

# Diabetes en gebruik FreeStyle Libre

## Inleiding

U heeft diabetes mellitus en u gaat gebruik maken van Flash Glucose Monitoring (FGM) oftewel sensortherapie met de Freestyle Libre. De informatie over FGM, de randvoorwaarden voor goede en veilige zorg en wat nodig is voor goed gebruik van dit systeem is in deze folder voor u gebundeld. Daarnaast geven wij u praktische tips. Deze informatie is alleen bedoeld voor mensen die insuline gebruiken door middel van een insulinepomp of een meerdaags insulineschema hebben met (ultra)kortwerkende en langwerkende insuline.

## Flash Glucose monitoring

Wat is Flash Glucose Monitoring en wat doet de Freestyle Libre?

- Het geeft glucosewaarden weer in subcutaan weefsel. De waarde heeft een vertraging t.o.v. een bloedglucose (=vingerprik) van 5-10 minuten. De sensorwaarde loopt achter, de bloedglucosewaarde is de actuele waarde.
- Sensoren zijn zelf in te brengen met een inbrenghulpmiddel.
- Toekomstige trend wordt weergegeven d.m.v. pijlen.
- Glucosewaarden van de afgelopen uren worden weergegeven d.m.v. een lijn. Als je langer dan 8 uur niet gescand hebt dan wordt de lijn onderbroken. Je ziet altijd de laatste 8 uur.
- Uitleesbaar op computer zodat rapporten inzichtelijk zijn ter beoordeling en evaluatie van de therapie.
- Weergave mogelijk op een smartphone i.p.v. een receiver of scanner.
- Mogelijkheid tot gegevens delen met anderen.
- De sensoren zijn waterdicht (maximaal 30 minuten).
- Waardes zijn alleen inzichtelijk na een actie (scan).
- Bereik 1,1 – 27,8 mmol.
- Geen alarmfunctie.

- Geen combinatie met een insulinepomp.
- Weinig capillaire (vingerprik)metingen nodig behalve eerste 24 uur, indien waardes van de sensor onbetrouwbaar zijn of de sensor uitval vertoont en bij ontregelingen.
- De boluscalculator van de Freestyle Libre is alleen te gebruiken als er ook een bloedglucose vingerprik meting gedaan wordt. De sensorwaarde is niet handmatig in te voeren in de scanner of app.

### Technische vragen

Voor technische vragen en ondersteuning of extra informatie neemt u contact op met de klantenservice van Abbott, telefoonnummer 0800 - 022 88 28 (bereikbaar op werkdagen tussen 8.30 – 17.00 uur)

### Meer informatie

Op de website [www.freestylelibre.nl](http://www.freestylelibre.nl) vindt u meer informatie.

### Waarschuwingen

- Patiënten waarbij de glucosespiegels zo snel veranderen (> 0,1 mmol/L per minuut) dat een Flash Glucose Monitoring (FGM) systeem onnauwkeurige weergave biedt van de glucosewaardes dienen **geen gebruik** te maken van het systeem.
- De Freestyle Libre moet worden verwijderd voordat een MRI scan wordt uitgevoerd.
- Ernstige dehydratie en buitensporig vochtverlies kunnen onnauwkeurige resultaten tot gevolg hebben.
- FGM is niet geschikt voor kinderen jonger dan 4 jaar.

### FreeStyle LibreLink app

De FreeStyle LibreLink app is compatibel met telefoons voorzien van NFC die Android OS 5.0 of hoger gebruiken en met iPhone 7 en hoger die IOS 11 en hoger gebruiken.

**LibreLinkUp** is een app waarmee een partner/vriend(in)/familielid glucosewaarden kan ontvangen van een Freestyle Libre gebruiker. Elke scan van Freestyle LibreLink wordt automatisch naar de LibreLinkUp app verstuurd in de vorm van een melding. Familie of vrienden kunnen op afstand glucosewaarden controleren. Freestyle LibreLink-gebruikers kunnen hun glucosewaarden delen met maximaal twintig familieleden en vrienden die de LibreLinkUp app ook gebruiken.

Kijk voor meer informatie op [www.LibreLinkUp.com](http://www.LibreLinkUp.com)

### Randvoorwaarden voor veilige en goede zorg

Wat mag u van het diabetes behandelteam verwachten?

#### Het diabetes behandelteam:

- draagt zorg voor educatie en voorlichting omtrent veilig en adequaat gebruik van de FreeStyle Libre.
- neemt met u door wat van u verwacht wordt bij het dragen en gebruiken van de Freestyle Libre.
- geeft verantwoorde medische ondersteuning en begeleiding vanuit het diabetes behandelteam.
- is bereikbaar voor regelmatig overleg omtrent sensorrapporten, dit kan d.m.v. een e-consult, beveiligde mail of een persoonlijke afspraak.
- geeft uitleg over de sensorrapporten en een persoonlijk advies op basis van welk rapport u het beste de glucose instelling kunt controleren.
- stelt samen met u persoonlijke behandeldoelen op over wat u wilt bereiken met de FreeStyle Libre.
- bespreekt tijdens elke persoonlijke afspraak wat uw doelen zijn en stelt deze samen met u bij.

#### Van de patiënt verwachten wij dat u:

- bereid en gemotiveerd bent om met nieuwe technologie aan de slag te gaan.
- samen met het diabetes behandelteam persoonlijke behandeldoelen opstelt over wat u wilt bereiken met de FreeStyle Libre.
- de basis van de insulinetherapie begrijpt.
- de FGM sensor minimaal 40 van de 52 weken (80%) draagt.

- Bij het dragen van een FGM sensor minimaal zes tot acht keer per dag scant.
- De trend van glucosestijgingen en dalingen begrijpt.
- laat zien hoe om te gaan met schommelingen (fluctuaties) en daarop actie onderneemt.
- de eerste 24 uur en bij twijfel aan betrouwbaarheid van hoge glucosewaarden of hypo's, altijd een capillaire glucose prikt (vingerprikmeter) omdat dit het meest betrouwbaar is.
- bereid bent tot het digitaal opsturen van rapporten en laat zien inzicht te hebben in het beoordelen van rapporten.

## Goed gebruik van het systeem en uitlezen Freestyle Libre

### Correcte wijze inbrengen sensor

Voor een correcte wijze van het inbrengen van een sensor verwijzen we u naar de folder van Abbott. Kijk ook het instructiefilmpje op [www.freestylelibre.nl](http://www.freestylelibre.nl) zodat u weet wat u moet doen en in welke volgorde.

### Bepaling bloedglucose via vingerprik is altijd noodzakelijk

- Bij (onverwacht) hoge glucosewaarden en als u misselijk bent of braakt.
- als u hoge glucosewaardes scant, een correctie toepast met insuline en de waarde zakt niet, kunt u deze handeling herhalen. Blijft de glucosewaarde hoog dan een vingerprik uitvoeren.
- Als u zich niet goed voelt en twijfelt aan waarde van de sensor.
- Bij een ontregeling waarvoor u adviezen nodig heeft van het diabetes behandelteam.

### Trendpijlen interpreteren

- Probeer altijd de oorzaak te achterhalen van stijgingen of dalingen zodat deze een volgende keer voorkomen kunnen worden.
- Belangrijk is dat er niet alleen ad-hoc gereageerd wordt op de glucosewaardes, maar dat u de scanner of app ook uitleest om te kijken of de basis dosis insuline moet worden aangepast.
- Wanneer er een duidelijke trend is in stijgingen en dalingen neem dan contact op met de diabetesverpleegkundige voor een advies in aanpassing van de basis dosering insuline.

### Uitleg trendpijlen en acties

De acties die u kunt uitvoeren op basis van trendpijlen dient altijd te gebeuren met **(ultra) kortwerkende insuline**. De adviezen die hieronder worden beschreven zijn niet bedoeld voor de langwerkende insuline die volgens een vaste dosering op een vast tijdstip gespoten wordt.



**Snelle stijging: 2 mmol per 20 minuten of meer**



**Stijging: 1-2 mmol per 20 minuten**

Overweeg bij (snelle) stijgingen meer insuline te spuiten of minder koolhydraten (Kh) te eten.

Dit NIET doen als je gaat sporten of op een andere manier actief gaat zijn.

Let op dat U niet corrigeert met teveel insuline of te weinig koolhydraten, dan zal de glucosewaarde teveel dalen.

Bij tussentijdse scan na een maaltijd pas corrigeren als twee uur na de maaltijd de waarde te hoog of stijgende is. Eerder corrigeren met insuline geeft hogere kans op hypo's.

Wanneer de trendpijl niet verandert in een (stabiele) horizontale pijl nogmaals overwegen extra insuline te spuiten volgens advies van de diabetesverpleegkundige.

Soms is er 10-20% meer insuline nodig om effect te zien.



### **Verandert langzaam / Glucose blijft stabiel**

Indien binnen streefgebied → geen actie nodig

Indien boven streefgebied → correctie toepassen met extra insuline.

Wanneer u een activiteit of sport gaat uitvoeren waarbij de verwachting is dat de glucose flink zal dalen, is het belangrijk dat u actie onderneemt. U kunt extra koolhydraten eten of voor een maaltijd minder insuline spuiten. Hoeveel u nodig heeft wordt bepaald op basis van uw persoonlijke omstandigheden (o.a. soort activiteit en hoeveelheid basis insuline).

Overleg met uw diabetesverpleegkundige hoeveel extra Kh u nodig heeft of hoeveel eenheden u minder dient te spuiten voor een maaltijd.



### **Daling: 1-2 mmol per 20 minuten**



### **Snelle daling: 2 mmol per 20 minuten of meer**

Overweeg bij (snelle) dalingen extra koolhydraten (Kh) te eten of minder insuline te spuiten.

Let op dat U niet corrigeert met teveel koolhydraten of te weinig insuline, dan zal de glucosewaarde teveel doorstijgen.

Wanneer de trendpijl niet verandert in een (stabiele) horizontale pijl overweeg nogmaals extra koolhydraten te eten.

## **Uitlezen LibreView en rapporten**

- Om meer inzicht te krijgen in de diabetesregulatie is het belangrijk dat u de scanner uitleest m.b.v. LibreView en de rapporten leert beoordelen.
- Indien u de Freestyle LibreLink app gebruikt dan hebt u automatisch een LibreView account wat nog wel gekoppeld moet worden met het Elkerliek ziekenhuis.
- Bij gebruik van de LibreLink app kunt u desgewenst ook kiezen voor koppelen met de Diasend app als u een hulpmiddel gebruikt waarvoor u Diasend al gebruikt.
- Bij problemen met uitlezen of gebruik maken van LibreView neemt u contact op met de klantenservice van Abbott.
- Maak in overleg met de diabetesverpleegkundige een keuze uit de rapporten zodat u niet alles hoeft te bekijken.
- Voor een controle in het ziekenhuis bij arts of diabetesverpleegkundige dient u altijd uit te lezen in LibreView zodat gegevens zichtbaar zijn voor uw behandelaar.
- Opsturen van extra informatie bij voorkeur via e-consult. Wanneer u hier geen gebruik van kunt of wilt maken dan via beveiligde e-mail.
- De extra informatie die nodig is zodat de behandelaar een goed advies kan geven:
- Insuline → soort en dosering.
- Beschrijf kort wat gaat er goed gaat.
- Beschrijf kort waar u het meeste last van heeft en welke mogelijkheid tot aanpassing u zelf als voorstel heeft.

### Contact diabetesverpleegkundige

Kunt u ondanks de voorgestelde maatregelen een probleem niet oplossen? Neem dan binnen kantoortijden contact op met de diabetesverpleegkundige, telefoonnummer 0492 – 59 59 71.

**Het telefonisch spreekuur is op maandag t/m vrijdag van 8.30 uur – 9.00 uur en van 13.30 uur – 14.00 uur.**

Ook kunt u contact opnemen via e-consult vanuit [www.elkerliek.nl/mijnElkerliek](http://www.elkerliek.nl/mijnElkerliek) (inloggen met DigiD + SMS verificatie).

Lukt het niet om de diabetesverpleegkundige te bereiken, belt u dan polikliniek, telefoonnummer 0492 – 59 59 59.

### Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan gerust contact op met de diabetesverpleegkundige.

## Telefoonnummers en adressen

Diabetesverpleegkundige

T: 0492 – 59 59 71

E: [diabetesverpleegkundige@elkerliek.nl](mailto:diabetesverpleegkundige@elkerliek.nl)

Polikliniek Internisten

locatie Deurne

T: 0493 – 32 89 19

locatie Helmond

T: 0492 – 59 59 59

### Locatie Helmond

Wesselmanlaan 25

5707 HA Helmond

T: 0492 – 59 55 55

### Locatie Deurne

Dunantweg 16

5751 CB Deurne

T: 0493 – 32 88 88

### Locatie Gemert

Julianastraat 2

5421 DB Gemert

T: 0492 – 59 55 55

