

# Patientenhandbuch für die kontinuierliche Blutzuckerüberwachung (KGM)

## Bestandteile des KGM

Ein System zur kontinuierlichen Blutzuckermessung besteht im Wesentlichen aus drei Teilen. Dies sind der Sensor, der Sender und das Lese-/Empfangsgerät.

### • Sensor

Der Sensor ist ein Einwegartikel. Dabei handelt es sich in der Regel um einen sehr kleinen Draht, der direkt unter die Haut eingeführt wird. Der Sensor misst die Glukose in der Flüssigkeit unter der Haut und gibt einen Wert an. Die Tragedauer variiert je nach Hersteller. Normalerweise tragen die Patienten den Sensor je nach System 7-14 Tage lang.

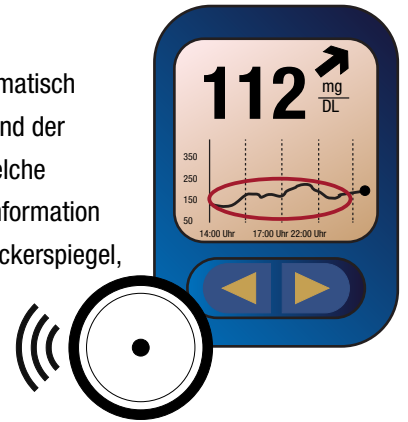
### • Sender

Der Sender erfasst die Sensormesswerte und sendet sie an ein anderes Gerät, damit Sie diese sehen können. Je nach Modell kann es ein Einweg- oder ein wiederverwendbares Gerät sein. Es kann aus einem Stück mit dem Sensor bestehen. Es funktioniert über Funk oder Bluetooth.

- **Lesegerät/Empfänger** Das Lesegerät oder der Empfänger ist ein Gerät, das mit dem Sender kommuniziert, um die Glukosemesswerte des Sensors anzuzeigen. Je nach System kann es sich um ein Smartphone, ein separates Gerät oder bestimmte Insulinpumpen handeln.

## Kontinuierliche Blutzuckerüberwachung (KGM)

Die kontinuierliche Blutzuckerüberwachung (KGM) misst automatisch alle paar Minuten den Zuckergehalt (Glukose) im Körper. Anhand der kontinuierlichen Messwerte kann das System erkennen, in welche Richtung sich Ihr Blutzuckerspiegel bewegt, und zeigt diese Information als Pfeil auf einem Lesegerät oder Smartphone an. Der Blutzuckerspiegel, der Pfeil und das Diagramm zeigen an, wo sich Ihr Blutzucker in den letzten Stunden befunden hat und wohin er sich entwickelt. Diese Informationen können Ihnen helfen, besser zu verstehen, wie Lebensmittel und Aktivität Ihren Blutzucker beeinflussen. Die Verwendung eines KGM kann Ihnen und Ihrem medizinischen Betreuer auch dabei helfen, Ihre Medikation zu ändern.



## Häufig gestellte Fragen zu KGM

### Was macht ein KGM?

KGM für den persönlichen Gebrauch verfügen über programmierbare Warnhinweise und Alarmer. KGM können Sie informieren, wenn der Blutzucker unter einen sicheren Wert fällt, wenn er schnell ansteigt oder abfällt und wenn er über einen bestimmten Zielwert ansteigt. Ein KGM kann auch Trends und Muster über mehrere Tage und verschiedene Tageszeiten hinweg erkennen. Diese Daten können auf einem Smartphone oder Computer eingesehen und mit Ihrem Gesundheitsdienstleister geteilt werden.

### Was ist der Unterschied zwischen einem KGM und einem Blutzuckermessgerät?

Ein Blutzuckermessgerät zeigt Ihren Blutzuckerspiegel zum Zeitpunkt der Messung an, aber es zeigt nicht an, ob Ihr Blutzucker steigt oder fällt. Ein KGM zeigt alle 1 bis 15 Minuten den Blutzuckerspiegel an und ob er steigt oder fällt. Dies hilft Ihnen, schwankende Blutzuckerwerte zu erkennen und Maßnahmen zu ergreifen, um einen zu hohen oder zu niedrigen Blutzuckerspiegel zu verhindern. Manche Patienten empfinden es als nützlich, ihren Blutzuckerspiegel vor Aktivitäten wie dem Autofahren schnell auf ihrem Smartphone oder ihrer Uhr überprüfen zu können.

### Wie wird ein KGM-Gerät am Körper befestigt?

Jeder KGM-Typ wird mit einem speziellen Einführungsgerät geliefert. Ein Knopf wird gedrückt oder der Insertor wird zusammengedrückt und eine kleine Nadel führt den winzigen Sensordraht des KGM-Geräts direkt unter die Haut ein. Die Nadel kommt sofort heraus und der kleine Draht bleibt drin. Einige KGM-Typen sind von der Food and Drug Administration (FDA) für das Tragen am Bauch oder am Oberarm zugelassen, aber viele Menschen haben sie mit Erfolg am ganzen Körper ausprobiert. Die meisten Menschen berichten, dass das Anbringen des Geräts keine oder nur sehr geringe Schmerzen verursacht.

### Muss ich mir trotzdem in den Finger stechen?

Bei einigen Systemen ist es erforderlich, das Gerät täglich mit ein paar Fingerstichen zu kalibrieren (zu programmieren), bei anderen hingegen ist das nicht der Fall. Jedes KGM-Gerät wird die Anzahl der Fingerstiche, die ein typischer Patient durchführen muss, erheblich reduzieren.

## Wie kann ich die Zahlen sehen und wie kann ich auf die Daten zugreifen?

Sie können Ihre Daten über eine Smartphone-Anwendung (App) einsehen oder ein kleines Gerät, ein so genanntes Lese-/Empfangsgerät, mit sich führen. Bei allen KGM-Systemen ist es einfach, Blutzuckerberichte einzusehen, z. B. den durchschnittlichen Blutzuckerwert in der Nacht.

## Wo finde ich weitere Informationen zur Überwachung meines Blutzuckers?

Die Endocrine Society bietet auf der Website [www.diabeteseducator.org](http://www.diabeteseducator.org) viele hilfreiche Ressourcen für Patienten. Um Zugang zu erhalten, scannen Sie den QR-Code oder:



- Öffnen Sie [www.diabeteseducator.org](http://www.diabeteseducator.org)
- Wählen Sie oben auf der Seite die Registerkarte „Leben mit Diabetes“
- Wählen Sie „Tools und Ressourcen“
- Wählen Sie „Blutzuckerüberwachung“
- Scrollen Sie nach unten zu „Kurzanleitung – Kontinuierliche Blutzuckerüberwachung: Die Punkte verknüpfen“ und laden Sie

## „Ein schneller Vergleich kontinuierlicher Blutzuckermessgeräte“ herunter

	Dexcom G6	Eversense	Guardian/Guardian 3	FreeStyle Libre 2
<b>Dauer der Nutzung und Ersatz</b>	10 Tage für den Sensor 90 Tage pro Sender (Kein Aufladen)	90 Tage für den Sensor Laden Sie den Sender alle 24-36 Stunden auf	Bis zu 7 Tage für den Sensor Sender wöchentlich aufladen; Sender jährlich ersetzen	10-14 Tage für den Sensor (inklusive Sender)
<b>Integration mit Insulinpumpe</b>	Ja, mit spezieller(n) Pumpe(n)*	Nein	Ja, mit spezieller(n) Pumpe(n)*	Nein
<b>Warnmeldungen und Alarmer</b>	Anpassbar und teilbar Es ist möglich, alle Alarmer auszuschalten, mit Ausnahme des dringenden Alarms für einen niedrigen Blutdruck von 55 Milligramm pro Deziliter (mg/dL).	Anpassbar Vibriert am Körper	Anpassbar	Anpassbar
<b>Smartphone-Integration</b>	Android, iOS, Apple Watch	Android, iOS, Apple Watch	Android, iOS	Android, iOS
<b>Gemeinsame Nutzung von Daten mit anderen</b>	Bis zu 10 Personen mit der Dexcom Follow-App	Bis zu fünf Personen mit der Eversense NOW-App	Bis zu vier Personen mit CareLink™ Web-App verbinden	Bis zu 20 Personen mit der LibreLinkup-App
<b>Fingerstifte</b>	Keiner	Zwei pro Tag	Mindestens zwei pro Tag	Keiner
<b>Separater Empfänger erhältlich</b>	Ja	Nein	Nein	Ja
<b>Wasserbeständigkeit</b>	Acht Fuß für bis zu 24 Stunden	Drei Fuß tief für 30 Minuten	7,5 Fuß tief für 10 Minuten	Drei Fuß tief für 30 Minuten

Quelle: Diabetesnet.com. \* Aktuelle Informationen finden Sie auf den Websites der Hersteller. Funktionen und Kosten können sich ändern/variiieren.

Ausführlichere Informationen zu den einzelnen Geräten, Videos und mehr finden Sie auf den Websites der vier KGM-Hersteller in der obigen Tabelle.

Firmenname und Website	QR-Code (scannen, um direkt zur Website zu gelangen)	Firmenname und Website	QR-Code
Abbott <a href="https://www.freestyle.abbott/us-en/home.html">https://www.freestyle.abbott/us-en/home.html</a>		Medtronic <a href="https://www.medtronic-diabetes.com">https://www.medtronic-diabetes.com</a>	
Dexcom <a href="https://www.dexcom.com">https://www.dexcom.com</a>		Senseonics <a href="https://www.eversense-diabetes.com">https://www.eversense-diabetes.com</a>	