott.

Dit kan elke werkdag van 8.30 tot 17 uur via tel. 0800 167 72.

De medewerkers van de helpdesk overlopen een vragenlijst en beslissen dan of u recht heeft op een nieuwe sensor, of helpen u verder met uw probleem.

Zorg steeds dat u het serienummer van uw sensor bij de hand heeft. Dit nummer vindt u terug in de reader door in de rechter bovenhoek op het tandwiel te klikken en naar beneden te scrollen (via het pijltje) naar pagina 2. Tik op 'systeemstatus'. Hier kiest u voor 'systeeminformatie'. U scrollt via het pijltje naar beneden naar pagina 2. Hier vindt u de serienummers van de sensoren.

Verwijder de sensor NOOIT alvorens u naar de firma heeft gebeld! U dient binnen de maand na het probleem contact te nemen, anders krijgt u zeker geen vervangsensor meer.

11 INFO

Indien de firma het defect niet heeft nagekeken en goedgekeurd, heeft u geen recht op een gratis vervangsensor! U kan dus niet zomaar sensoren komen bijhalen in ons diabetescentrum. De gratis vervangsensor wordt naar u opgestuurd. Indien u geen recht heeft op een nieuwe, dient u te vingerprikken totdat de looptijd van de sensor voorbij is of dient u zelf een sensor aan te kopen.

Per telefoongesprek kan u ook slechts 1 defecte sensor doorgeven! Heeft u meerdere defecte sensoren, dan dient u herhaaldelijk te bellen naar de firma. Bij verlies van de reader of bij schade door eigen toedoen worden de kosten in rekening gebracht voor de patiënt zelf. Een nieuwe sensor kost 60 euro.

Meer informatie en instructievideo's kan u vinden op:
www.myfreestyle.be

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen, contacteer dan:

8 - 16.30 uur
Diabetescentrum verpleegkundigen
tel. 089 32 55 91

8 - 17 uur
Helpdesk Abbott
tel. 0800167 72

www.myfreestyle.be



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be