

Inställningar (forts.)

- 3. För att bläddra igenom alternativen under Inställningar så som visas på bilden, trycker du på knappen **▲** eller **▼** tills önskad symbol **blinkar**.
- 4. Tryck på **OK**-knappen för att välja den blinkande symbolen.
- 5. För att ändra en inställning trycker du på knappen **▲** eller **▼**. Du kan slå Av eller På inställningen, eller ändra värdet.
- 6. För att godkänna ändringen och återgå till Startskärmen trycker du på **OK**-knappen.

Avsluta Inställningar och gå tillbaka till Startskärmen:

- 1. Tryck på knappen **▲** eller **▼** tills symbolen **Inställningar** blinkar.
- 2. Tryck på **OK**-knappen.

Om du befinner dig i en inställning såsom Datum och vill avsluta trycker du på **OK**-knappen flera gånger tills du kommer tillbaka till **Startskärmen**.

Ställ in Övergripande målområde



VARNING
Diskutera dina inställningar för målområden med läkare.

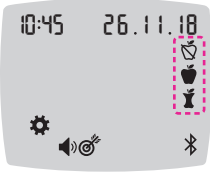
Om **Måltidsmarkeringar** är Av, kan du endast ställa in **1 Målområde**. För att ställa in **Målområde Före måltid** och **Efter måltid** se bruksanvisningen CONTOUR CARE.

- 1. För att markera symbolen **Inställningar** från Startskärmen trycker du på knappen **▼**.
- 2. När symbolen **Inställningar** blinkar, trycker du på **OK**-knappen för att komma in i **Inställningar**.
- 3. För att bläddra till symbolen **Målområde** , trycker du på knappen **▲** eller **▼**. När symbolen blinkar trycker du på **OK**-knappen.
- 4. För att ställa in den blinkande inställningen **Övergripande Målområde** **Lågt**, trycker du på knappen **▲** eller **▼** och därefter på **OK**-knappen.



Aktivera måltidsmarkeringar

- 1. För att markera symbolen **Inställningar** från Startskärmen trycker du på knappen **▼**.
- 2. När symbolen **Inställningar** blinkar trycker du på **OK**-knappen för att komma in i **Inställningar**.
- 3. För att bläddra till symbolen **Måltidsmarkeringar**, trycker du på knappen **▲** eller **▼**.
- 4. När symbolen **Måltidsmarkeringar** blinkar, trycker du på **OK**-knappen.
- 5. Tryck på knappen **▲** eller **▼** tills On (På) blinkar och därefter på **OK**-knappen.

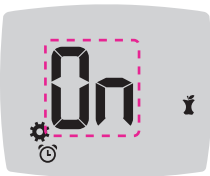


ANM: Med **Måltidsmarkeringar** På, kan du ställa in **Målområde Före måltid** och **Efter måltid** (se bruksanvisningen för CONTOUR CARE). Du kan även ställa in en **Påminnelse**.

Aktivera Påminnelsefunktionen

När **Måltidsmarkeringar** är aktiverade kan du ställa in en **Påminnelse** för att testa ditt glukos när du har markerat ett värde som **Före måltid**. Om **Måltidsmarkeringar** är Av, se avsnittet **Aktivera måltidsmarkeringar** i denna vägledning.

- 1. För att markera symbolen **Inställningar** från Startskärmen trycker du på knappen **▼**.
- 2. När symbolen **Inställningar** blinkar, trycker du på **OK**-knappen för att komma in i **Inställningar**.
- 3. För att bläddra till symbolen **Påminnelse** , trycker du på knappen **▲** eller **▼**.
- 4. När symbolen **Påminnelse** blinkar, trycker du på **OK**-knappen.
- 5. Tryck på knappen **▲** eller **▼** tills On (På) blinkar och därefter på **OK**-knappen.



Välja en måltidsmarkering under ett test av glukos

Symboler för måltidsmarkeringar

 Fastande

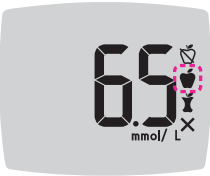
 Efter måltid

 Före måltid

 Ingen markering

ANM: Du måste göra ett test av glukos innan du kan välja en **Måltidsmarkering**. **Du kan inte välja en Måltidsmarkering under Inställningar**.

- 1. Testa glukos. Se *Testning på fingertopp* i denna vägledning.
- 2. Ta inte bort teststicken förrän du valt en **måltidsmarkering**. En **Måltidsmarkering** blinkar på resultatskärmen för glukos.
- 3. Om den blinkande **Måltidsmarkering** är den önskade, tryck på **OK**-knappen. För att välja en annan **måltidsmarkering**, trycker du på knappen **▲** eller **▼**.
- 4. När den önskade **Måltidsmarkering** blinkar, tryck på **OK**-knappen.

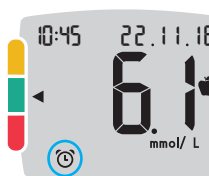
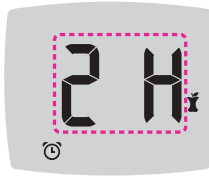


ANM: Om du inte väljer en **Måltidsmarkering** inom 3 minuter, stängs mätaren Av. Ditt värde för glukos sparas i Loggboken utan någon **Måltidsmarkering**.

Ställ in en Påminnelse

- 1. Se till att funktionen **Påminnelse**  är På under **Inställningar**.
- 2. Markera ett värde för glukos som ett **Före måltids**-värde och tryck sedan på **OK**-knappen.
- 3. För att bläddra från 2- till 0,5-timmarsintervall trycker du på knappen **▲** eller **▼**.
- 4. För att ställa in en **Påminnelse** trycker du på **OK**-knappen.

Skärmbilden återgår till värdet för **Före Måltid**. Symbolen **Påminnelse**  visas för att bekräfta att en påminnelse har ställts in.



LO resultat

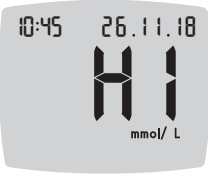
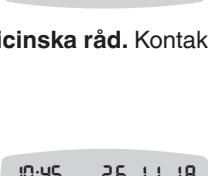
Om mätaren piper två gånger och skärmbilden **LO** (lågt) visas, är värdet på ditt glukos under 0,6 mmol/L.

Följ omedelbart medicinska råd. Kontakta sjukvårdspersonal.

HI resultat

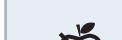
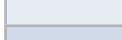
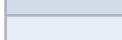
Om mätaren piper en gång och skärmbilden **HI** (høgt) visas, är ditt värde för glukos över 33,3 mmol/L.

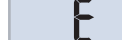
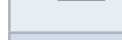
- 1. Tvätta och torka händerna ordentligt.
 - 2. Testa igen med en ny teststicka.
- Om resultatet fortfarande överstiger 33,3 mmol/L, **ska du omedelbart rådgöra med läkare**. Kontrollera även ditt ketonvärde. För att stänga av mätaren drar du ut teststicken.



Mätarens display

Symbol	Förklaring
	Din loggbok
	Mätarinställningar
	En inställning för Målområde eller Målområde
	Testresultat för glukos är över målområdet
	Testresultat för glukos är inom målområdet
	Testresultat för glukos är under målområdet

Symbol	Förklaring
	Fastande -markering; används vid testning efter fastande (ingen mat eller dryck under 8 timmar, med undantag för vatten eller kalorfria drycker)
	Före måltid -markering; används vid testning inom 1 timme före en måltid
	Efter måltid -markering; används vid testning inom 2 timmar efter den första tuggan under en måltid
	Ingen Måltidsmarkering vald
	Påminnelsefunktion
	Ljurfunktion

Symbol	Förklaring
	Indikerar att Bluetooth -inställningen är aktiverad; mätaren kan kommunicera med en mobil enhet
	Anger ett måtarfel
	Batterierna är svaga och behöver bytas ut
	Genomsnittsvärden för 7, 14, 30 respektive 90 dagar
	Totalt antal värden för glukos som använts för att beräkna genomsnittsvärden
	Resultat från test med kontrolllösning
	Tillsätt mer blod till samma teststicka

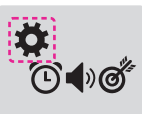
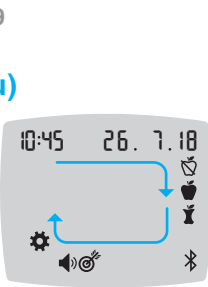
 Med appen CONTOUR®DIABETES kan du överföra resultat från din mätare till din kompatibla smartphone eller surfplatta. Se mätarens bruksanvisning för instruktioner och funktioner.

Asetukset (jatkuu)

- 3. Selaa kuvan Asetukset-vaihtoehtoja painamalla **▲** tai **▼**-painiketta, kunnes haluamasi symboli **vilkkuu**.
- 4. Valitse vilkkuva symboli painamalla **OK**-painiketta.
- 5. Voit muokata asetusta painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta. Voit ottaa asetuksen käyttöön tai poistaa sen käytöstä tai muuttaa arvoa.
- 6. Voit hyväksyä muutoksen ja palata **kotiruutuun** painamalla **OK**-painiketta.

Asetuksista poistuminen ja kotiruutuun palaaminen:

- 1. Paina **▲**- tai **▼**-painiketta, kunnes **Asetukset**-symboli  vilkkuu.
 - 2. Paina **OK**-painiketta.
- Jos olet asetuksessa, esimerkiksi Päiväasetuksessa, ja sinun pitää poistua siitä, paina **OK**-painiketta toistuvasti, kunnes palaat **kotiruutuun**.



Aseta kokonaistavoitealue



VAROITUS
Keskustele tavoitealueiden asettamisesta hoitohenkilöstön kanssa.

Jos **ateriamerkinnät** eivät ole käytössä, voit asettaa vain **1 tavoitealueen**. Aseta **Enn. ateriala** ja **Aterian jälk. -tavoitealueet** katsomalla CONTOUR CARE -käyttöopas.

- 1. Korosta **Asetukset**-symboli  **kotiruudusta** painamalla **▼**-painiketta.
- 2. Kun **asetusten** symboli vilkkuu, voit siirtyä **asetuksiin** painamalla **OK**-painiketta.
- 3. Selaa **tavoitealueen** symboliin , painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta. Kun symboli vilkkuu, paina **OK**-painiketta.
- 4. Aseta vilkkuva **matala kokonaistavoite** painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta ja sitten **OK**-painiketta.



- 5. Aseta vilkkuva **korkea kokonaistavoite** painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta ja sitten **OK**-painiketta.

Ateriamerkintöjen asettaminen päälle

- 1. Korosta **Asetukset**-symboli  **kotiruudusta** painamalla **▼**-painiketta.
- 2. Kun **asetusten** symboli vilkkuu, voit siirtyä **asetuksiin** painamalla **OK**-painiketta.
- 3. Selaa **ateriamerkinnän** symboleihin painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta.
- 4. Kun haluamasi **ateriamerkinnän** symboli vilkkuu, paina **OK**-painiketta.
- 5. Paina **▲**- tai **▼**-painiketta, kunnes On (Päällä) **vilkkuu**, ja paina sitten **OK**-painiketta.

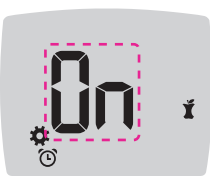


HUOMAUTUS: Kun **ateriamerkinnät** ovat käytössä, voit asettaa **muistutuksen** verengluukoosiin mittaukseen, kun olet lisännyt tulokseen merkinnän **Enn. ateriala**. Jos **ateriamerkinnät** ovat pois käytöstä, katso tämän oppaan kohta **Ateriamerkintöjen asettaminen päälle**.

Muistutusominaisuuden ottaminen käyttöön tai pois

Kun **ateriamerkinnät** ovat käytössä, voit asettaa **muistutuksen** verengluukoosiin mittaukseen, kun olet lisännyt tulokseen merkinnän **Enn. ateriala**. Jos **ateriamerkinnät** ovat pois käytöstä, katso tämän oppaan kohta **Ateriamerkintöjen asettaminen päälle**.

- 1. Korosta **Asetukset**-symboli  **kotiruudusta** painamalla **▼**-painiketta.
- 2. Kun **asetusten** symboli  vilkkuu, voit siirtyä **asetuksiin** painamalla **OK**-painiketta.
- 3. Selaa **muistutuksen** symboliin , painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta.
- 4. Kun **muistutuksen** symboli  vilkkuu paina **OK**-painiketta.
- 5. Paina **▲**- tai **▼**-painiketta, kunnes On (Päällä) **vilkkuu** ja paina sitten **OK**-painiketta.



Ateriamerkinnän valitseminen verengluoosimittauksen aikana

Ateriamerkinnän symbolit

 Paasto

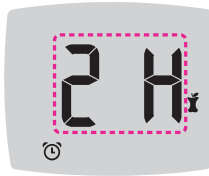
 Aterian jälk.

 Enn. ateriala

 Ei merkintää

HUOMAUTUS: Ennen kuin voit valita **ateriamerkinnän**, sinun täytyy mitata verengluukoosi. Et voi valita **ateriamerkintää** **asetuksista**.

- 1. Mittaa verengluukoosisi. Katso tämän oppaan kohta *Näytteenotto sormenpäästä*.
- 2. Älä poista liuskaa ennen kuin olet valinnut **ateriamerkinnän**. **Ateriamerkintä** vilkkuu verengluukoosimittauksen näyttössä.
- 3. Jos vilkkuva **ateriamerkintä** on se merkintä, jota haluat, paina **OK**-painiketta. Valitse toinen **ateriamerkintä** painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta.
- 4. Kun haluamasi **ateriamerkintä** **vilkkuu**, paina **OK**-painiketta.



HUOMAUTUS: Jos et valitse jotakin **ateriamerkintää** 3 minuuttiin, mittari sammuu. Verengluukoosituloksesi tallennetaan **päiväkirjaan** ilman **ateriamerkintää**.

Muistutuksen asettaminen

- 1. Varmista, että **Muistutus** -ominaisuus on käytössä **asetuksissa**.
- 2. Merkitse verengluukoositulos **Enn. ateriala** -tulokseksi ja paina sitten **OK**-painiketta.
- 3. Voit selata 2 tunnista 0,5 tuntiin puolen tunnin askelin painamalla **▲**- tai **▼**-painiketta.
- 4. Aseta **muistutus** painamalla **OK**-painiketta.

Näyttö palaa **Enn. ateriala** -tulokseen. **Muistutus**-symboli  näkyy, mikä vahvistaa muistutuksen asetuksen.



LO (matala) -tulokset

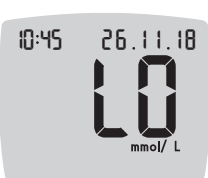
Jos mittarista kuuluu kaksi piippausta ja näkyvissä on **LO** (matala) -näyttö, glukositas on alle 0,6 mmol/L.

Noudata heti diabeteshoitajan/lääkärin ohjeita. Ota yhteys hoitohenkilöstöön.

HI (korkea) -tulokset

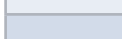
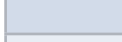
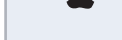
Jos mittarista kuuluu yksi piippaus ja näkyvissä on **HI** (korkea) -näyttö, verengluukoositulos on yli 33,3 mmol/L.

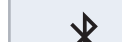
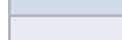
- 1. Pese ja kuivaa kädet hyvin.
 - 2. Mittaa uudelleen uudella liuskalla.
- Jos tulokset ovat edelleen yli 33,3 mmol/L, **noudata heti diabeteshoitajan/lääkärin ohjeita**. Tarkista myös ketoainetasosi. Sammuta mittari irrottamalla liuska.



Mittarin näyttö

Symboli	Merkitys
	Päiväkirja
	Mittarin asetukset
	Tavoitealue tai tavoitealue asetus
	Verengluukoosiin mittaus tulos on tavoitealueen yläpuolella
	Verengluukoosiin mittaus tulos on tavoitealueen sisällä
	Verengluukoosiin mittaus tulos on tavoitealueen alapuolella

Symboli	Merkitys
	Paasto -merkintä; käytetään mitattaessa paaston jälkeen (ei muuta ruokaa tai juomaa 8 tuntiin kuin vettä tai kaloritonta juomaa)
	Käytä Enn. ateriala -merkintää, kun teet mittausta 1 tunnin sisällä ennen ateriala
	Käytä Aterian jälk. -merkintää, kun teet mittausta 2 tunnin sisällä aterian aloittamisen jälkeen
	Ei valittua ateriamerkintää
	Muistutusominaisuus
	Ääniminaisuus

Symboli	Merkitys
	Osoittaa, että langaton Bluetooth -asetus on päällä; mittari voi kommunikoida mobiililaitteen kanssa
	Osoittaa mittarivirhetä
	Paristojen varaus on vähäinen, ja ne täytyy vaihtaa
	7, 14, 30 ja 90 päivän keskiarvot
	Keskiarvojen laskemiseen käytettyjen verengluukoositulosten kokonaismäärä
	Kontrollikoetulos
	Lisää verta samalle liuskalle

 CONTOUR®DIABETES -sovelluksella voit siirtää mittaus tulokset mittaristasi yhteensopivaan älypuhelimteen tai tablettiin. Katso ohjeet ja ominaisuudet mittarin käyttöoppaasta.