

连续血糖监测 (CGM) 患者手册

CGM 的组成部分

连续血糖监测系统由三个基本部分组成。包括传感器、传输器和阅读器/接收器。

• 传感器

传感器是一次性元件。它通常为植入皮下的微小电线。传感器读取皮下体液中的葡萄糖并给出读数。佩戴时间因制造商而异。通常，患者佩戴传感器 7-14 天，具体取决于系统。

• 传输器

传输器捕获传感器读数并将它们发送到另一个设备，供您查看。根据型号的不同，其可能是一次性的或可重复使用的。它可能与传感器是一体的。它通过射频或蓝牙工作。

• 阅读器/接收器

阅读器或接收器是一种设备，其与传输器通信以显示来自传感器的葡萄糖读数。根据系统而异，其可能是智能手机、单独设备或某些胰岛素泵。

连续血糖监测 (CGM)

连续血糖监测 (CGM) 每隔几分钟就会自动测量体内的糖分 (葡萄糖) 水平。连续读数使系统能够预测您的血糖水平变化的趋势，并将该信息显示为阅读器设备或智能手机上的箭头。血糖水平、箭头和图表指示您的血糖在过去几个小时内的水平以及变化的趋势。这些信息可能会帮助您更好地了解食物和活动如何影响您的血糖。使用 CGM 还可以帮助您和您的医疗保健提供者更改您的药物。



关于 CGM 的常见问题

CGM 有何用途？

个人使用的 CGM 具有可编程的提醒和预警。CGM 可以让您了解葡萄糖何时降至安全水平以下、何时快速上升或下降以及何时高于某个目标值。CGM 还可以识别几天和一天中不同时间的趋势和模式。这些数据可以在智能手机或计算机上看到，并与您的医疗保健提供者共享。

CGM 与血糖仪有何不同？

血糖仪会显示您检查时的血糖水平，但不会显示您的血糖是在上升还是下降。CGM 每 1 到 15 分钟显示一次血糖水平，以及它是在上升还是下降。这有助于您识别不断变化的血糖水平，并确定应该采取的措施，防止血糖水平过高或过低。一些患者发现，在开车等活动之前，能够在智能手机或手表上快速检查其血糖水平，这一点很有用。

CGM 设备如何附着在身体上？

每种类型的 CGM 都带有一个特殊的植入器。按下按钮或挤压植入器后，一根小针便将 CGM 设备的微小传感线植入皮肤下方。针头随即出来，而微型电线留在里面。经美国食品药品管理局 (FDA) 批准，某些 CGM 类型可佩戴在腹部或上臂上，但许多人已经成功地在全身试用过这些产品。大多数人报告说连接该设备几乎毫无疼痛。

我还需要刺破手指吗？

有些系统每天需要几次手指穿刺，来校准 (编程) 设备，但其他系统则不需要。任何 CGM 设备都将大大减少典型患者必须进行手指穿刺的次数。

连续血糖监测，续

如何查看数字以及如何访问数据？

您可以在智能手机应用程序 (app) 上查看您的数据，也可以随身携带一个称为阅读器/接收器的小型设备。所有 CGM 系统都可以轻松查看血糖报告，例如夜间平均血糖。

在哪里可以找到有关监测血糖的更多信息？

内分泌学会在 www.diabeteseducator.org 网站上为患者提供了许多有用的资源。如要访问，请扫描二维码或：

- 打开 www.diabeteseducator.org



- 选择页面顶部的“与糖尿病共存”选项卡
- 选择“工具和资源”
- 选择“血糖监测”
- 向下滚动至“袖珍指南——持续血糖监测：连接点”并下载

连续血糖监测仪的快速比较

	Dexcom G6	Eversense	Guardian/Guardian 3	FreeStyle Libre 2
使用期限和更换	传感器 10 天 每个传输器 90 天 (不充电)	传感器 90 天 每 24-36 小时给传输器充电一次	传感器最长 7 天 每周给传输器充电；每年更换传输器	传感器 10-14 天 (包括传输器)
与胰岛素泵集成	是的，使用特定的泵*	否	是的，使用特定的泵*	否
提醒和预警	可定制和可共享 可以关闭所有警报，除了 55 毫克/分升 (mg/dL) 警报的紧急低值警报	可定制 在身体上振动	可定制	可定制
智能手机集成	安卓、iOS、Apple Watch	安卓、iOS、Apple Watch	安卓、iOS	安卓、iOS
与他人共享数据	Dexcom Follow 应用最多允许 10 人	Eversense NOW 应用程序最多五人	CareLink™ 连接网络应用程序最多允许四人	LibreLinkup 应用程序最多 20 人
手指穿刺	无	每天两次	每天至少两次	无
提供单独的接收器	是	否	否	是
防水性	八英尺，长达 24 小时	三英尺深 30 分钟	7.5 英尺深，10 分钟	三英尺深 30 分钟

来源：Diabetesnet.com。*查看制造商的网站以获取最新信息。功能和费用可能会有所变化/不同。

有关每个设备、视频等的更多详细信息，请访问上表中四家 CGM 制造商的网站。

公司名称和网站	二维码 (扫描直接进入网站)	公司名称和网站	二维码
Abbott https://www.freestyleabbott/us-en/home.html		Medtronic https://www.medtronicdiabetes.com	
Dexcom https://www.dexcom.com		Senseonics https://www.eversensediabetes.com	

DPA21010028