

mySugr-boluslaskurin käyttöohje

Version: 3.13.1_Android - 2025-04-08

1 Käyttöaiheet

1.1 Käyttötarkoitus

mySugr-boluslaskuri, joka on mySugr-lokikirjasovelluksen toiminto, on tarkoitettu insuliiniriippuvaisen diabeteksen hallintaan ja laskee bolusinsuliiniannoksen tai nautittavan hiilihydraattimäärän hoitotietojesi perusteella. Ennen sen käyttöä käyttäjän on määritettävä asetukset syöttämällä vastuulliselta terveydenhuollon ammattilaiselta saadut parametrit, joita ovat verensokerin tavoitearvo, insuliini-hiilihydraattisuhde, insuliinin korjauskerroin ja insuliinin vaikutusaika. Laskentaa varten algoritmi käyttää asetuserien lisäksi senhetkisiä verensokeriarvoja, nautittavaksi suunniteltuja hiilihydraattimääriä sekä aktiivista insuliinia, joka lasketaan kunkin insuliinityypin vaikutuskäyrän perusteella.

1.2 Kenelle mySugr-boluslaskuri on tarkoitettu?

mySugr-boluslaskuri on suunniteltu seuraavanlaisille käyttäjille:

- joilla on diagnosoitu insuliiniriippuvainen diabetes
- jotka ovat vähintään 18-vuotiaita
- joita hoidetaan lyhytvaikutteisella ihmisinsuliinilla tai pitkävaikutteisella insuliinianalogilla
- jotka saavat tehostettua insuliinihoitoa useiden päiväinjektoiden (MDI) tai insuliinin jatkuvan ihonalaisen infuusion (CSII) muodossa
- joiden hoitoa ohjaa lääkäri tai muu terveydenhuollon ammattilainen
- jotka fyysisesti ja henkisesti kykenevät itsenäisesti hallitsemaan omaa diabeteshoitoaan
- jotka osaavat käyttää älypuhelinta sujuvasti.

1.3 Käyttöaiheet

mySugr-boluslaskuri on tarkoitettu seuraaville käyttäjille:

- joilla on diagnosoitu insuliiniriippuvainen diabetes
- joita hoidetaan lyhytvaikutteisella ihmisinsuliinilla tai pitkävaikutteisella insuliinianalogilla
- jotka saavat tehostettua insuliinihoitoa useiden päiväinjektoiden (MDI) tai insuliinin jatkuvan ihonalaisen infuusion (CSII) muodossa

1.4 Käyttöympäristö

Mobiilisovelluksena mySugr-boluslaskuria voi käyttää missä tahansa ympäristössä, jossa älypuhelinta tavallisesti käytetään ja jossa sen käyttö on turvallista.

2 Vasta-aiheet

2.1 Boluksen laskentaa koskevat olosuhteet

mySugr-boluslaskuria ei voi käyttää seuraavissa tapauksissa:

- käyttäjän verensokerimerkintä on alle 20 mg/dL tai 1,2 mmol/L
- käyttäjän verensokerimerkintä on yli 500 mg/dL tai 27,7 mmol/L
- laskennassa käytetty käyttäjän verensokerimerkintä on yli 15 minuuttia vanha.

2.2 Insuliinia koskevat rajoitukset

mySugr-boluslaskuria saa käyttää vain sovelluksen asetuksissa [lueteltujen insuliinien](#) kanssa, eikä sitä erityisesti saa käyttää yhdessä yhdistelmäinsuliinin tai pitkävaikutteisen insuliinin kanssa.

mySugr-boluslaskurin asetuksissa ja boluslaskurissa voi käyttää vain yhtä insuliinityyppiä. Usean eri insuliinin käyttö ei ole sallittua tämän laitteen kanssa.

3 Varoitukset



3.1 mySugr-boluslaskuri ei korvaa ammattimaista lääketieteellistä hoitoa

mySugr-boluslaskuria käytetään diabeteksen hoidon tukena, mutta se ei korvaa käyntejä lääkärin / terveydenhuollon ammattilaisen luona. Tarvitset edelleen pitkäaikaisten glukoosiarvojen ammattimaista ja säännöllistä seurantaa. Olet itse vastuussa glukoosipitoisuuden seuraamisesta, riippumatta mySugr-boluslaskurin käytöstä.

mySugr-boluslaskurin parametrit tulisi tarkistaa ja optimoida säännöllisten lääkärisäkäyntien yhteydessä.

3.2 mySugr-boluslaskuri on riippuvainen syöttämiesi tietojen oikeellisuudesta

mySugr-boluslaskuri on riippuvainen syötettyjen tietojen tarkkuudesta. Se ei toimi oikein, jos syötät väärän verensokerimerkinnän tai hiilihydraattimäärän tai väärän hoitotekijän. Olet itse aina vastuussa suositellun insuliiniannoksen tarkistamisesta ja henkilökohtaisiin kokemuksiin perustuvan arviointikyvyn käytöstä.

3.3 mySugr-boluslaskuri on sitä tarkempi, mitä uudemmpaa verensokerimerkintää käytät

Bolusehdotus on mahdollista saada ilman ajankohtaista verensokerimerkintää, mutta turvallisuussyistä tämä ei ole suositeltavaa. Insuliiniannoksen laskenta ilman ajankohtaista verensokerimerkintää lisää matalien ja korkeiden glukoosipitoisuuksien riskiä. Keskustele tästä mahdollisuudesta ja sen riskeistä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.

3.4 mySugr-boluslaskuri ei voi arvioida erityisiä olosuhteita

mySugr-boluslaskuri ei voi arvioida eikä kompensoida olosuhteiden kuten stressin, sairauden tai aktiivisuuden vaikutuksia päivittäiseen diabeteksen hoitoosi. Nämä yksittäiset olosuhteet voivat vaikuttaa vaadittuun insuliiniannokseen ja niitä on seurattava ja säädettävä yksilöllisen hoidon tarpeiden mukaisesti.

3.5 Suositellut päivitykset

mySugr-boluslaskurin turvallisen ja optimoidun toiminnan varmistamiseksi on suositeltavaa asentaa ohjelmistopäivitykset heti, kun ne ovat saatavilla.

3.6 Älypuhelimien suojaus ja ylläpito

Tehostaaksesi älypuhelimien suojausta mySugr-boluslaskurin käytön aikana sekä varmistaaksesi, että vain sinä voit käyttää boluslaskuria, älypuhelimessa on oltava käytössä tunnistautumismenetelmä (lukituksen poistotoiminto) ennen mySugr-boluslaskurin asetusten määrittämistä sekä asetusten päivittämistä varten. Suosittelemme, että valitset vahvan salasanan tai jonkin muun vahvan tunnistautumismenetelmän, ja ettet anna salasanaasi ulkopuolisten käyttöön.

Suosittelimme, että sallit vain luotettaville sovelluksille oikeuden käyttää järjestelmäpalveluita.

mySugr-boluslaskurin asianmukaisen käytettävyyden varmistamiseksi suosittelemme, ettei sovellusta käytetä, jos älypuhelimien näytössä on halkeamia tai näyttö on vaurioitunut.

Tietojen eheyden ja suojauksen varmistamiseksi mySugr-boluslaskuria ei saa käyttää rootatuissa älypuhelimissa tai älypuhelimissa, joihin on asennettu Jailbreak.

3.7 mySugr-boluslaskuri on tarkoitettu ainoastaan henkilökohtaiseen käyttöön

mySugr-boluslaskuri ja sen asetukset on tarkoitettu ainoastaan henkilökohtaiseen käyttöön. Älä anna muiden diabeetikoiden käyttää mySugr-boluslaskuriasi bolusehdotusten laskentaan, vaikka heillä olisi samat hoitoedellytykset, sillä se voi aiheuttaa vakavaa

terveydellistä vahinkoa.

4 Asennus

mySugr-boluslaskuri on mySugr-lokikirjan lisäosa. Saat sen lataamalla mySugr-lokikirjan Apple App Storesta tai Google Play Kaupasta. Lisätietoa mySugr-lokikirjan asennuksesta ja käytöstä on mySugr-lokikirjan käyttöohjeessa.

5 Laskeminen

5.1 Aktivointi

Aloita napauttamalla ”+”-painiketta, jolloin mySugr-lokikirjaan avautuu uusi merkintä (kuva 1). Tuo tai syötä verensokeri ja/tai hiilihydraatit ja napauta Boluslaskuri-kentässä olevaa ”Laske”-painiketta (kuva 2).

Jokaiselle tuodulle bolukselle näkyy uusi ”Insuliini (bolus)” -merkintä sisältäen päivämäärän, kellonajan ja annosteltujen yksikköjen määrän. Yksikköjen määrä näkyy ruudun sisällä alla esitetyn kuvan mukaisesti.



Kuva 1: Avaa uusi merkintä



Kuva 2: Napauta ”Laske”-painiketta

Joissain maissa mySugr-boluslaskurin ensimmäisen käyttökerran yhteydessä sinua pyydetään poistamaan mySugr-boluslaskurin lukitus syöttämällä terveydenhuollon ammattilaiselta saamasi aktivointikoodi (kuvat 3 ja 4). Jos aktivointikoodia ei pyydetä, voit jatkaa mySugr-boluslaskurin asetusten määrittystä.



Kuva 3: Hoitosuunnitelmaan merkitty aktivointikoodi (maasta riippuen)



Kuva 4: Poista mySugr-boluslaskurin lukitus (maasta riippuen)

TÄRKEÄÄ: mySugr-lokikirjassa voit lisätä, poistaa ja siirtää syöttökenttiä napauttamalla ”Muokkaa kenttiä” -painiketta (kuva 5).

Napauttamalla silmäkuvaketta voit tuoda kenttiä näkyviin tai piilottaa niitä (kuva 6). Huomioi, että tämän toiminnon käyttö voi vaikuttaa siihen, mitä lokikirjamerkinnoissä näkyy. Jos ”Bolus (ateria)” ja ”Bolus (korj.)” on piilotettu, myös mySugr-boluslaskuri on piilotettu. Huomautus: ”Bolus (ateria)” ja ”Bolus (korj.)” on ryhmitelty yhteen, eikä niitä voi siirtää yksittäin.



Kuva 5: Muokkaa kenttiä



Kuva 6: Tuo kenttiä näkyviin tai piilota kenttiä

5.2 Asetukset

mySugr-boluslaskurin käyttö edellyttää puhelimen suojakoodin, sormenjälkitunnistuksen tai kasvojentunnistuksen käyttöä. Näin varmistetaan, että vain sinä voit määrittää mySugr-boluslaskurin asetukset tai muuttaa niitä. Ennen kuin mySugr-boluslaskuri voi antaa bolusehdotuksia, sinun on vastattava muutama kysymykseen koskien henkilökohtaisia asetuksiasi.

5.2.1 Tärkeät määritelmät ja oletusarvot

Aktiivinen insuliini: Kyseisellä hetkellä elimistössä vaikuttava insuliini, joka laskee glukoosipitoisuutta. Tämä määrä ei sisällä sitä insuliinia, joka tarvitaan nautittua hiilihydraattimäärää varten. Se ei myöskään sisällä basaali-insuliinia.

Tavoitealue: Hyväksyttävänä pidettävät glukoosipitoisuudet vatsan ollessa tyhjä (paasto) tai ennen ateriaa (oletusalue: 70–180 mg/dL tai 3,9–10 mmol/L).

Arvo hiilihydraattisuositukselle: Asetus, jonka alapuolella glukoosipitoisuus katsotaan matalaksi (oletusarvo: 70 mg/dL tai 3,9 mmol/L). Jos teet tässä tapauksessa laskennan, sinua kehoitetaan syömään sopiva määrä hiilihydraatteja.

Huippupitoisuus: Aika, jonka odotetaan kuluvan ennen kuin insuliini alkaa laskea glukoosipitoisuutta elimistössä (oletusarvo: 60 minuuttia).

Vaikutusaika: Se aika, kun insuliinin odotetaan laskevan glukoosipitoisuutta (oletusarvo: 4 tuntia 30 minuuttia).

Maksimiannos: Kerralla annosteltava suurin insuliinimäärä. Tämä asetus on varokeino, joka estää suurten bolusannosten annostelun vahingossa, sillä tätä suurempi bolusannos on vahvistettava erikseen (oletusarvo: 25 U).

Insuliinin lisäykset: Se yksikkömäärä (U), jolla insuliiniannosta muutetaan (yleensä 0,1 U, 0,5 U tai 1 U; oletus: 1 U).

Aterianousu: Suurin glukoosipitoisuuden nousu, joka voidaan hyväksyä aterian jälkeen ilman ylimääristä korjaavaa bolusta (oletusarvo: 75 mg/dL tai 4,2 mmol/L).

TÄRKEÄÄ: Nämä asetukset määrittävät, miten insuliiniannos lasketaan, joten on tärkeää, että asetukset on määritetty oikein. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, ennen kuin valitset asetukset.

Tarkista mySugr-boluslaskurin asetukset kolmen kuukauden välein varmistaaksesi, että ne sopivat diabeteshoitoosi.

5.2.2 Ajasta riippuvaiset asetukset

Jos haluat määrittää jokaiselle aikajaksolle omat asetukset, toimi seuraavasti:

- Valitse asetusten määrittämisen aikana ”Ajasta riippuvainen” (iOS, kuva 7a) tai ota käyttöön ”Ajasta riippuvainen asetus” (Android, kuva 7b).
- Valitse aikajakso ja syötä sopiva arvo tai muuta arvoa.
- Syötä arvot jokaiselle aikajaksolle. Jokainen aikajakso päättyy, kun seuraava aikajakso alkaa.



Kuva 7a: Siirry ajasta riippuvaisiin asetuksiin (iOS)



Kuva 7b: Siirry ajasta riippuvaisiin asetuksiin (Android)

TÄRKEÄÄ: Keskustele aina terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, onko sinun suoritettava jonkinlaisia toimenpiteitä, kun käytät useita aikajaksoja ja matkustat eri aikavyöhykkeillä.

5.3 Laske

5.3.1 Bolusehdotuksen haku näyttöön

Kun haluat laskea insuliiniboluksen, suorita seuraavat vaiheet:

1. Luo uusi lokikirjamerkintä.
2. Syötä tämänhetkinen verensokeri ja/tai hiilihydraattimäärä, jonka aiot nauttia.
3. Napauta ”Laske”-painiketta
4. Vahvista, että et ole pistänyt insuliinia hiljattain. Näin varmistetaan, että laskennan tulos perustuu asetuksiisi ja lokikirjamerkintöihisi (lisätietoa on kohdassa 5.5. Aktiivinen insuliini).



Kuva 8: Syötä tiedot



Kuva 9: Valitse ”Laske”

Bolusehdotus ilman verensokerin syöttämistä

Bolusehdotus on mahdollista saada, vaikka et syöttäisi ajankohtaista verensokeria. Suositeltu bolusmäärä lasketaan tällöin ateriaa varten tarvittavan insuliinin tai syöttämäsi hiilihydraattimäärän perusteella.

Huomautus: Kaikkein tarkimman bolusehdotuksen saat, kun syötät verensokerin.

Bolusehdotus verensokerin ollessa matala

Jos verensokeri on hiilihydraattisuositukselle asetetun arvon alapuolella, insuliinisuositusta ei anneta. Sen sijaan suositellaan nauttimaan laskettu määrä hiilihydraatteja, jotta glukoosipitoisuus nousee tavoitealueelle. Tietojen tarkkuuden varmistamiseksi syötä lokikirjamerkintään se hiilihydraattimäärä, jonka todella aiot nauttia.

Negatiivinen korjausinsuliini

Jos verensokeri on hiilihydraattisuositukselle asetetun arvon yläpuolella ja tavoitealueen alarajan alapuolella, mySugr-boluslaskuri saattaa antaa laskennan tulokseksi negatiivisen korjausinsuliinin. Tämä negatiivinen arvo on otettu huomioon ateriaa varten tarkoitetussa korjausinsuliinissa, jos aiot syödä jotain.

5.4 Vahvista

On mahdollista, että saamasi bolusehdotus ei vastaa hoitotottumuksiasi tai todellista olotilaasi. Tämän vuoksi voit aina joko hylätä tai hyväksyä ehdotuksen. Näin hoito on hallinnassasi ja mySugr-lokikirjan tiedot ovat mahdollisimman tarkat.

Normaalisti laskennan tuloksena on

- insuliiniannos, jos verensokeri on liian korkea. Tuloksenttä on tällöin turkoosi (kuvat 10a ja 10b)
- nautittava hiilihydraattimäärä, jos matala glukoosipitoisuus on odotettavissa ilman lisähiilihydraatteja. Tuloksenttä on tällöin keltainen (kuvat 11a ja 11b).

Ehdotuksen vahvistaminen tai hylkääminen:

- Jos hyväksyt ehdotetun tuloksen, valitse ”Hyväksy”. Lasketut arvot jaetaan automaattisesti ”Insuliini (ateria)”- ja ”Insuliini (korj.)” -riveille syötettyjen tietojen (verensokeri ja/tai hiilihydraatit) perusteella. Halutessasi voit muokata insuliinimääriä manuaalisesti ”Hyväksy”-painikkeen napauttamisen jälkeen (kuvat 10b ja 11b).
- Valitse ”Hylkää”, jos saamasi ehdotus ei vastaa todellista olotilaasi tai hoitotottumuksiasi. Tämän jälkeen mySugr-boluslaskuri sulkeutuu, ja voit syöttää insuliiniarvosi manuaalisesti ”Bolus (ateria)”- ja ”Bolus (korj.)” -riveille.



iOS



Android

Kuva 10a: Ehdotettu insuliinibolus



Kuva 10b: Muokkaa ehdotettua insuliiniannosta



iOS



Android

Kuva 11a: Hiilihydraattiehdotus



Kuva 11b: Muokkaa hiilihydraattiehdotusta

TÄRKEÄÄ: mySugr-boluslaskuri laskee ehdotetun insuliiniannoksen syöttämiesi tietojen perusteella. Jos syöttämäsi tiedot ovat virheelliset tai puutteelliset, boluslaskurin laskema ehdotettu insuliiniannos ei ole tarkka. Laskennassa ei myöskään oteta huomioon muita glukoosiarvoon mahdollisesti vaikuttavia tekijöitä, kuten stressiä, aktiivisuutta tai sairautta.

5.5 Aktiivinen insuliini

mySugr-boluslaskuri laskee aktiivisen insuliinin jatkuvasti taustalla. Laskenta perustuu korjausinsuliiniksi määrittämiisi viimeksi syöttämiisi insuliiniansioksi sekä määrittämäsi henkilökohtaiseen insuliinin vaikutusaikaan. Aktiivisen insuliinin määrään ei ole laskettu mukaan sitä insuliinia, joka tarvitaan nautittua hiilihydraattimäärää varten. Mukaan ei ole laskettu myöskään basaali-insuliinia.

Aktiivisen insuliinin arvo näkyy jokaisen laskennan yhteydessä tietonäytöllä osana laskukaavaa. Jos haluat saada tietoa (aktiivisesta) insuliinistasi tai tarkastella aikaisempia pistoksia mySugr-boluslaskurin käytön aikana, napauta iOS-laitteella ”i”-painiketta (kuvat 12a ja 12b) tai Android-laitteella ”Tiedot”-painiketta (kuvat 12c ja 12d).



Kuva 12a: Näytä boluslaskelman tiedot suosituksen aikana (iOS)



Kuva 12b: Näytä boluslaskelman tiedot suosituksen hyväksymisen jälkeen (iOS)



Kuva 12c: Näytä boluslaskelman tiedot suosituksen aikana (Android)



Kuva 12d: Näytä boluslaskelman tiedot suosituksen hyväksymisen jälkeen (Android)

5.6 Tallenna

Tallenna merkintä valitsemalla ”Tallenna” (kuva 13). Kun tallennat lokikirjamerkinnän, vahvistettu insuliiniannos (ateria ja korjaus) tai hiilihydraattiehdotus tallennetaan vastaaviin kenttiin mySugr-lokikirjassa.

Huomautus: Korjaus- ja ateriabolukset tallentuvat mySugr-lokikirjaan ja ne näkyvät lokikirjassa erikseen. Aktiivisen insuliini arvo näkyy vain boluksen laskennan yhteydessä. Sitä ei tallenneta mySugr-lokikirjaan eikä se näy lokikirjassa.



Kuva 13a: Tallenna merkintä (näytön yläreunassa)



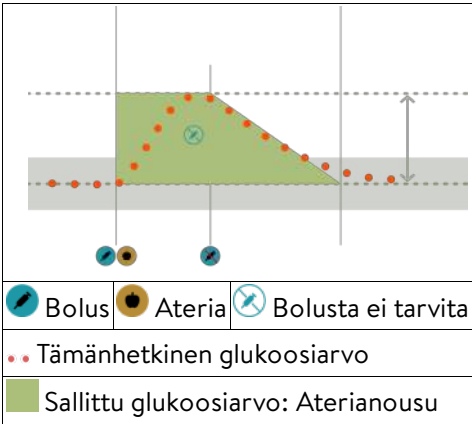
Kuva 13b: Tallenna merkintä (painike)

5.7 Muiden parametrien selitykset

5.7.1 Lisämääritykset

Seuraavat tekijät auttavat varmistamaan, että mySugr-boluslaskuri ei ehdota toista bolusta sellaista tapahtumaa (esim. nautittua ateriaa tai korkeaa glukoosipitoisuutta) varten, jonka aikaisempi insuliinibolus on jo kattanut.

Aterianousu



Kaavio 1

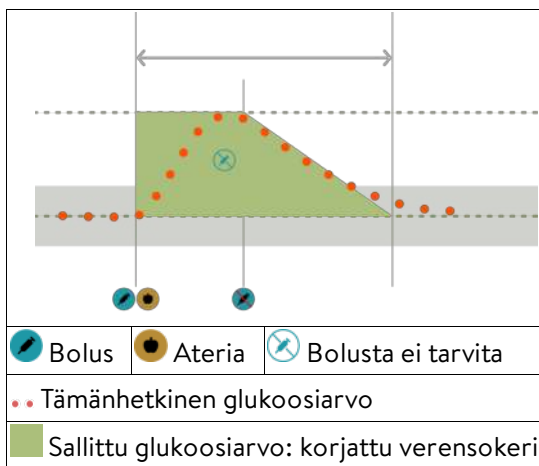
Aterian jälkeen on normaalia, että glukoosipitoisuus nousee huomattavasti – jopa henkilöillä, joilla ei ole diabetesta. Ateriasta riippuen glukoosipitoisuus voi saavuttaa huippunsa noin tunnin kuluttua aterian jälkeen ja palautua sitä seuraavan tunnin tai kahden kuluttua alkuperäiselle tasolle. Tämä on normaalia ja siksi mySugr-boluslaskuri huomioi tämän käyttämällä laskennassaan aterianousua.

Pisteviiva osoittaa glukoosipitoisuuden mahdollisen muutoksen hiilihydraattien nauttimisen jälkeen (kaavio 1). mySugr-boluslaskuri sallii glukoosipitoisuuden nousun aterianousun alueella (vihreä alue) ilman, että ylimääräistä korjaavaa bolusta lasketaan. Kun syötät hiilihydraattimäärän, aterianousu lisätään glukoosin tavoitearvoon. Aterianousun kesto (vihreän alueen leveys) määräytyy huippupitoisuuden ja vaikutusajan mukaan.

Sallitun glukoosiarvon laskennassa huomioidaan seuraavat tekijät:

- senhetkisen aikajakson tavoitealueen yläraja-arvo
- glukoosiarvot, jotka katsotaan aterianousuksi ja siten hyväksyttäväksi, ja joihin nautitut hiilihydraatit edelleen vaikuttavat (vaikutusaika)
- insuliinin aiheuttama odotettu glukoosipitoisuuden lasku vaikutusaikana (lasku huippupitoisuuden päättymisen ja vaikutusajan päättymisen välillä)
- tavoitealueen ulkopuolella olevat arvot, joihin korjaava bolus edelleen vaikuttaa (vaikutusaika).

Vaikutusaika



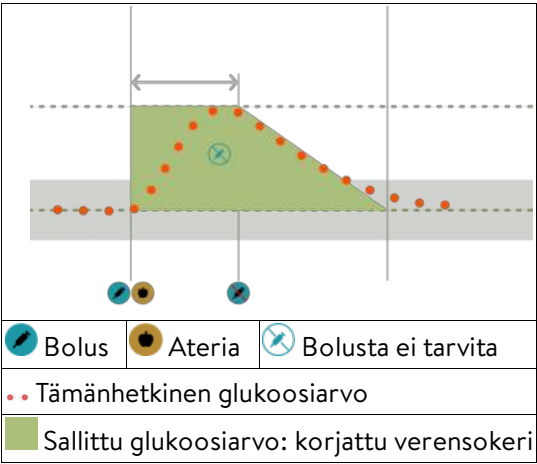
Kaavio 2

Vaikutusaika on aika, jolloin boluksena annosteltava insuliini edelleen vaikuttaa. Se on koko se aika, jolloin hiilihydraattien nauttimisen tai korjaavan boluksen jälkeinen glukoosipitoisuuden lasku huomioidaan. mySugr-boluslaskuri ei ehdota korjaavaa bolusta tänä aikana, jos senhetkinen glukoosipitoisuus on alhaisempi kuin edellisen boluksen (aterianousu tai korjattu korkea glukoosi) kattama glukoositaso.

Jotta osaat valita oikeat arvot, pyydä seuraavat tiedot terveydenhuollon ammattilaiselta:

- senhetkisen aikajakson tavoitealueen yläraja-arvo
- glukoosiarvot, jotka katsotaan aterianousuksi ja siten hyväksyttäviksi, ja joihin nautitut hiilihydraatit edelleen vaikuttavat (vaikutusaika)
- insuliinin aiheuttama odotettu glukoosipitoisuuden lasku vaikutusaikana (lasku huippupitoisuuden päättymisen ja vaikutusajan päättymisen välillä)
- tavoitealueen ulkopuolella olevat arvot, joihin korjaava bolus edelleen vaikuttaa (vaikutusaika).

Huippupitoisuus



Kaavio 3

Huippupitoisuus on se aika, kunnes insuliini alkaa laskea glukoosipitoisuutta. Huippupitoisuuden jälkeen glukoosipitoisuuden odotetaan laskevan insuliinin ansiosta, ja vaikutusajan lopussa sen odotetaan palautuvan tavoitealueelle. Huippupitoisuuden on oltava vähintään 45 minuuttia, ja suurin arvo määräytyy valitsemasi vaikutusajan mukaan. Keskustele terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, mikä huippupitoisuus on sinulle sopiva.

Vain korjaava bolus

mySugr-boluslaskuri vertaa verensokerimerkintää aina sillä hetkellä sallittuun tavoitealueeseen, ei ainoastaan senhetkisen aikajakson tavoitearvoon. Kaaviossa 2 on tästä esimerkki: Ensimmäinen korjaava bolus vaikuttaa vaikutusajan aikana (vihreän alueen leveys). Jos mitattu arvo on sillä hetkellä sallitun glukoosipitoisuuden alueella (vihreän alueen korkeus), uutta korjaavaa bolusta ei lasketa.

5.7.2 Boluslaskelmien matemaattinen perusta

Alla on lueteltu tärkeimmät kaavat ja laskentaperiaatteet, joita mySugr-boluslaskuri käyttää boluksen laskennassa.

$$\text{Hiilihydraattibolus} = \text{hiilihydraattimäärä} \times \left(\frac{\text{insuliini}}{\text{hiilihydraatit}} \right)$$

insuliini-hiilihydraattisuhteesta

$$\text{Korjaava bolus} = \left(\text{senhetkinen verensokeri} - \text{senhetkinen sallittu verensokeri}^* \right) \times \left(\frac{\text{insuliini}}{\Delta \text{verensokeri}^{**}} \right)$$

insuliinin korjauskertoimesta

Yleensä korjaava bolus lasketaan vain, jos senhetkinen verensokeriarvo ylittää verensokerin hypovaroitusrajan, mutta jää tavoitealueen ulkopuolelle. Lisäksi sen täytyy olla myös sillä hetkellä sallittua verensokeriarvoa suurempi. Vain arvoa 0 suuremmat korjaavat bolukset käynnistävät vaikutusajan.

* Senhetkinen sallittu verensokeriarvo = verensokeriarvo, jota käytetään korjaavan boluksen laskennassa; tässä huomioidaan aikajaksoasetukset (tavoitealueen keskiarvo), parhaillaan vaikuttavat ateriat (aterianousu) ja sillä hetkellä vaikuttavat korjaavat bolukset (aktiivinen insuliini)

** Δ verensokeri = senhetkisen verensokeriarvon ja verensokerin tavoitearvon välinen ero

6 Ottaminen pois käytöstä

mySugr-boluslaskurin voi ottaa pois käytöstä (tai uudelleen käyttöön) mySugr-lokikirjan asetuksissa. Siirry kohtaan ”Lisää / Boluslaskurin asetukset” (iOS) tai ”Lisää / Tili & asetukset / Asetukset” (Android) ja ota mySugr-boluslaskuri pois käytöstä napauttamalla kohdassa ”Käytä boluslaskuria” olevaa valintapainiketta (kuva 14).



Kuva 14: mySugr-boluslaskurin ottaminen pois käytöstä

Jos haluat poistaa mySugr-lokikirjan, katso ohjeet mySugr-lokikirjan käyttöohjeesta.

7 Tietoturva

Tietosi ovat meillä turvassa, mikä on meille erittäin tärkeä asia (olemmehan itsekkin mySugrin käyttäjiä). mySugr-boluslaskuri on rekisteröity lääkinnällinen laite (Lääkintölaiteasetus (EU) 2017/745) ja sillä on CE-merkintä. Tämä tarkoittaa, että se täyttää korkeimmat tietoturva- ja luotettavuusvaatimukset.

Lisätietoa on tietosuojaselosteessamme, jonka löydät kohdasta [Sopimusehdot](#).

8 Vianmääritys ja tuki

8.1 Vianetsintä

Me välitämme sinusta. Siksi meillä on töissä diabeetikoita, jotka huolehtivat kysymyksistäsi, huolistasi ja

huolenaiheistasi.

Nopeaan vianmäärittelyyn apua löytyy [UKK-sivuilta](#).

8.2 Tuki

Jos sinulla on kysyttävää mySugrista, tarvitset apua mySugr-boluslaskurin tai mySugr-lokikirjan käytössä tai olet huomannut virheen tai ongelman, ota meihin välittömästi yhteyttä osoitteessa support@mysugr.com.

Voit myös soittaa meille:

+1 (855) 337-7847 (USA maksuton),
+44 800-011-9897 (Iso-Britannia maksuton)
+43 670 3086 634 (Itävalta)
+49 32 211 001999 (Saksa)

Jos tämän lääkinällisen laitteen käytössä ilmenee vakavia vaaratilanteita, ota yhteyttä mySugr-asiakaspalveluun tai paikalliseen valtuutettuun edustajaan.

9 Valmistaja



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Wien, Itävalta

Puhelin:

+1 (855) 337-7847 (USA maksuton),
+44 800-011-9897 (Iso-Britannia maksuton)
+43 670 3086 634 (Itävalta)
+49 32 211 001999 (Saksa)

Sähköposti: support@mysugr.com

Toimitusjohtaja: Elisabeth Kölbel
Kaupparekisterinumero: FN 376086v
Oikeuspaikka: Wienin kauppatuomioistuim, Itävalta
ALV-numero: ATU67061939



2025-04-08

Käyttöohjeen versio 3.13.1 (fi)



10 Maatiedot

10.1 Australia

Edustaja Australiassa:
Roche Diabetes Care Australia
2 Julius Avenue
North Ryde NSW 2113

10.2 Brasilia

Rekisteröinnin/ilmoituksen haltija: Roche Diabetes Care
Brasil Ltda.
CNPJ: 23.552.212/0001-87
Rua Dr. Rubens Gomes Bueno, 691 - 2º andar - Várzea de
Baixo - São Paulo/SP - CEP: 04730-903 - Brasil
Asiakaspalvelu: 0800 77 20 126
www.accu-chek.com.br
Reg. ANVISA: 81414021706

10.3 Sveitsi

CH-REP
Roche Diagnostics (Schweiz) AG
Forrenstrasse 2
CH-6343 Rotkreuz