



Omgang met lage glucosespiegels (hypo's) met mylife CamAPS FX

Opmerking: Bespreek alle aanbevelingen met uw diabetesteam.

- 1. De meeste mensen merken dat er minder aan hypobehandeling nodig is om een hypo onder controle te krijgen bij geautomatiseerde insulinetoediening dan nodig was bij het gebruik van injecties of standaard insulinepomptherapie.** Vaak is de helft voldoende, omdat het mylife CamAPS FX-systeem in de aanloop naar de hypo waarschijnlijk heel weinig of geen insuline heeft toegediend in de poging om deze te vermijden. Bekijk de insulinetoediening van het systeem door de mylife CamAPS FX-app horizontaal te draaien (liggende weergave/landscapweergave) om te helpen beslissen hoe de lage glucose het beste kan worden behandeld.
- 2. Gebruik de glucosetrendpijlen en meldingen op de mylife CamAPS FX-app om hypo's te helpen voorkomen.** We raden aan om de waarschuwing voor lage glucose in te stellen op een niveau dat voldoende tijd geeft om de recente insulinetoediening, dalingssnelheid en huidige glucosetrendpijlen te bekijken en zo te kunnen beslissen of er extra koolhydraten (hypobehandeling) nodig zijn en zo ja, hoeveel. Als het mylife CamAPS FX-systeem de insulinetoediening de afgelopen 45 minuten of langer heeft stopgezet, krijgt u mogelijk een kleinere hoeveelheid hypobehandeling wanneer het waarschuwingssignaal voor lage glucose klinkt, of zelfs geen. Probeer echter niet om uw waarschuwing voor lage glucose te hoog in te stellen, aangezien dit kan leiden tot veel overbodige waarschuwingen, wat kan maken dat u de waarschuwingen gaat negeren. Stel uw waarschuwing voor lage glucose ook niet te laag in, aangezien u dan niet voldoende tijd hebt om de hypo te voorkomen.
- 3. Nauwkeurig tellen van koolhydraten is essentieel om de tijd binnen het glucosedoelbereik te vergroten.** Het is de moeite waard om het tellen van koolhydraten opnieuw te bekijken, de weegschaal erbij te pakken en zo nu en dan porties te wegen, om te verzekeren dat de koolhydraattelling nauwkeurig is.
- 4. Controleer of de insuline/koolhydraat-verhoudingen (I/KH) kloppen, door na te gaan wat er gebeurt met de geautomatiseerde insulinetoediening na een maaltijdbolus.** Kijk na iedere maaltijd hoeveel insuline mylife CamAPS FX over het algemeen toedient. Als er na een maaltijdbolus geen insuline wordt toegediend, is de verhouding mogelijk te sterk. Als het systeem veel insuline moet toedienen na de maaltijdbolus, kan de verhouding te zwak zijn.



Meer vrijheid. Meer vertrouwen. Met mylife.

- 5. Probeer de maaltijdbolus 10–15 minuten voor het eten te geven (bij ultrasnel werkende insuline 5–10 minuten voor het eten).** Voor jongere kinderen, bij wie u niet kunt garanderen dat ze de volledige maaltijd zullen opeten, gebruikt u de boluscalculator om vooraf een bolus toe te dienen die een percentage van de maaltijd dekt en voert u vervolgens de resterende koolhydraten in door middel van “Maaltijd toevoegen”, of u geeft een andere bolus voor de rest zodra uw kind klaar is met eten. Het percentage dat als eerste wordt gegeven, is zeer individueel en hangt af van de eetsnelheid, voedselvoorkeuren, maaltijd, enz. van uw kind. Het toedienen van de volledige bolus na het eten kan 1 tot 2 uur na de maaltijd vertraagde hypo's veroorzaken.
- 6. Het aanzetten van de “Ease-off”-modus, minimaal 60–90 minuten voor geplande lichamelijke activiteiten en indien nodig tijdens de activiteit tot een eventueel paar uur daarna geactiveerd laten, kan het risico van hypo's helpen verminderen.** De “Ease-off”-modus vermindert de insulinetoediening afhankelijk van de glucosewaarden en -trends, door verhoging van de persoonlijke glucosedoelwaarde, het milder afstellen van de berekeningen van het algoritme en het vroeger stopzetten van de insulinetoediening, om zo het risico van hypo's te verkleinen. U zult moeten experimenteren met het tijdstip voor het starten of stoppen van de “Ease-off”-modus dat het beste past bij u en de uit te oefenen activiteiten.
- 7. Voor cardiovasculaire training (ofwel cardiotraining, bijv. hardlopen, fietsen etc.) met een hoge intensiteit of van een langere duur, is de “Ease-off”-modus alleen mogelijk niet voldoende en kunnen sommige mensen merken dat ze tijdens de activiteit extra koolhydraten moeten toedienen.** Probeer het innemen van veel koolhydraten vóór de activiteit te vermijden, aangezien het systeem de insulinetoediening zal verhogen om te proberen de stijgende glucosespiegels te dekken. Neem liever tijdens de activiteit kleine hoeveelheden koolhydraten in. Sommige mensen zullen tijdens de activiteit zelfs merken dat ze de Auto mode van het systeem moeten stopzetten en een aanzienlijk lagere tijdelijke basaalsnelheid moeten instellen, of zelfs de insuliepomp moeten loskoppelen en gebruik moeten maken van de “Ease-off”-modus zodra ze opnieuw zijn aangesloten.
- 8. Probeer om na een reeks hypo's de persoonlijke glucosedoelwaarde een paar dagen te verhogen met 1–2 mmol/L (18–36 mg/dL) boven uw gebruikelijke glucosedoelwaarde, tot alles tot rust is gekomen.** Daarna kunt u deze weer verlagen. U kunt op verschillende tijdstippen van de dag en nacht een andere persoonlijke glucosedoelwaarde instellen. Dit kan met name handig zijn wanneer u het systeem voor het eerst gebruikt of als uw dagelijkse bezigheden veranderen, zoals beginnen aan een nieuwe baan, weer naar school gaan, op vakantie gaan, enz.



YpsoPump®

- 9. Probeer te veel handmatige correcties te voorkomen als de glucosespiegels hoog zijn.** Als u hoge glucosewaarden heeft, zal het systeem hard werken om extra insuline toe te dienen om de glucosespiegels weer naar de doelwaarde te brengen. Overweeg altijd om een infuusset te vervangen als de glucosespiegels hoog blijven ondanks dat het systeem meer insuline toedient. Houd er rekening mee dat insuline pas ca. 1 uur na toediening het meest actief is. U kunt overwegen om de “Boost”-modus te gebruiken om het systeem scherper af te stellen. Als u een handmatige correctie wilt doen, wees dan voorzichtig en controleer de insulinetoediening van het systeem (open de app en draai de telefoon horizontaal, in landschapweergave). Dit helpt een hypo als gevolg van teveel insuline te voorkomen.
- 10. Er kunnen nog steeds hypo's optreden, zelfs als u geautomatiseerde insulinetoediening gebruikt.** Gebruik van de “Ease-off”-modus, vooral met betrekking tot lichaamsbeweging, vermindert het risico van hypo's, maar voorkomt ze niet volledig. Als de glucosespiegel daalt, heeft het mylife CamAPS FX-systeem de toediening van insuline al aanzienlijk verminderd en is mogelijk zelfs gestopt met het toedienen van insuline, om een hypo te voorkomen. Het opstarten van de “Ease-off”-modus heeft na het uitschakelen van de insulinetoediening door het systeem geen effect meer en er wordt aanbevolen om in dit geval extra koolhydraten in te nemen om een hypo te voorkomen. Vergeet niet om “Hypoglykemiebehandeling” aan te vinken in het menu “Maaltijd toevoegen” op de mylife CamAPS FX-app, om de hoeveelheid van de hypobehandeling vast te leggen. Hierdoor wordt de hypobehandeling gedocumenteerd, wat handig is om patronen te zoeken, maar het verzacht ook de insulinetoediening door het systeem gedurende een bepaalde periode, om zo het risico op verdere hypo's te minimaliseren.

Disclaimer:

De afbeeldingen van de producten dienen alleen ter illustratie. // mylife en YpsoPump zijn geregistreerde handelsmerken van Ypsomed AG. // CamAPS is een geregistreerd handelsmerk van CamDiab Ltd. // Het woordmerk Bluetooth® en bijbehorende logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc., voor gebruik hiervan door Ypsomed is een licentie verleend. // Andere productnamen en handelsmerken zijn eigendom van de respectievelijke eigenaars.

 Voor het veilig gebruiken van genoemde producten verwijzen wij u naar de gebruiksaanwijzing of www.mylife-diabetescare.nl/veiligheid