

Как читать CGM

Цифра, стрелка и график: шесть простых ориентиров

Цифра + стрелка + график + самочувствие.

Шесть простых ориентиров

1. Посмотрите на цифру и время

Убедитесь, что на экране актуальное измерение, а не старые данные.

2. Оцените стрелку

Она показывает направление изменений. Точные скорости зависят от модели.

3. Откройте график

Посмотрите на последние часы и повторяющиеся изменения.

4. Учитывайте уведомления

Действуйте по своему плану. Настройки и возможности различаются.

5. Помните о среде измерения

CGM измеряет в межклеточной жидкости. Значение может отличаться от глюкометра.

6. Сопоставьте с самочувствием

При несовпадении, неожиданном значении или требовании системы проверьте глюкометром по инструкции. При выраженных симптомах не откладывайте помощь.

Следуйте своему плану

Не рассчитывайте дозу инсулина только по стрелке. Следуйте своему плану и инструкции вашей системы. Вопросы о повторяющихся изменениях обсудите с лечащим врачом.