

Các thành phần của CGM

Hệ thống theo dõi đường huyết liên tục có ba thành phần cơ bản, bao gồm cảm biến, đầu phát và đầu đọc/đầu thu.

• Cảm biến

Cảm biến là thành phần dùng một lần. Thông thường đó là một sợi dây rất nhỏ được đưa vào ngay dưới da. Cảm biến này sẽ đọc glucose trong chất dịch dưới da và cho kết quả. Thời gian đeo khác nhau tùy thuộc vào nhà sản xuất. Thông thường, bệnh nhân đeo cảm biến trong 7-14 ngày, tùy thuộc vào hệ thống.

• Đầu phát

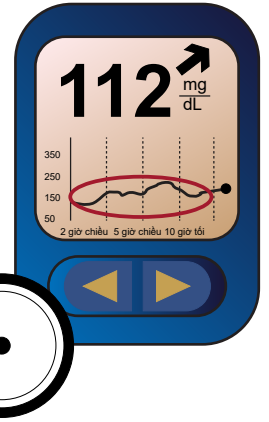
Đầu phát sẽ ghi lại các kết quả của cảm biến và gửi chúng đến một thiết bị khác để bạn xem. Đầu phát có thể là loại dùng một lần hoặc tái sử dụng tùy thuộc vào kiểu máy. Đó có thể là đầu phát có cảm biến. Bộ phận này hoạt động bằng tần số vô tuyến hoặc Bluetooth.

• Đầu đọc/đầu thu

Đầu đọc hoặc đầu thu là một thiết bị giao tiếp với đầu phát để hiển thị các kết quả đo đường huyết từ cảm biến. Tùy thuộc vào hệ thống, đó có thể là điện thoại thông minh, thiết bị riêng biệt, hoặc một số loại máy bơm insulin nhất định.

Theo dõi Glucose Liên tục (CGM)

Hệ thống theo dõi đường huyết liên tục (CGM) sẽ tự động đo mức đường (glucose) trong cơ thể vài phút một lần. Các kết quả được đo lường liên tục sẽ cho phép hệ thống dự đoán chiều hướng mà mức đường huyết của bạn đang hướng tới và hiển thị thông tin đó dưới dạng mũi tên trên thiết bị đọc hoặc điện thoại thông minh. Mức glucose, mũi tên và biểu đồ cho biết mức đường huyết của bạn đã diễn biến thế nào trong vài giờ qua và nó đang hướng đến đâu. Thông tin này có thể giúp bạn hiểu rõ hơn về cơ chế ảnh hưởng của thức ăn và các hoạt động đến đường huyết của bạn. Sử dụng CGM cũng có thể giúp bạn và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thực hiện những điều chỉnh đối với việc dùng thuốc của bạn.



Các câu hỏi thường gặp về CGM

CGM có chức năng gì?

CGM cá nhân có chức năng thông báo và cảnh báo được lập trình sẵn. CGM có thể cho bạn biết khi nào đường huyết giảm xuống dưới ngưỡng an toàn, khi nào đường huyết tăng hoặc giảm nhanh chóng và khi nào đường huyết tăng quá một mức mục tiêu nhất định. CGM cũng có thể xác định các xu hướng và mô hình trong nhiều ngày và các thời điểm khác nhau trong ngày. Bạn có thể xem dữ liệu này trên điện thoại thông minh hoặc máy tính và chia sẻ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình.

CGM khác với máy đo đường huyết như thế nào?

Máy đo đường huyết chỉ cho biết mức đường huyết của bạn tại thời điểm đo lường, nhưng không cho biết đường huyết của bạn đang tăng hay giảm. Trong khi đó, CGM cho biết mức đường huyết cứ sau 1 đến 15 phút cũng như việc chỉ số này đang tăng hay giảm. Điều này giúp bạn nhận ra sự thay đổi mức đường huyết và xác định các biện pháp cần thực hiện để ngăn đường huyết tăng quá cao hoặc hạ quá thấp. Một số bệnh nhân thấy hữu ích khi có thể kiểm tra nhanh mức đường huyết trên điện thoại thông minh hoặc theo dõi trước khi thực hiện các hoạt động như lái xe.

Thiết bị CGM gắn vào cơ thể như thế nào?

Mỗi loại CGM đi kèm với một dụng cụ luồn dây đặc biệt. Nhấn nút hoặc bóp dụng cụ luồn và một cây kim nhỏ sẽ luồn sợi dây cảm ứng cực nhỏ của thiết bị CGM vào ngay dưới da. Cây kim sẽ đi ra ngay lập tức, còn sợi dây cực nhỏ thì vẫn ở lại bên trong. Một số loại CGM được Cục Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm (FDA) phê duyệt để đeo ở bụng hoặc bắp tay, nhưng có nhiều người đã thử đeo ở các vị trí khác trên khắp cơ thể và thành công. Hầu hết đều cho biết chỉ cảm thấy đau rất nhẹ hoặc không có cảm giác đau khi gắn thiết bị.

Tôi vẫn cần phải chích máu ngón tay?

Một số hệ thống yêu cầu một vài lần chích máu ngón tay hàng ngày để hiệu chỉnh (lập trình) thiết bị, trong khi những hệ thống khác thì không. Bất kỳ thiết bị CGM nào cũng sẽ giảm đáng kể số lần một bệnh nhân thông thường phải chích máu ngón tay.

Theo dõi Glucose liên tục, (TIẾP)

Làm thế nào tôi có thể xem và truy cập dữ liệu?

Bạn có thể xem dữ liệu của mình trên một ứng dụng điện thoại thông minh (app) hoặc bạn có thể mang theo một thiết bị nhỏ gọi là đầu đọc/đầu thu. Tất cả các hệ thống CGM đều cho phép bạn dễ dàng xem báo cáo đường huyết, chẳng hạn như mức đường huyết trung bình vào ban đêm.

Tôi có thể tìm thêm thông tin về việc theo dõi đường huyết của mình ở đâu?

Hiệp hội Nội tiết có nhiều tài liệu hữu ích dành cho bệnh nhân trên trang web www.diabeteseducator.org. Để truy cập, hãy quét mã QR hoặc:



- Mở www.diabeteseducator.org
- Chọn tab “Living with Diabetes” (Sống chung với bệnh tiểu đường) ở đầu trang
- Chọn “Tools and Resources” (Công cụ và tài nguyên)
- Chọn “Blood Glucose Monitoring” (Theo dõi đường huyết)
- Cuộn xuống “Pocket Guide—Continuous Glucose Monitoring: Connecting the Dots” (Hướng dẫn Bỏ túi — Theo dõi Glucose Liên tục: Kết nối dữ liệu) và tải về

So sánh nhanh các loại Máy theo dõi Glucose Liên tục

	Dexcom G6	Eversense	Guardian/Guardian 3	FreeStyle Libre 2
Thời gian sử dụng và thay thế	10 ngày đối với cảm biến 90 ngày cho mỗi đầu phát (Không sạc)	90 ngày đối với cảm biến Sạc lại đầu phát sau mỗi 24-36 giờ	Tối đa 7 ngày đối với cảm biến Sạc lại đầu phát hàng tuần; thay đầu phát hàng năm	10-14 ngày đối với cảm biến (bao gồm đầu phát)
Tích hợp với bơm insulin	Có, với (các) máy bơm cụ thể*	Không	Có, với (các) máy bơm cụ thể*	Không
Thông báo và cảnh báo	Có thể tùy chỉnh và chia sẻ Có thể tắt tất cả các cảnh báo ngoại trừ cảnh báo mức thấp khẩn cấp là 55 miligam mỗi decilit (mg/dL)	Có thể tùy chỉnh Rung trên cơ thể	Có thể tùy chỉnh	Có thể tùy chỉnh
Tích hợp điện thoại thông minh	Android, iOS, Apple Watch	Android, iOS, Apple Watch	Android, iOS	Android, iOS
Chia sẻ dữ liệu với người khác	Tối đa 10 người với ứng dụng Dexcom Follow	Tối đa năm người với ứng dụng Eversense NOW	Tối đa bốn người với CareLink™ Connect web app	Tối đa 20 người với ứng dụng LibreLinkup
Chích máu ngón tay	Không	Hai lần mỗi ngày	Ít nhất hai lần mỗi ngày	Không
Có sẵn đầu thu riêng biệt	Có	Không	Không	Có
Chống thấm nước	8 feet (khoảng 2,4 mét) trong thời gian tối đa 24 giờ	Ở độ sâu ba feet (khoảng 90 cm) trong 30 phút	Ở độ sâu 7,5 feet (khoảng 2,3 mét) trong 10 phút	Ở độ sâu ba feet (khoảng 90 cm) trong 30 phút

Nguồn: Diabetesnet.com. *Kiểm tra trang web của nhà sản xuất để biết thông tin cập nhật. Các tính năng và chi phí có thể thay đổi.

Để biết thêm thông tin chi tiết về từng thiết bị, video và nhiều hơn nữa, truy cập trang web của bốn nhà sản xuất CGM trong bảng trên.

Tên công ty và trang web	Mã QR (quét để truy cập trực tiếp vào trang web)	Tên công ty và trang web	Mã QR
Abbott https://www.freestyle.abbott/us-en/home.html		Medtronic https://www.medtronicdiabetes.com	
Dexcom https://www.dexcom.com		Senseonics https://www.eversenseddiabetes.com	

DPA21010028