

دليل المستخدم معارف جلوكوز mySugr

1 حول هذا الدليل

توضح لك هذه التعليمات الغرض من المنتج، وكيفية استخدامه بأمان، وماذا تفعل إذا حدث خطأ ما. كما يسلط الضوء على التحذيرات، والاحتياطات، والملاحظات. اقرأ التعليمات بعناية، وإذا لم تقدر بعد على العثور على ما تبحث عنه، تواصل مع دعم العملاء.

يمكنك تنزيل هذه التعليمات هنا: <https://www.mysugr.com/support>

قم بالإبلاغ عن أي حوادث خطيرة ناجمة عن استخدام هذا الجهاز الطبي إلى mySugr وإلى السلطات الوطنية في بلدك.

2 دواعي الاستخدام

2.1 الاستخدام المحدد

صُممت معارف جلوكوز mySugr للاستخدام للعرض المستمر وقراءة قيم الجلوكوز في وقتها من مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم المتصل، ولمساعدة المستخدمين على تصور وتحليل بيانات مرض السكري. وهو عبارة عن وظيفة برمجية لسجل mySugr ويعمل كوسيلة مساعدة في الإدارة اليومية لمرض السكري لدى الأشخاص المصابين بمرض السكري.

2.2 لمن صُممت معارف جلوكوز mySugr؟

تدبير وقائي

مخاطر الأضرار المختلفة

إذا لم تكن أنت المستخدم المستهدف، فلا يمكن ضمان التشغيل السليم والأمن لمعارف جلوكوز mySugr.

صُممت معارف جلوكوز mySugr للمستخدمين التاليين:

- البالغون من العمر 18 عامًا أو أكثر، والذين شُخصوا بمرض السكري.
- تحت إشراف طبيب أو متخصص آخر في الرعاية الصحية.
- القادرين جسديًا وعقليًا على إدارة علاج مرض السكري لديهم بشكل مستقل.
- القادرين على استخدام جهاز محمول متوافق بكفاءة.
- من يمكنهم قراءة المعلومات المعروضة على جهاز محمول متوافق.

2.3 دواعي الاستعمال

صُممت معارف جلوكوز mySugr للمستخدمين الذين شُخصوا بمرض السكري.

2.4 ما الذي تحتاجه؟

لاستخدام معارف جلوكوز mySugr، تحتاج للتالي:

- جهاز محمول مزود بنظام iOS أو Android لتشغيل التطبيق. للحصول على أحدث المعلومات حول الأجهزة المتوافقة، انظر الفصل ما هي الأجهزة التي يعمل عليها سجل mySugr في دليل مستخدم سجل mySugr.
- جهاز Accu-Chek SmartGuide. للاطلاع على معلومات وتعليمات استخدام المستشعر، انظر دليل المستخدم المرفق بالجهاز.
- يلزم وجود اتصال ثابت بالإنترنت. للحصول على توقعات الجلوكوز وإشعارات التطبيق، قم بتوصيل جهازك المحمول بشبكة Wi-Fi® آمنة أو بشبكة الهاتف المحمول.
- إذا كنت تستخدم آيفون، يمكنك استخدام معارف جلوكوز mySugr مع ساعة آبل، انظر الفصل [استخدام ساعة آبل](#). يجب أن يكون إصدار watchOS هو watchOS 9 أو أعلى. الساعات الذكية الأخرى غير متوافقة مع معارف جلوكوز mySugr.

قبل تحديث جهازك المحمول إلى نظام تشغيل أحدث، تأكد من توافق mySugr مع نظام التشغيل الجديد. إذا كنت لا تزال بحاجة إلى المساعدة، تواصل مع دعم العملاء.

2.5 بيئة الاستخدام

باعتباره تطبيقًا للهاتف المحمول، يمكن استخدام معارف جلوكوز mySugr في أي بيئة يستخدم فيها المستخدم عادةً جهازًا محمولًا بشكل آمن.

يرجى العلم أنه يجب عليك أيضًا مراعاة الظروف البيئية لجهاز Accu-Chek SmartGuide وجهازك المحمول. لمزيد من المعلومات، راجع دليل المستخدم المرفق بجهاز Accu-Chek SmartGuide ودليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول أو نظام تشغيل جهازك المحمول.

3 موانع الاستعمال والقيود

3.1 موانع الاستعمال

لا وجود لموانع استعمال معروفة.

3.2 القيود

تحذير

خطر التعرض لضرر جسيم

لا يقدم تطبيق معارف جلوكوز mySugr نصائحًا طبية. وهو يُستخدم لدعم علاج مرض السكري، ولكنه لا يغني عن زيارة الطبيب أو أخصائي الرعاية الصحية. لا يزال يتعين عليك مراجعة نسب الجلوكوز (HbA1c) لديك بانتظام من قبل أخصائي، ويجب عليك الاستمرار في إدارة مستويات الجلوكوز لديك بشكل مستقل.

لا يجوز إجراء تغييرات على علاج السكري بشكل عام إلا من قبل أخصائي الرعاية الصحية. إذا كانت لديك أسئلة حول علاجك، استشر أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.

- يتواصل تطبيق معارف جلوكوز mySugr مع المستشعر عبر تقنية *Bluetooth*® منخفضة الطاقة. قد لا تتوافق الأجهزة التي تدعم إصدارات *Bluetooth*® منخفضة الطاقة الأقدم من الإصدار 5.0.
- لن يتلقى المستخدم التنبيهات إلا إذا قام المستخدم بتوصيل المستشعر وتفعيل الإشعارات.
- صمم تطبيق معارف جلوكوز mySugr للأشخاص الذين يمكنهم قراءة المعلومات المعروضة على جهاز محمول متوافق.
- يُخطر تطبيق معارف جلوكوز mySugr بالإنذارات بالأساس عبر الصوت. بالإضافة إلى ذلك، يمكن استخدام طرق إخطار أخرى، مثلًا، الإشعارات اللمسية أو المرئية. إذا كان إدراكك السمعي ضعيف مثلًا بسبب فقدان السمع، استخدم طريقة إشعار بالإنذارات مناسبة لك.
- لا يُمكن ضمان تنبيهات المنبهات في جميع الحالات، نظرًا لقيود إشعارات وتنبيهات جهازك المحمول. لا تعتمد على التنبيهات فقط، وإلا فقد تفوتك انخفاض أو ارتفاع سكر الدم الشديد. افتح تطبيق معارف جلوكوز mySugr بانتظام للتحقق من مستويات الجلوكوز لديك وفقًا لتعليمات أخصائي الرعاية الصحية، أو إذا كنت تشعر بأن مستوى الجلوكوز لديك قد يكون منخفضًا أو مرتفعًا. لا تتجاهل أعراض انخفاض أو ارتفاع الجلوكوز.
- إذا كان المستشعر في وضع الاتجاه، فقد تقل دقة قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم من المستشعر. ونتيجة لذلك، قد تُصدر إنذارات حتى لو كان مستوى الجلوكوز الفعلي لديك ضمن النطاق المستهدف. قد يحدث أيضًا عدم إصدار أي إنذار حتى لو كان مستوى الجلوكوز الفعلي لديك مرتفعًا جدًا أو منخفضًا جدًا. لمزيد من المعلومات، انظر الفصل [وضع الاتجاه ووضع العلاج](#).
- إذا انقطع الاتصال بالمستشعر، لا تستخدم بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم السابقة لاتخاذ قرارات العلاج، مثل جرعات الأنسولين. لتشغيل إنذار فقدان الاتصال، راجع الفصل [إشعارات المستشعر](#).

4 معلومات السلامة العامة

تحذير

خطر اتخاذ قرارات علاجية خاطئة

لا تُقدَّر أو تفترض وجود أي بيانات مفقودة في المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم. قد يؤدي تقدير أو افتراض وجود أي بيانات مفقودة للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم إلى اتخاذ قرارات علاجية خاطئة، مثل تحديد جرعات الأنسولين.

في حالة فقدان بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم، تأكد من إعداد تطبيق معارف جلوكوز mySugr بشكل صحيح وتوصيل المستشعر والجهاز المحمول. لمزيد من المعلومات حول إعداد تطبيق معارف جلوكوز mySugr والمستشعر الخاص بك بشكل صحيح، انظر الفصل [البدء](#). إذا لم تكن متأكدًا مما إذا كان تطبيق معارف جلوكوز mySugr أو المستشعر يعملان بشكل صحيح، استخدم طريقة بديلة لاختبار الجلوكوز لديك واتصل بدعم العملاء.

تحذير

خطر وجود قيم غير صحيحة للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

صُمم تطبيق معارف جلوكوز mySugr للاستخدام مع مستشعر واحد وجهاز محمول واحد في نفس الوقت. في حال استخدام عدة مستشعرات أو أجهزة محمولة، قد تظهر قيم مراقبة مستمرة لمستوى السكر في الدم غير صحيحة.

استخدم مستشعرًا واحدًا فقط وقم بتوصيل المستشعر بجهاز محمول واحد فقط.

تدبير وقائي

خطر اتخاذ قرارات علاجية خاطئة

يمكن أن تُقدم لك التنبؤات نظرةً ثابتةً على الإجراءات المستقبلية التي قد تتخذها لإدارة مرض السكري. ولكن التنبؤات التي تتجاوز 45 دقيقة هي لأغراض معلوماتية فقط، ولا ينبغي استخدامها لاتخاذ إجراءات فورية.

تدبير وقائي

خطر اتخاذ قرارات علاجية خاطئة

احرص دائمًا على وجود طرق بديلة لقياس مستوى السكر في الدم. في حال فقدان جهازك المحمول أو تعطل نظامه، استخدم طريقة بديلة لقياس مستوى السكر في الدم.

تدبير وقائي

خطر التعرض لضرر جسيم

قد لا تكون قيم الجلوكوز التي يعرضها تطبيق معارف جلوكوز mySugr دقيقة دائمًا. لا تتجاهل أعراض انخفاض أو ارتفاع الجلوكوز. إذا لم تتطابق القيمة المعروضة للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم مع ما تشعر به:

1. انتقل إلى طريقة بديلة لاختبار الجلوكوز لديك.

2. إذا كانت الأعراض لا تزال غير متوافقة مع قيمة الجلوكوز لديك، فاستشر أخصائي الرعاية الصحية لديك.

لمزيد من المعلومات، راجع الفصل [استكشاف الأخطاء وإصلاحها والدعم](#).

تحذير

خطر اتخاذ قرارات علاجية خاطئة

يفرض المظهر الداكن الموسع في Android 16 والإصدارات الأحدث تطبيق "المظهر الداكن" على جميع التطبيقات. تطبيق mySugr لا يدعم هذه الميزة. تأكد من إيقاف "المظهر الداكن" الموسع عند استخدام تطبيق mySugr. وإلا، ستتغير ألوان نطاقات الجلوكوز وستصبح بعض النصوص صعبة القراءة، ما قد يؤدي إلى اتخاذ قرارات علاجية خاطئة.

لمعلومات حول الظروف البيئية لجهازك المحمول، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول أو نظام التشغيل الخاص بجهازك المحمول.

إن تطبيق معارف جلوكوز mySugr مخصص للاستخدام الفردي فقط. لا تشارك بياناتك الشخصية أو تنبؤاتك مع الآخرين حتى لو بدت ظروف العلاج متشابهة.

يتطلب تطبيق معارف جلوكوز mySugr صوتًا لإرسال المعلومات المهمة بشكل صحيح. تحقق من إعدادات جهازك المحمول قبل الاستخدام، وإلا فقد تفوتك المعلومات.

5 الميزات الرئيسية

ملاحظة

تتوفر ميزات معارف جلوكوز mySugr فقط عند تشغيل تطبيق mySugr وتسجيل دخولك عليه.

قيم لحظية للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

يمكنك الوصول إلى قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم اللحظية مباشرةً على جهازك المحمول أو ساعة آبل. استخدم تطبيق معارف جلوكوز mySugr المتصل بمستشعر Accu-ChekSmartGuide الذي وضعته على ذراعك. يتواصل تطبيق معارف جلوكوز mySugr مع المستشعر عبر [®]Bluetooth منخفض الطاقة. كل 5 دقائق، يرسل المستشعر قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم إلى تطبيق معارف جلوكوز mySugr. يصل عمر كل مستشعر Accu-Chek SmartGuide إلى 14 يومًا ويتطلب المعايرة باستخدام جهاز قياس سكر الدم لاستخدام قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم في اتخاذ قرارات علاجية مثل جرعة الأنسولين. بعد 14 يومًا، يجب إزالة المستشعر. استبدل المستشعر بآخر جديد.

المعلومات في متناول يدك

توفر الشاشة الرئيسية جميع المعلومات المهمة لإدارة مرض السكري لديك في لمحة:

- المنبهات الحالية.
- قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم وسهم الاتجاه الحالي.
- توقعات الجلوكوز في الساعتين القادمتين.
- إشعار انخفاض الجلوكوز قريبًا.
- توقع الانخفاض ليلاً
- الأنماط المكتشفة.
- الوقت في النطاق المستهدف.
- مؤشر إدارة الجلوكوز.

إعدادات وتنبيهات قابلة للتخصيص

لِبِّ احتياجاتك وتفضيلاتك الشخصية من خلال إعدادات يمكن تخصيصها. اضبط قيم التنبيه لمستويات السكر المرتفعة والمنخفضة، وغير ذلك الكثير.

توقع الجلوكوز

يتم عرض توقعات نسبة الجلوكوز لديك خلال الساعتين القادمتين بمجرد إعداد المستشعر بشكل صحيح ونقل ما لا يقل عن ساعة واحدة من بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم من المستشعر.

إشعار بانخفاض مستوى الجلوكوز قريبًا

بمجرد توصيل المستشعر الخاص بك، إذا تم تمكينه، يكتشف تطبيق معارف جلوكوز mySugr انخفاض الجلوكوز في غضون 30 دقيقة ويُعلمك باحتمال حدوث انخفاض في مستوى الجلوكوز. يكون هذا الإشعار مفعّل بالفعل بشكل افتراضي عند بدء استخدام تطبيق معارف جلوكوز mySugr للمرة الأولى. يمكنك الانتقال إلى **المزيد < إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > المنبهات < منبهات التوقعات >** لإيقاف تشغيله. سيستمر عرض بطاقة جلوكوز منخفض قريبًا على الشاشة الرئيسية.

يظهر هذا الإشعار على شاشة القفل أو عند التمرير للأسفل من أعلى أي شاشة أخرى. اضغط على الإشعار لمزيد من التفاصيل والإجراءات التي يمكنك اتخاذها.

توقع الانخفاض ليلاً

تنبأ هذه الخاصية باحتمالية انخفاض الجلوكوز أثناء الليل، مما يسمح لك بتحديد الإجراءات التي يمكنك اتخاذها قبل الخلود للنوم. يعني خطر الانخفاض احتمالية انخفاض الجلوكوز لديك إلى أقل من 70 مل/دل (3.9 ملليمول/لتر). إذا تم تمكينه، ستتلقى إشعارًا في حال وجود احتمال كبير بانخفاض الجلوكوز أثناء النوم. نحتاج إلى يوم واحد على الأقل من البيانات للتنبؤ باحتمالاتك.

يمكنك أيضًا إعداد خاصية التنبؤ بانخفاض الجلوكوز ليلاً واستخدامها لطلب حساب يدويًا.

أنماط الجلوكوز

تحدد هذه الخاصية أحداث الجلوكوز المتكررة، والتي تحدث خلال يوم أو أسبوع. يمكن أن يساعدك إدراك هذه الأنماط على اتخاذ خطوات لتحسين التحكم في الجلوكوز واتخاذ قرارات علاجية أكثر استنارة. بمجرد أن يتلقى تطبيق معارف جلوكوز mySugr بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم من المستشعر، تُعرض الأنماط المكتشفة من آخر 24 ساعة أسفل الرسم البياني على الشاشة الرئيسية. تُعرض الأنماط حسب الترتيب من النمط الذي يحمل أعلى مخاطر صحية أولًا، في الأعلى، مثل النمط المنخفض للغاية أو النمط المنخفض. بالإضافة إلى ذلك، يمكنك ضبط تذكيرات على أي نمط من الأنماط التي تم اكتشافها.

التقارير

باستخدام تطبيق معارف جلوكوز mySugr يمكنك تصدير ملف تعريف الجلوكوز (ملف تعريف الجلوكوز الإسعافي) وأنماط الجلوكوز بتنسيق PDF.

6 البدء

6.1 تثبيت وإلغاء تثبيت تطبيق معارف جلوكوز mySugr

يُعد تطبيق معارف جلوكوز mySugr امتدادًا لتطبيق سجل mySugr (تطبيق mySugr) الذي يصح نشاطًا عند توصيل مستشعر Accu-Chek SmartGuide. ما عليك سوى تنزيل تطبيق mySugr وتثبيته على جهازك المحمول. لمزيد من المعلومات حول تثبيت واستخدام تطبيق mySugr، راجع الفصل الخاص بالتثبيت في دليل مستخدم سجل mySugr.

إذا قررت التوقف عن استخدام المستشعر، سيظل بإمكانك القيام بما يلي:

- تصدير قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم السابقة باستخدام علامة التبويب الخاصة بالمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم على شاشة التقارير.
- عرض كلاً من مُدخلات السكر في الدم وآخر قيم للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم على الرسم البياني للشاشة الرئيسية.
- استخدم إعدادات المستخدم المخصصة المحفوظة مسبقًا والمتعلقة بالمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم في المرة التالية التي تقوم فيها بإقران وتوصيل مستشعر جديد.

حالما تفصل المستشعر من معارف جلوكوز mySugr، ستعود الشاشة الرئيسية تلقائيًا إلى حالتها الافتراضية: سيتم إنشاء الرسم البياني من مُدخلات سكر الدم التي تضيفها إلى سجل mySugr. لن تكون الخصائص المتعلقة بالمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم متاحة بعد الآن، مثل التنبؤات أو الإنذارات.

6.2 توصيل المستشعر

يجب عليك توصيل جهاز استشعار Accu-Chek SmartGuide بجهازك المحمول باستخدام التعليمات الواردة في هذا الفصل، وإلا فلن يتمكن تطبيق معارف جلوكوز mySugr من تلقي قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم من المستشعر الخاص بك.

قم بتوصيل المستشعر في منطقة آمنة وموثوقة فقط. قد يقلل هذا من خطر اتصال أشخاص آخرين بالمستشعر الخاص بك.

قبل توصيل المستشعر الخاص بك، احصل على الرقم التسلسلي ورقم التعريف الشخصي المكون من 6 أرقام من الملصق السفلي للغطاء الدوار الأزرق. لاحظ أنه على أجهزة Android، ستحتاج إلى الرقم التسلسلي ورقم التعريف الشخصي المكون من 6 أرقام لإعادة توصيل نفس المستشعر، مثلًا، بعد تسجيل الخروج من تطبيق mySugr. لذا نوصيك بالاحتفاظ بالغطاء الدوار حتى تتخلص من المستشعر.

• يوجد الرقم التسلسلي للمستشعر الخاص بك بجوار أيقونة SN، انظر المثال أدناه.

• يوجد رقم التعريف الشخصي المكون من 6 أرقام للمستشعر الخاص بك بجوار كلمة PIN، انظر المثال أدناه.



ضمّم تطبيق معارف جلوكوز mySugr للاستخدام مع مستشعر واحد وجهاز محمول واحد في كل مرة. إذا قمت بتوصيل مستشعر جديد أثناء توصيل مستشعر آخر متصل من قبل، سيتم فصل المستشعر المتصل تلقائيًا.

1. اضغط على **الاتصالات** في قائمة شريط علامات التبويب.

2. اختر **Accu-Chek SmartGuide** من القائمة واضغط على **توصيل**.

3. على أجهزة iOS، اضغط على **فتح الإعدادات** وقم بتمكين **Bluetooth®** في إعدادات جهازك.

على أجهزة Android، اضغط على **السماح بالدخول** لتمكين **Bluetooth®** وخدمات الموقع. ثم اضغط على **تمكين Bluetooth والموقع**.

4. ضع المستشعر على جسمك. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في استخدام المستشعر، اضغط على

كيفية استخدام المستشعر.

5. اضغط على **التالي**.

6. احتفظ بالغطاء الدوار الذي به الرقم التسلسلي للمستشعر ورقم التعريف الشخصي.

7. اضغط على **التالي**.

8. اختر المستشعر الذي يتطابق مع الرقم التسلسلي الموجود على الملصق السفلي للغطاء الدوار الأزرق. بعد اختيار الرقم التسلسلي للمستشعر، قم بكل خطوة بسرعة. إذا توقفت أو تأخرت، قد ينفذ الوقت المسموح لإدخال رقم التعريف الشخصي.

9. اضغط على **إدخال رقم التعريف الشخصي**.

10. أدخل على رقم التعريف الشخصي المكون من 6 أرقام من الملصق السفلي للغطاء الدوار

الأزرق. تأكد من إدخال رقم التعريف الشخصي الصحيح وعدم إدخال أرقام أخرى.

11. اضغط على **إقران**.

تم توصيل المستشعر الآن.

لضمان استمرارية استقبال بياناتك دون انقطاع، احرص دائمًا على إبقاء المستشعر لديك متصلًا بالتطبيق عبر تقنية **Bluetooth®** اللاسلكية. يتيح لك هذا الاتصال أيضًا إعادة توصيل المستشعر النشط لديك. استخدم عرض الاتصالات لفصل المستشعر النشط لديك وإعادة توصيله بأمان.

لا تحذف المستشعر النشط لديك من قائمة الأجهزة المقترنة في إعدادات **Bluetooth®** على جهازك المحمول. إذا حذفت المستشعر النشط من هذه القائمة، فلن تتمكن بعد ذلك من إعادة توصيله، وسيستعين عليك بتوصيل مستشعر جديد.

إذا كانت هذه هي المرة الأولى التي تقوم فيها بتوصيل المستشعر، عليك تعيين تنبيهات قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم التي تتلقاها من المستشعر وتمكين تجاوز "عدم الإزعاج" (Android) أو التنبيهات الحرجة (iOS) للتأكد من تلقي إشعارات التطبيق والتنبيهات حتى إذا قمت بكتم صوت جهازك المحمول.

1. اضغط على **التالي**.

2. اقرأ المعلومات المعروضة بعناية واضغط على أفهم للمتابعة.

3. اضغط على **التالي**.

4. أدخل قيم التنبيه الخاصة بإنذار الجلوكوز المرتفع وإنذار الجلوكوز المنخفض. لاحظ أنه لا يمكنك

تغيير قيمة إنذار الجلوكوز المنخفض جدًا لأسباب طبية.

5. اضغط على **التالي**.

6. على أجهزة iOS، اضغط على **السماح** لتمكين التنبيهات الحرجة.

على أجهزة Android، قم بتشغيل **تجاوز عدم الإزعاج**.

7. اضغط على **التالي**.

بعد وضع مستشعر جديد، يحتاج المستشعر إلى مدة للتكيف تصل لمدة ساعة واحدة. خلال هذه الفترة، لا تُعرض أي قيم للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم على تطبيق معارف جلوكوز mySugr. حصل على طريقة بديلة متاحة لاختبار الجلوكوز. يتطلب المستشعر الخاص بك معايرة من أجل عرض قيم جهاز المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم التي يمكن استخدامها لاتخاذ قرارات العلاج، مثل تحديد جرعات الأنسولين.

6.3 عملية معايرة المستشعر جارية

6.3.1 وضع الاتجاه ووضع العلاج

يوجد وضعان لقيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم: وضع **الاتجاه** ووضع **العلاج**. يُعرض الوضع الذي يوجد فيه المستشعر حاليًا أسفل قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم على الشاشة الرئيسية.

عندما يكون المستشعر في وضع **الاتجاه**:

- لا ينبغي أن تُستخدم قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم في اتخاذ قرارات علاجية، مثل حقن جرعة الأنسولين.

- يمكن استخدام قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لرؤية الاتجاهات وكمراجع عام فقط.

- لاتخاذ قرارات العلاج، مثل جرعات الأنسولين، اختبر نسبة السكر في الدم عن طريق إجراء اختبار وخذ الإصبع باستخدام جهاز قياس السكر في الدم.

عندما يكون المستشعر في وضع **العلاج**:

- يمكن استخدام قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لاتخاذ قرارات علاجية، مثل حقن جرعة أنسولين.

بعد فترة تكيف مدتها ساعة واحدة، يكون المستشعر في وضع **الاتجاه**، ويرسل قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم إلى تطبيق معارف جلوكوز mySugr كل 5 دقائق. لا تستخدم هذه القيم الأولية للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم في اتخاذ قرارات العلاج، مثل تحديد جرعات الأنسولين.

يلزم إجراء المعايرة الأولى بعد 12 ساعة من وضع المستشعر. بعد إجراء المعايرة، يكون المستشعر في وضع **العلاج**. يمكن الآن استخدام قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لاتخاذ قرارات العلاج، مثل جرعة الأنسولين.

يلزم إجراء المعايرة الثانية بعد 30 دقيقة إلى 3 ساعات من المعايرة الأولى. الهدف منها هو تأكيد المعايرة الأولى.

في حال عدم إجراء المعايرة الثانية، يعود المستشعر إلى وضع **الاتجاه**. ولكن، بعد إجراء المعايرة الثانية، يعود المستشعر إلى وضع **العلاج**.

6.3.2 طريقة معايرة المستشعر

تسمح لك معايرة المستشعر باستخدام قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لاتخاذ قرارات العلاج، مثل جرعات الأنسولين، وتزيد من دقة قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم. لمعايرة المستشعر الخاص بك، عليك إجراء اختبار وخذ الإصبع باستخدام جهاز قياس السكر في الدم وإدخال نتيجة الاختبار من جهاز قياس السكر في الدم في تطبيق معارف جلوكوز mySugr. يطالبك تطبيق معارف جلوكوز mySugr بالقيام بذلك خلال اليوم الأول من الاستخدام.

قم بالمعايرة في وقت يكون فيه مستوى السكر في الدم مستقرًا نسبيًا. يمكن اكتشاف هذه الفترات من خلال عرض أسهم الاتجاه والرسم البياني الرئيسي على الشاشة الرئيسية. لا تقم بالمعايرة بعد فترة قصيرة من تناول وجبة أو بعد توصيل الأنسولين أو بعد نشاط بدني، وتجنب البيئات ذات درجات الحرارة الشديدة أو البرودة الشديدة، أو درجات الحرارة سريعة التغير.

1. انتظر حتى يطالبك تطبيق معارف جلوكوز mySugr بمعايرة المستشعر الخاص بك. ثم اضغط على **المعايرة الآن**.

2. قم بإجراء اختبار وخذ الإصبع لقياس نسبة السكر في الدم باستخدام جهاز قياس السكر في الدم، وفقًا لتعليمات الشركة المصنعة.

3. أدخل نتيجة الاختبار من جهاز قياس السكر في الدم على شاشة **معايرة مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم**. يجب إدخال نتيجة الاختبار في أقرب وقت ممكن، وفي موعد لا يتجاوز 3 دقائق بعد إجراء الاختبار.

4. تأكد من إدراكك أنه لا يمكن تعديل قيم المعايرة أو حذفها بمجرد تأكيدها واضغط على **أفهم**.

5. تحقق من إدخال نفس القيمة في تطبيق معارف جلوكوز mySugr التي تم عرضها على جهاز قياس السكر في الدم واضغط على **تأكيد**. إذا أدخلت قيمة غير صحيحة عن طريق الخطأ، اضغط على **استمر في التحرير** وأدخل القيمة الصحيحة.

إذا لم تنجح المعايرة، انتظر حوالي 15-30 دقيقة قبل تكرار العملية. عند تكرار العملية، قم بإجراء اختبار جديد بوخز الإصبع باستخدام جهاز قياس سكر الدم.

لا يمكن ضمان جودة أداء النظام إذا تم استخدام نتيجة اختبار غير صحيحة للمعايرة.

إذا أكدت قيمة معايرة غير صحيحة، لا يمكن حذفها. قم بإزالة المستشعر وتطبيق مستشعر جديد.

7 إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

7.1 منبهات الجلوكوز

يمكن أن يحذرك تطبيق معارف جلوكوز mySugr من ارتفاع قيم جهاز المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم أو انخفاضها، أو انخفاضها الشديد. تتوفر منبهات الجلوكوز التالية:

- يحذرك منبه الجلوكوز المرتفع عندما تكون قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم عند منبه الارتفاع أو أعلى منها.

- يحذرك منبه الجلوكوز المنخفض عندما تكون قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم عند منبه الانخفاض أو أقل منها.

• يحذرك منه انخفاض الجلوكوز الشديد عندما تكون قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم أقل من 54 مج/دل (3.0 مليمول/لتر). من أجل سلامتك، لا يمكن تغيير قيمة إنذار الجلوكوز المنخفض جدًا.

ستتلقى منه الجلوكوز عندما تكون قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم عند أو أعلى من قيمة منه ارتفاع الجلوكوز على التوالي عند أو أقل من قيمة منه الجلوكوز المنخفض والمنخفض جدًا. ولكن ستستمر في تلقي منه الجلوكوز كل 5 دقائق طالما ظلت قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم أقل من قيمة منه الجلوكوز المنخفض جدًا.

يكون ملف تعريف المنبه الأساسي الخاص بك نشطًا على مدار 24 ساعة في اليوم، ما لم يتم تشغيل ملف تعريف المنبه الثانوي. يسمح لك ملف تعريف التنبيه الثانوي بتعيين مستويات مختلفة من التنبيه لإطار زمني معين، مثلًا، أثناء الليل.

تكون جميع إنذارات الجلوكوز نشطة بشكل افتراضي، ولكن يمكنك إيقاف تشغيلها. لتهيئة منبهات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم، اتبع ما يلي:

1. اضغط على **المزيد < إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > الإنذارات < منبهات الارتفاع & الانخفاض.**
2. اضغط على أزرار التبديل لتشغيل المنبهات المطلوبة أو إيقاف تشغيلها.
3. أدخل قيم الإنذار لكل منه. قيمة منه الجلوكوز المنخفض جدًا ثابتة عند 54 مج/دل (3.0 مليمول/لتر). يمكن ضبط قيمة منه الجلوكوز المنخفض على أي رقم أعلى من 60 مج/دل (3.3 مليمول/لتر) وأعلى. ويمكن ضبط قيمة منه الجلوكوز المرتفع على أي رقم أعلى من قيمة منه الجلوكوز المنخفض.
4. اضغط على **حفظ.**

بعد تكوين ملف تعريف المنبه الأساسي، يمكنك أيضًا إنشاء ملف تعريف منه ثانوي ينطبق على أوقات مختلفة من اليوم. بالنسبة لملف تعريف المنبه الثانوي، يمكنك ضبط وقت البدء والانتهاؤ بزيادات قدرها 15 دقيقة.

7.2 منبهات التوقعات

تنبؤ انخفاض الجلوكوز

يتيح لك التوقع بانخفاض الجلوكوز معرفة متى يكتشف تطبيق معارف جلوكوز mySugr احتمال انخفاض مستوى الجلوكوز خلال 30 دقيقة. قد يحدث انخفاض الجلوكوز في أي وقت خلال الثلاثين دقيقة القادمة.

يعني الانخفاض أن مستوى الجلوكوز في الدم قد ينخفض إلى ما دون قيمة إنذار انخفاض مستوى الجلوكوز التي حددها لمنبهات مستوى الجلوكوز.

إذا وجد احتمال كبير للانخفاض خلال 30 دقيقة، يظهر إشعار انخفاض الجلوكوز قريبًا، إذا كان قيد التشغيل، إما على شاشة قفل جهازك المحمول أو عند التمرير للأسفل من أعلى الشاشة، حسب كيفية تكوين جهازك المحمول. انتقل إلى **المزيد < إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > المنبهات < إنذارات التوقع** للتحكم في هذا الإشعار.

اضغط على الإشعار لعرض الشاشة الرئيسية. توجد بطاقة الجلوكوز المنخفض قريبًا أسفل الرسم البياني. اضغط على البطاقة لتلقي معلومات إضافية على شاشة الجلوكوز المنخفض قريبًا. اقرأ المعلومات وحدد الإجراء الذي يجب اتخاذه بعد ذلك.

استثناءات التوقع بانخفاض الجلوكوز

يعمل توقع الجلوكوز المنخفض على مدار 24 ساعة في اليوم، 7 أيام في الأسبوع، مع الاستثناءات التالية:

- تم ضبط قيمة منه انخفاض الجلوكوز عند أعلى من 100 مج/دل (5.5 مليمول/لتر).
- بعد 20 دقيقة من تسجيل كمية الكربوهيدرات التي تناولتها في سجل mySugr.
- بعد 30 دقيقة من آخر توقع للجلوكوز وآخر إشعار بانخفاض الجلوكوز قريبًا.
- يكون مستوى الجلوكوز لديك أقل من قيمة منه انخفاض الجلوكوز التي عينتها لمنبهات الانخفاض.

تختفي بطاقة انخفاض مستوى الجلوكوز قريبًا من الشاشة الرئيسية بعد 15 دقيقة إذا لم تعد احتمالية انخفاض مستوى الجلوكوز قريبًا موجودة.

توقع الانخفاض ليلاً

تتيح لك خاصية توقع الانخفاض ليلاً معرفة احتمالية انخفاض مستوى الجلوكوز أثناء الليل قبل الذهاب إلى الفراش، كما توفر لك الفترة الزمنية التي تزيد فيها احتمالية خطر انخفاض مستوى الجلوكوز. يتوفر التوقع بين الساعة 9 مساءً و2 صباحًا.

يعني خطر الانخفاض لديك أن الجلوكوز قد ينخفض إلى أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر). تعمل ميزة توقع الانخفاض ليلاً بحد منخفض ثابت عند 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر).

تُعرّف الليلة بأنها فترة زمنية تبلغ 7 ساعات تبدأ من وقت حساب التوقع.

يمكنك إعداد ميزة توقع الانخفاض ليلاً وطلب حساب جديد يدويًا، لأي فترة زمنية بين الساعة 9 مساءً و2 صباحًا. يمكن أيضًا إخطارك في أوقات محددة من المخاطر العالية (أعلى بكثير من المخاطر العادية).

إذا وجدت احتمالية عالية أو عالية جدًا لانخفاض مستوى الجلوكوز أثناء الليل، وكان الإشعار يعمل، سيظهر الإشعار على شاشة قفل جهازك المحمول. يمكن رؤية بطاقة التوقع بالانخفاض ليلاً أسفل الرسم البياني على الشاشة الرئيسية. انتقل إلى **المزيد > إمدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > الإنذارات > إمدادات التنبؤ** للتحكم في هذا الإشعار.

اضغط إما على الإشعار أو على بطاقة التنبؤ بالانخفاض ليلاً على الشاشة الرئيسية لرؤية التوقع البياني على شاشة التوقع بالانخفاض ليلاً. تنقسم احتمالية انخفاض مستوى الجلوكوز أثناء الليل إلى 3 مستويات مختلفة من المخاطر، مع وجود لون مختلف يمثل كل مستوى:

- طبيعي — أقل من 30% (أخضر)
- مرتفع — بين 30 و60% (أصفر)
- مرتفع جدًا — فوق 60% (أحمر)



سواء كانت احتمالية انخفاض الجلوكوز أثناء الليل طبيعية أو مرتفعة أو مرتفعة جدًا، فكر في الإجراءات التي ستتخذها. حتى الاحتمال الطبيعي يظل خطرًا، لذا يجب التفكير في أي إجراءات ضرورية.

تعرض شاشة انخفاض مستوى الجلوكوز ليلاً أيضًا المعلومات التالية عند وجود احتمال كبير أو كبير جدًا لانخفاض مستوى الجلوكوز ليلاً:

- احتفظ بوجبات خفيفة تحتوي على الكربوهيدرات بالقرب من سريرك.
- احرص على تقليل عدد وحدات الأنسولين الأساسي التي تحقن بها نفسك ليلاً.
- تناول بعض الطعام الغني بالبروتين أو الدهون.

هذه المعلومات مُشار إليها في معايير الرعاية الخاصة بالجمعية الأمريكية للسكري. Glycemic Goals and Hypoglycemia: Standards of Care in Diabetes—2024.

يمكنك طلب حساب احتمالية انخفاض مستوى الجلوكوز لديك يدويًا كل 20 دقيقة، طالما كان ذلك بعد 20 دقيقة من وجبتك الأخيرة أو حقنة الأنسولين أو كلاهما، مع الاستثناءات التالية:

- غن قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر) أو أقل من قيمة منبه الجلوكوز (إذا كانت أعلى من 70 مج/دل).
- يشير توقع الجلوكوز أو إشعار انخفاض الجلوكوز قريبًا إلى أن الجلوكوز على وشك الانخفاض إلى ما دون 70 مج/دل (3.9 مليمول / لتر).

تمكين توقع الانخفاض ليلاً

1. اضغط على بطاقة التوقع بالانخفاض ليلاً.
2. اضغط على **التالي** و **التالي** ، ثم شغل مفتاح تبديل الإشعارات. اضغط على **التالي** مرة أخرى.
3. أدخل الوقت الذي تريد أن يتم إخطارك به. اختر وقتًا بعد 20 دقيقة على الأقل من آخر وجبة تناولتها في اليوم وقبل موعد نومك.
4. اضغط على **تم**.

رسائل خطأ توقع الانخفاض ليلاً

عندما يتعذر تقديم توقع الانخفاض ليلاً، اقرأ ما يلي لفهم السبب والإجراءات الممكنة التي يجب اتخاذها بشكل أفضل. قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم في هذا الجدول هي مجرد أمثلة.

خطأ	الإجراء
غير متاح بعد	من السابق لأوانه حساب احتمالية انخفاض الجلوكوز لديك ليلاً. تحتاج إلى العودة بين الساعة 9 مساءً و 2 صباحًا. تعمل هذه الميزة فقط خلال هذه الفترة الزمنية.
لا توجد بيانات كافية	نحتاج إلى بيانات يوم واحد على الأقل من بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم للتنبؤ باحتمالية انخفاض الجلوكوز لديك ليلاً.
تم اكتشاف تناول الكربوهيدرات أو الأنسولين	إذا تم إدخال الكربوهيدرات أو الأنسولين في سجل mySugr، يحتاج تطبيق معارف جلوكوز mySugr إلى 20 دقيقة على الأقل لتحليل المُدخل الجديد وإعادة حساب احتمالية انخفاض الجلوكوز ليلاً.
أنت على وشك انخفاض الجلوكوز	تظهر هذه الرسالة إذا كانت توقعات الجلوكوز لديك أو إشعار انخفاض الجلوكوز قريبًا يشير إلى أنه من المتوقع أن ينخفض مستوى الجلوكوز لديك إلى أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر). لا يمكن حساب توقع انخفاض الجلوكوز ليلاً عندما يكون الجلوكوز على وشك الانخفاض. (هذه القيمة هي مثال فقط. تعتمد قيمة الإنذار الفعلية لديك على كيفية تحديدك لقيمة منبه انخفاض الجلوكوز لديك).

خطأ	الإجراء
الجلوكوز لديك أقل من 70 مل/دل (3.9 مليمول/لتر)	لا يمكن لتطبيق معارف جلوكوز mySugr التنبؤ بانخفاض مستوى الجلوكوز عندما يكون مستوى الجلوكوز منخفضًا من قبل. تناول شيئًا به سكر أو اشرب مشروبًا به سكر حسب توصية أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك. (هذه القيمة هي مثال فقط. قد تختلف قيمة منه انخفاض الجلوكوز لديك)
حدث خطأ ما	لم تتمكن من التنبؤ بمستوى السكر لديك عندما حاولت حساب المخاطر. يُرجى العودة لاحقًا.
هل أنت متصل بالإنترنت؟	لاستخدام تطبيق معارف جلوكوز mySugr، تأكد من اتصال جهازك المحمول بالإنترنت.

7.3 إشعارات المستشعر

تذكير انتهاء صلاحية المستشعر

يمكن أن يذكرك تطبيق معارف جلوكوز mySugr عند الحاجة إلى تغيير المستشعر الخاص بك. لتشغيل تذكيرات انتهاء الصلاحية أو إيقاف تشغيلها، اتبع ما يلي:

- اضغط على **المزيد < إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > المنبهات < إشعارات المستشعر.**
- اضغط على أزرار التبديل لتشغيل التذكيرات المطلوبة أو إيقاف تشغيلها.

تكون تذكيرات انتهاء صلاحية المستشعر قيد التشغيل افتراضيًا.

إنذار فقدان اتصال المستشعر

إذا فُقد الاتصال بجهاز الاستشعار الخاص بك، لن تتلقى قيم أو إنذارات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم إلى أن يتم استعادة الاتصال. سيخزن المستشعر البيانات لمدة 8 ساعات في حال تعذر نقل البيانات إلى معارف جلوكوز mySugr. لتجنب فقدان البيانات، يجب أن ينقل المستشعر البيانات قبل أن تفرغ بطارية المستشعر.

يمكن أن تحذرك معارف جلوكوز mySugr عند فقد الاتصال بالمستشعر. يتيح لك ذلك اتخاذ الإجراء المناسب لاستعادة الاتصال. لمزيد من المعلومات حول كيفية استعادة الاتصال بالمستشعر، راجع الفصل [استكشاف الأخطاء وإصلاحها والدعم](#).

إن إنذار فقدان الاتصال يعمل بشكل افتراضي. إذا تم إيقاف تشغيل إنذار فقدان الاتصال، قد تفوتك وقائع الجلوكوز المرتفع أو المنخفض أو المنخفض جدًا إذا حدثت هذه الوقائع أثناء انقطاع الاتصال.

لتشغيل إنذار فقدان الاتصال أو إيقاف تشغيله، اتبع ما يلي:

- اضغط على **المزيد < إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > المنبهات < إشعارات المستشعر.**
- اضغط على زر التبديل لتشغيل إنذار فقدان الاتصال أو إيقاف تشغيله. إذا قمت بإيقاف تشغيل هذا الإنذار، سيظهر لك إشعار يخبرك أنه في حالة فقدان الاتصال بجهاز الاستشعار الخاص بك فإنك لن تتلقى إنذارات الجلوكوز. لتأكيد رغبتك في إيقاف تشغيل إنذار فقدان الاتصال، اضغط على **إيقاف تشغيل**. إذا كنت تريد إلغاء هذا الإجراء، اضغط على **إلغاء**.

8 إعدادات الجهاز المحمول

تحذير خطر الضرر حافظ على جهازك المحمول آمنًا أثناء استخدام تطبيق معارف جلوكوز mySugr. • اختر كلمة مرور قوية أو طريقة مصادقة قوية (آلية فتح القفل) لجهازك المحمول ولا تشارك كلمة المرور الخاصة بك مع أطراف غير مصرح لها. • اسمح للتطبيقات الموثوقة فقط بالحصول على إذن للوصول إلى خدمات النظام. • لا تستخدم تطبيق mySugr على جهاز تم كسر حمايته أو عمل روت له أو في وضع تصحيح الأخطاء أو المطور. يمكن أن تقلل هذه الأوضاع من أمان جهازك، مما يجعله أكثر عرضة للوصول غير المصرح به والتهديدات الأمنية.
تحذير خطر تعطل التطبيق توفر بعض أنظمة التشغيل ميزات خصوصية محسنة تمكّنك من قفل تطبيق أو إخفائه (iOS) أو وضع تطبيق في مساحة خاصة (Android). إذا كنت تستخدم ميزات الخصوصية هذه مع تطبيق mySugr، قد لا يعمل تطبيق mySugr على النحو المراد وقد لا يتمكن من إرسال الإشعارات. لا تستخدم ميزات الخصوصية، مثل الإخفاء أو القفل أو المساحات الخاصة مع تطبيق mySugr.

8.1 العناية بالجهاز

قد يؤدي الاتصال بالمستشعر إلى زيادة استخدام بطارية جهازك المحمول. تأكد من أن لديك وسائل لشحن جهازك المحمول معك.

قد يؤدي فقدان الاتصال المتكرر بين المستشعر ومعارف جلوكوز mySugr إلى تقليل عمر بطارية المستشعر. حافظ على جهاز الاستشعار والجهاز المحمول بالقرب من بعضهما البعض.

لا تستخدم تطبيق mySugr على جهاز محمول به شاشة متصدعة أو تالفة. إذا كانت الشاشة متصدعة أو تالفة، فقد لا تتمكن من رؤية كل ما يتم عرضه. استخدم تطبيق mySugr فقط على جهاز محمول يعمل بشكل صحيح.

استخدم تطبيق mySugr فقط على الأجهزة المحمولة التي تثق بها. قد يتمكن جهاز صار من قراءة البيانات وإرسالها بين معارف جلوكوز mySugr والمستشعر.

شغل التطبيقات من مصادر موثوقة فقط على نفس الجهاز المحمول. اعط *Bluetooth*® الإذن للتطبيقات الموثوقة فقط، حيث قد يتمكن تطبيق صار من قراءة البيانات وإرسالها بين معارف جلوكوز mySugr والمستشعر.

8.2 إعدادات الإشعارات

تحذير

خطر انخفاض شديد في الجلوكوز أو ارتفاع الجلوكوز

تأكد من تشغيل الإشعارات والمنبهات وتجاوز وضع عدم الإزعاج (Android) أو التنبيهات الحرجة (iOS) في معارف جلوكوز mySugr، وإلا فقد تفوتك منبهات الجلوكوز أو معلومات السلامة الهامة.

يمكن أن تؤثر بعض إعدادات نظام التشغيل على إطلاق الإشعارات والمنبهات. لذلك، من المهم أن تتحقق من هذه الإعدادات على جهازك المحمول على فترات منتظمة.

يجب أن يعمل تطبيق mySugr دائمًا (في المقدمة أو الخلفية) من أجل إخراج إشارات المعلومات والمنبهات بشكل صحيح. يكفي أن يعمل تطبيق mySugr في الخلفية عند استخدام تطبيق آخر على جهازك المحمول. ستتصرف الإشعارات وفقًا لإعدادات الإشعارات الخاصة بك. يتأثر الاهتزاز والصوت والعرض لإشارات المعلومات والمنبهات بإعدادات الإشعارات الخاصة بك.

يجب أن تكون على دراية بإعدادات تلقي الإشعارات والمنبهات.

إعدادات منبهات التطبيق

إذا لم يسمح لمعارف جلوكوز mySugr بإصدار إشعارات، فسيتم حظر جميع الإشعارات والمنبهات.

<للتأكد من أنه يمكن لتطبيق معارف جلوكوز mySugr إصدار إشعارات وإنذارات، شغل إشعارات التطبيق لتطبيق mySugr في إعدادات النظام في جهازك المحمول. لمزيد من المعلومات حول كيفية القيام بذلك، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول.

يمكن أن تؤثر بعض الأحداث على الإشعارات والمنبهات. على سبيل المثال، إذا أسقطت جهازك المحمول أو المستشعر عن طريق الخطأ. تحقق بانتظام من وظائف جهازك المحمول والمستشعر ونظام التشغيل. تحقق أيضًا من إعدادات الإشعارات لنظام التشغيل الخاص بك بشكل منتظم.

وضع عدم الإزعاج والتركيز

إذا كان وضع "عدم الإزعاج" (Android) أو التركيز (iOS) قيد التشغيل، عادةً ما يتم كتم الإشعارات والمنبهات أثناء قفل جهازك المحمول. إذا كان "عدم الإزعاج" أو "التركيز" قيد التشغيل، عادةً ما يُشار إلى ذلك في شريط الحالة.

<للتأكد من تلقي الإشعارات والمنبهات حتى إذا قمت بوضع جهازك المحمول على وضع الصامت، شغل تجاوز وضع "عدم الإزعاج" (Android) أو "التنبيهات الحرجة" (iOS). <يمكنك أيضًا إضافة تطبيق mySugr إلى قائمة إشعارات التطبيقات المسموح بها. لمزيد من المعلومات حول كيفية القيام بذلك، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول.

الصوت

يمكن أن يؤدي ضبط مستوى الصوت المنخفض إلى الحيلولة دون سماع الإشعارات والإنذارات. حسب إصدار نظام التشغيل والجهاز المحمول، قد توجد إعدادات منفصلة لمستوى صوت نغمة الرنين ومستوى صوت الإشعارات. تعرض بعض أجهزة Android رمز كتم الصوت فقط إذا تم ضبط مستوى صوت نغمة الرنين على 0. ولكن ليس إذا تم ضبط مستوى صوت الإشعارات على 0. بالنسبة لهذه الأجهزة، لا يتم عرض رمز كتم الصوت رغم أن الإنذارات قد لا تكون مسموعة.

<اضبط مستوى الصوت بطريقة تجعلك تسمع جميع الإشعارات والمنبهات.

<تسمح لك بعض الأجهزة المحمولة بتعيين مستويات صوت مختلفة. يمكنك ضبط مستوى الصوت فوق مستوى الضوضاء المحيطة، على سبيل المثال، إذا كانت المنطقة المحيطة صاخبة جدًا. تأكد من أنه يمكنك سماع الإشعارات في المنطقة التي تتواجد فيها.

تقنية Bluetooth® اللاسلكية

إذا تم إيقاف تشغيل الاتصال عبر *Bluetooth*®، لن يتمكن تطبيق معارف جلوكوز mySugr من الاتصال بالمستشعر الخاص بك. عادةً ما تكون أيقونة *Bluetooth*® باللون الرمادي عند إيقاف تشغيل *Bluetooth*®.

<للتأكد من أن تطبيق معارف جلوكوز mySugr قادر على التواصل مع المستشعر الخاص بك، تحقق من أن *Bluetooth*® قيد التشغيل. لمزيد من المعلومات حول كيفية القيام بذلك، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول.

وضعية الطيران

إذا كانت وضعية الطيران قيد التشغيل، قد يتم إيقاف تشغيل *Bluetooth*® تلقائيًا، مما يمنع تطبيق معارف جلوكوز mySugr من الاتصال بالمستشعر. تذكر كل من أجهزة iOS و Android ما إذا كان *Bluetooth*® تم تشغيله أو إيقاف تشغيله في وضعية الطيران وإعادة الدخول إلى الحالة نفسها في المرة التالية التي تقوم فيها بتشغيل وضعية الطيران. إذا تم تشغيل وضعية الطيران، عادة ما يشار إلى ذلك في شريط الحالة.

<إذا تم تعطيل *Bluetooth*® في وضعية الطيران، أعد تشغيل *Bluetooth*®. لمزيد من المعلومات حول كيفية القيام بذلك، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول.

توفير الطاقة

إذا تم تشغيل إعداد توفير الطاقة، يتم تعطيل بعض العمليات في الخلفية لتوفير عمر بطارية جهازك المحمول. يؤثر إعداد توفير الطاقة أيضًا على الاتصال بالمستشعر. إذا تم تشغيل توفير الطاقة، عادة ما يشار إلى ذلك في شريط الحالة.

<للتأكد من أن معارف جلوكوز mySugr قادر على الاتصال بالمستشعر الخاص بك، أوقف تشغيل إعداد توفير الطاقة. لمزيد من المعلومات حول كيفية القيام بذلك، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول.

التحسين التلقائي

تحتوي بعض أجهزة Android على إنهاء تلقائي لعمليات الخلفية المضمنة، مما يؤدي إلى إنهاء تشغيل التطبيقات التي تعمل في الخلفية بعد فترة زمنية معينة.

<إذا لاحظت إغلاق تطبيق mySugr تلقائيًا أثناء تشغيله في الخلفية، قم بتعيين إعدادات البطارية لتطبيق mySugr إلى "غير مقيد". لمزيد من المعلومات حول كيفية القيام بذلك، راجع دليل المستخدم الخاص بجهازك المحمول.

الملحقات

قد تؤثر الملحقات المتصلة بجهازك المحمول على مخرجات الإشعارات والتنبيهات. قد يحدث هذا إذا وصلّت جهازك المحمول بسماعات رأس أو راديو السيارة دون ارتداء سماعات الرأس أو إذا كنت تستمع إلى محطة راديو مختلفة في السيارة. علاوة على هذا، عند توصيل ساعة ذكية بجهازك المحمول، قد تتغير إعدادات إشعارات جهازك المحمول.

<عند استخدام الملحقات، مثل سماعات الرأس أو سماعات الرأس أو الساعة الذكية، تأكد أنك ما زلت على علم بالإشعارات والإنذارات الصادرة عن معارف جلوكوز mySugr.

8.3 حماية الدخول

حماية البيانات

احم تطبيق mySugr من الدخول غير المعروف أو سوء الاستخدام. استخدم وظائف الأمان المتوفرة على جهازك المحمول أو في نظام التشغيل، مثلًا، حماية كلمة مرور.

حماية الجهاز المحمول

يمكن لأي شخص لديه حق الوصول إلى تطبيق mySugr إدخال قيم المعايرة لجهاز الاستشعار الخاص بك والتلاعب بمعارف جلوكوز mySugr أو إعدادات التطبيق. وقد تؤثر قيم المعايرة غير الصحيحة بالسلب على دقة المستشعر.

احم تطبيق mySugr من وصول الأطراف الخارجية:

- لا تقرض جهازك المحمول للآخرين، بما في ذلك الأطفال.
- عيّن قفل شاشة في إعدادات الأمان لجهازك المحمول.
- كوّن قفل الشاشة لقفل جهازك المحمول تلقائيًا بعد فترة معينة من عدم النشاط.

حماية الحساب

حافظ على خصوصية معلومات حسابك. لا تشارك حسابك مع الآخرين.

إذا غيّرت جهازك المحمول، أو توقفت عن استخدام جهازك، أو أعترته للآخرين، فسجّل الخروج من حسابك أولًا.

يؤدي تسجيل الخروج من حسابك إلى فصل المستشعر النشط عن التطبيق، ويمنع المستشعر من إرسال التنبيهات والإشعارات وقيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم إلى التطبيق. قبل تسجيل الخروج، تأكد أن المستشعر متصل بالتطبيق عبر تقنية *Bluetooth®* اللاسلكية. يتيح لك هذا إعادة توصيل المستشعر النشط نفسه لاحقًا. وإلا، سيتعين عليك توصيل مستشعر جديد.

عند تسجيل الدخول مجددًا، ستحتاج على أجهزة Android إلى الرقم التسلسلي ورقم التعريف الشخصي المكون من 6 أرقام لإعادة توصيل نفس المستشعر.

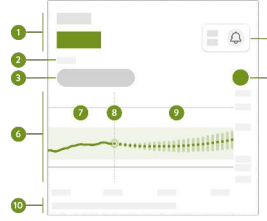
احم جهازك المحمول من أي تغييرات قد تطرأ على تطبيقاتك ونظام التشغيل. تأكد من وجوب إدخال كلمة المرور لتثبيت التطبيقات.

لتغيير كلمة مرور حسابك، اذهب إلى **المزيد > الحساب & الإعدادات > تغيير كلمة المرور**.

لمعلومات حول تغيير إعدادات كلمة المرور الخاصة بحسابك على Apple أو Google، راجع تعليمات منصة التنزيل الخاصة بك.

9 الشاشة الرئيسية

الشاشة الرئيسية هي شاشة التطبيق المركزية، وهي تعرض معلومات متنوعة. لاحظ أنه بمجرد توصيل مستشعر بتطبيق mySugr، تعرض الشاشة الرئيسية معلومات إضافية، مثل اتجاهات الجلوكوز لديك (هل يرتفع الجلوكوز لديك أو ينخفض) وتوقعات الجلوكوز.



يقدم الجزء العلوي من الشاشة الرئيسية المعلومات التالية:

1. عرض نصي ورقمي لقيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الحالية. يشير سهم الاتجاه إلى الاتجاه الحالي الذي تتجه فيه قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الخاصة بك:
 - ↑ يرتفع بسرعة
 - ↗ يرتفع
 - ثابت
 - ↘ ينخفض
 - ↓ ينخفض بسرعة

تدبير وقائي

خطر اتخاذ قرارات علاجية خاطئة

إن سهم الاتجاه ليس تنبؤًا، بل يشير إلى الاتجاه الذي تتجه فيه قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم بناءً على القياسات الأخيرة.

ملاحظة

عندما تقع قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم خارج نطاق قياس المستشعر، وهو ما يحدث أعلى من 400 مج/دل (22.2 مليمول/لتر) أو أقل من 40 مج/دل (2.2 مليمول/لتر)، وستعرض الشاشة الرئيسية HI أو LO بدلاً من قيمة رقمية.

2. وحدة القياس.
 3. وضع الاتجاه أو وضع العلاج: يشير هذا الرمز إلى الوضع الذي يعمل فيه المستشعر حاليًا. لمزيد من المعلومات، انظر الفصل **وضع الاتجاه ووضع العلاج**.
 4. الحالة الحالية لملف تعريف المنبه: يشير هذا الرمز إلى التنبيهات التي يتم تشغيلها أو إيقاف تشغيلها حاليًا. لمزيد من المعلومات، انظر الجدول أدناه.
 5. دليل البدء السريع.
 6. الرسم البياني الرئيسي: الرسم البياني الرئيسي هو تمثيل بياني لقيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم.
 7. قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم السابقة: للاطلاع على قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم السابقة، مرر الرسم البياني الرئيسي جانبًا.
 8. قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الحالية.
 9. النطاق المتوقع لقيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم في الساعتين القادمتين: يمثل تسلسل النقاط الخضراء الداكنة في النطاق المتوقع متوسط الجلوكوز المتوقع. تنخفض دقة نطاق الجلوكوز المتوقع كلما نفد الوقت، كما هو موضح في الأشرطة الرأسية المتوسعة.
 10. يشير إلى توقعات الجلوكوز القديمة.
- ® يظهر هذا الرمز على الرسم البياني فوراً بعد تسجيلك لمُدخل الكربوهيدرات أو جرعة الأنسولين في سجل mySugr. انتظر 20 دقيقة على الأقل حتى يتم تحديث التوقعات. يختفي الرمز بمجرد اكتمال التحديث.

يشير رمز الجرس إلى ملف التنبيه الحالي لديك. يمكن أن تختلف حالات هذا الرمز باختلاف التنبيهات المُفعَّلة أو المُعطَّلة حاليًا. يوضح الجدول التالي الحالات المختلفة. الأرقام الواردة في هذا الجدول هي مجرد أمثلة.

الوصف	الرمز
ملف التنبيه لديك مُفعّل. منبهات الانخفاض والارتفاع مُفعّلة، وقيم المنبهات مُشار إليها بجوار رمز الجرس.	160 90 
ملف المنبه لديك مُفعّل. منبه ارتفاع الجلوكوز مُفعّل، بينما منبه انخفاض الجلوكوز مقفل.	160 --- 
ملف المنبه لديك مُفعّل. منبه ارتفاع الجلوكوز مقفل بينما منبه انخفاض الجلوكوز مفعّل.	--- 90 
ملف المنبه الخاص بك مقفّل. منبهات ارتفاع وانخفاض الجلوكوز مقفلة.	--- --- 
تم إيقاف تشغيل ملف المنبه الخاص بك.	
رغم تفعيل ملف تعريف المنبه الخاص بك، يوجد خطأ ما في إعدادات الإشعارات لنظام التشغيل الخاص بك. تأكد من تشغيل الإشعارات في إعدادات هاتفك لتلقي إشعارات التطبيقات والتنبيهات. لمزيد من المعلومات، انظر الفصل إعدادات الإشعارات .	



يحتوي الجزء السفلي من الشاشة الرئيسية على المعلومات التالية:

1. منطقة الرسائل: تظهر الرسائل للأحداث الجارية، مثلاً، عندما يحين وقت معايرة المستشعر. اضغط على الأزرار في الرسائل للتفاعل مع الرسالة.
2. منطقة الأدوات، مثلاً، للوقت في النطاق: اضغط على الأداة لمزيد من المعلومات.
3. مُدخلات سجل mySugr

9.1 توقع الجلوكوز

يتوقع معارف جلوكوز mySugr بمستويات انخفاض الجلوكوز لديك خلال الساعتين المقبلتين. يعتمد هذا التوقع على قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم السابقة، ومُدخلات الكربوهيدرات وجرعة الأنسولين في سجل mySugr.

يظهر توقع الجلوكوز على الرسم البياني في الشاشة الرئيسية عند نقل ساعة واحدة مستمرة على الأقل من بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم بنجاح إلى معارف جلوكوز mySugr.

يعرض الرسم البياني مستويات الجلوكوز لديك خلال الساعة الماضية، كما هي الآن، ونطاقها المتوقع للساعتين القادمتين. ويمثل تسلسل النقاط الخضراء الداكنة في النطاق المتوقع متوسط الجلوكوز المتوقع.

تقل دقة النطاق المتوقع للسكر لديك كلما زادت المدة الزمنية، كما يظهر ذلك من الأعمدة الرأسية المتزايدة.

النطاق الموضح في الرسم البياني هو من 0 إلى 300 مج/دل (0 إلى 16.7 مليمول/لتر):

- إذا كان الجلوكوز لديك أعلى من 300 مج/دل (16.7 مليمول/لتر)، سيتم تحديده بواسطة مثلث يشير إلى الأعلى.
- إذا كان الجلوكوز لديك أعلى من 400 مج/دل (22.2 مليمول / لتر)، تعرض الشاشة الرئيسية HI بدلاً من قيمة رقمية.
- إذا كان الجلوكوز لديك أقل من 40 مج/دل (2.2 مليمول / لتر)، سيحدد بمثلث يشير إلى الأسفل وتعرض الشاشة الرئيسية LO بدلاً من قيمة رقمية.

إذا كان من المتوقع انخفاض مستوى الجلوكوز خلال الثلاثين دقيقة القادمة، ستظهر بطاقة "جلوكوز منخفض قريبًا". سيعرض الرسم البياني الثلاثين دقيقة القادمة فقط.

إذا تم توقع انخفاض الجلوكوز لأكثر من 30 دقيقة (مثلًا، 60 دقيقة) ، سيظهر هذا على الرسم البياني. ولكن يختفي كل من التوقع وبطاقة الجلوكوز المنخفض قريبًا بمجرد وصول الوقت المتوقع.

ضع في اعتبارك ما يلي عند مشاهدة توقعاتك:

تحذير

خطر اتخاذ قرارات علاجية خاطئة

لا تُحدَّث التوقعات مباشرةً بعد إنشاء مُدخل سجل جديد في سجل mySugr. يستغرق الأمر 20 دقيقة على الأقل حتى يظهر أي إجراء تتخذه الآن، مثل تناول أو إعطاء الأنسولين، في توقعك. إذا أنشأت مدخلًا جديدًا لتسجيل الكربوهيدرات أو الأنسولين في سجل mySugr، اعطِ التوقع ما لا يقل عن 20 دقيقة من الوقت للتعديل.

التوقع لمدة ساعتين هو إعلامي فقط في الحالات التي يكون فيها التنبؤ لأكثر من 45 دقيقة، ولتكون على دراية بالإجراءات المستقبلية التي قد تحتاج إلى اتخاذها (مثل فحص الجلوكوز بشكل متكرر، أو تحضير حقن الأنسولين، أو توفير الكربوهيدرات). يجب أن تفكر في الإجراءات التي ستحتاج إلى اتخاذها بناءً على تنبؤات الجلوكوز المرتفعة والمنخفضة خلال الـ45 دقيقة القادمة.

رسائل خطأ توقع الجلوكوز

ستتلقى إحدى رسائل الخطأ التالية عند عدم ظهور توقعات مستوى الجلوكوز على شاشتك الرئيسية. الأرقام والأوقات في هذا الجدول هي مجرد أمثلة.

رسالة الخطأ	الإجراء
لا يمكننا تحليل البيانات لتوقع الجلوكوز لديك.	توجد عدة أسباب قد تؤدي إلى ظهور هذه الرسالة. • إذا كان الجلوكوز لديك أعلى من 400 مج/دل (22.2 مليمول/لتر) أو أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر). • بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم غير كافية خلال الساعة الماضية. • خطأ فني.
اتصل بالإنترنت لتوقع مستوى الجلوكوز المستقبلي وللإخطارات.	قم بتوصيل جهازك المحمول بالإنترنت حتى تتمكن من تقديم قيم الجلوكوز المتوقعة، واكتشاف ما إذا كان مستوى الجلوكوز لديك سينخفض قريبًا، وتوقع انخفاض الجلوكوز ليلاً.

9.2 أنماط الجلوكوز

تحدد هذه الخاصية أحداث الجلوكوز المتكررة والتي تحدث أثناء اليوم أو الأسبوع (من الإثنين إلى الأحد). كل يوم، تظهر أنماطك المكتشفة من الـ24 ساعة الماضية أسفل الرسم البياني على شاشة الصفحة الرئيسية.

تُعرض الأنماط داخل النطاق وخارجها. ويتيح لك مشاهدة أنماطك خارج النطاق اتخاذ خطوات سهلة التنفيذ لتجنب حدوثها في المستقبل.

تُعرض الأنماط حسب الترتيب من النمط الذي يحمل أعلى مخاطر طبية أولاً، في الأعلى، مثل النمط المنخفض للغاية أو النمط المنخفض. يمكنك كذلك ضبط تذكيرات على أي نمط من الأنماط التي تم اكتشافها.

كل يوم اثنين، يعرض التطبيق ملخصًا لجميع الأنماط التي تم اكتشافها في الأسبوع السابق. لتتلقى إشعارًا عندما يكون هذا الملخص جاهزًا، راجع قسم [تمكين الإشعارات للملخص الأسبوعي](#).

يتم عرض الأنماط المكتشفة في آخر 24 ساعة على الشاشة الرئيسية. اضغط على أحد الأنماط للقيام بما يلي:

من شاشة الأنماط الحالية

- عرض الأنماط المكتشفة وتلك الأنماط التي تم ضبط تذكيرات لها.
- اضغط على النمط المكتشف لمزيد من المعلومات، بما في ذلك أي مُدخلات مرتبطة بالكربوهيدرات والأنسولين وسكر الدم التي تسجلها في سجل mySugr.
- اضغط على **السابق** لعرض الأنماط التي لم تعد تُكتشف، مُرتبةً بالشهر الأخير أولًا. تُخزّن الأنماط السابقة التي يزيد عمرها عن أسبوعين بشكل منفصل لمدة تصل إلى 6 أشهر.
- اضبط الإعدادات لتتلقى إشعارًا عند توفر ملخص الأسبوع الماضي.

في المرة الأولى التي يظهر فيها نمط أسفل الرسم البياني على الشاشة الرئيسية، تتوفر نظرة عامة على الأنماط. اضغط على النمط واقرأ الشاشات لفهم كيفية عمل الميزة بشكل أفضل.

أنواع أنماط الجلوكوز

تسرد الجداول الواردة في هذا القسم الأنماط المحتملة التي يمكن اكتشافها من بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم وفترة الحيز الزمني المرتبطة بها.

يعرض الجدول الأول فترات الحيز الزمني وأوقات بدايتها ونهايتها.

فترة الحيز الزمني	وقت البدء	وقت الانتهاء	المنطقة الزمنية
ليلاً	00:00	06:00	التوقيت المحلي
صباحًا	06:00	10:00	التوقيت المحلي
خلال النهار	10:00	20:00	التوقيت المحلي
مساءً	20:00	00:00	التوقيت المحلي
اليوم كله	00:00	00:00	التوقيت المحلي

يعكس الطابع الزمني المعروف لنمط ما التوقيت المحلي لديك عند تسجيل الطابع الزمني. لا يتم تحديث الطوابع الزمنية السابقة إذا انتقل المستخدم إلى منطقة زمنية مختلفة.

يوضح الجدول التالي الأنماط المحتملة التي قد يكتشفها معارف جلوكوز mySugr من بياناتك.

تُستخدم قيم الجلوكوز الثابتة الافتراضية في معارف جلوكوز mySugr هنا كعتبة تُفعل نمطًا خارج النطاق. تُفعل الأنماط داخل النطاق وأنماط ما بعد الوجبات خارج النطاق من خلال النطاق المستهدف الذي تُحدّده في سجل mySugr.

عليك تسجيل وجباتك بشكل مستمر في سجل mySugr للاستفادة من اكتشاف نمط مرتبط بالفطور أو الوجبة في معارف جلوكوز mySugr.

أيقونة النمط	الأنماط المحتملة	الوصف
	جلوكوز منخفض (في الصباح، خلال النهار، في المساء، ليلاً)	الجلوكوز أدنى من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر)
	جلوكوز منخفض جدًا (في الصباح، خلال النهار، في المساء، ليلاً)	الجلوكوز أقل من 54 مج/دل (3.0 مليمول/لتر)
	انخفاض مطول (في الصباح، خلال النهار، في المساء، ليلاً)	جلوكوز أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر) لأكثر من ساعتين
	انخفاضات عدة في اليوم	جلوكوز أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر) لعدة مرات في نفس اليوم
	جلوكوز مرتفع جدًا (في الصباح، خلال النهار، في المساء، ليلاً)	الجلوكوز أعلى من 250 مج/دل (13.9 مليمول/لتر)
	سكر الدم مرتفع قبل الفطور	الجلوكوز أعلى من 130 مج/دل (7.2 مليمول/لتر) الفترة الزمنية: 06:00-10:00

أيقونة النمط	الأنماط المحتملة	الوصف
	جلوكوز مرتفع (في الصباح، خلال النهار، في المساء، ليلاً)	الجلوكوز أعلى من 180 مج/دل (10.0 مليمول/لتر)
	خارج النطاق بعد الوجبة	الجلوكوز خارج النطاق المستهدف بعد تناول الطعام
	داخل النطاق المستهدف قبل الفطور	الجلوكوز ضمن نطاقك المستهدف قبل تناول الطعام الفترة الزمنية: 06:00–10:00
	داخل النطاق المستهدف	الجلوكوز ضمن نطاقك المستهدف
	أيام متتالية داخل النطاق المستهدف	الجلوكوز ضمن النطاق في 3 أيام متتالية أو أكثر
	داخل النطاق المستهدف بعد الوجبة	الجلوكوز ضمن نطاقك المستهدف بعد تناول الطعام
	تباين في الجلوكوز المرتفع	تتغير مستويات الجلوكوز على مدار اليوم
	تصحیح زائد للانخفاض	يتأرجح الجلوكوز من أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر) إلى ما فوق 250 مج/دل (13.9 مليمول/لتر) خلال 3 ساعات.
	تصحیح زائد للارتفاع	تتأرجح نسبة الجلوكوز من أعلى من 250 مج/دل (13.9 مليمول/لتر) إلى أقل من 70 مج/دل (3.9 مليمول/لتر) خلال فترة تبلغ 3 ساعات.

أسباب محتملة لنمطي الجلوكوز المنخفض والمرتفع

يتضمن الجدول التالي الأسباب المحتملة لنمطي الجلوكوز المنخفض والمرتفع لشخص يعاني من السكري من النوع 1 أو النوع 2. لاحظ أن الأسباب قد لا تظهر لجميع الأنماط وأنواع السكري. في التطبيق، اضغط على كل سبب لمزيد من المعلومات.

الرمز	الوصف
	جرعات الأنسولين
	مواضع الحقن
	الأطعمة والمشروبات
	النشاط البدني
	التأثيرات الهرمونية أو الهرمونات والتوازن الحيوي
	الحرارة



الضغط، والنوم، والمرض

9.2.1 ضبط تذكير بنمط الجلوكوز

يتيح لك ضبط تذكير بأحد الأنماط تحديد الإجراءات التي يتعين عليك اتخاذها. باستخدام كل من البيانات التي يجمعها التطبيق ومعرفة نمط حياتك وسلوكياتك، يمكنك الاستفادة من ذلك لتحقيق التوازن السكري بشكل أفضل وتجنب الحالات الحرجة.

في أي وقت، يمكنك الانتقال إلى النمط الفردي ومن هناك تستطيع إيقاف التذكير. بمجرد حل أحد الأنماط، ينقله التطبيق تلقائيًا إلى علامة التبويب السابقة. في الوقت نفسه، إذا تم ضبط تذكير على النمط، فسيقوم التطبيق بإزالة التذكير.

1. اضغط على **المزيد > إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > أنماط الجلوكوز**.
2. اضغط على النمط الذي تريد تتلقى تذكيرًا بشأنه.
3. قم بتفعيل زر التذكير.
4. حدد اليوم والوقت وعدد المرات التي تريد فيها أن تتلقى تذكيرًا بالنمط. اضغط على **حفظ**.

9.2.2 تمكين الإشعارات للملخص الأسبوعي

يتم إنشاء ملخص أنماط الأسبوع السابق كل يوم اثنين. لتتلقى إشعارًا عند توفر هذا الملخص:

1. اضغط على **المزيد > إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > أنماط الجلوكوز**.
 2. اضغط على **تمكين** في بطاقة الملخص الأسبوعي.
 3. قم بتفعيل زر الإشعار.
 4. اضغط على **التالي**.
 5. اضغط على **أعلمني** وعدّل الوقت الذي تريد أن تتلقى فيه الإشعار. اضغط على **تأكيد**.
 6. اضغط على **تم**.
- بعد ذلك، ستظهر شاشة التأكيد. اضغط على **موافق**.
- يمكنك تعديل اختيارك من **المزيد > إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم > أنماط الجلوكوز** في أي وقت.

10 إدارة مستشعرك

لإدارة مستشعرك، تابع على النحو التالي:

1. اضغط على **الانصالات** في قائمة شريط علامات التبويب.
2. اضغط على **Accu-Chek SmartGuide**.

تُظهر شاشة Accu-Chek SmartGuide الرقم التسلسلي لمستشعر Accu-Chek SmartGuide والوقت المتبقي حتى انتهاء صلاحية المستشعر الخاص بك. من هنا، يمكنك توصيل مستشعر جديد أو عرض تعليمات إزالة المستشعر.

- لإقران مستشعر جديد، اضغط على **توصيل مستشعر جديد**.
- لعرض تعليمات إزالة المستشعر، اضغط على **كيفية إزالة المستشعر**.

11 استخدام ساعة Apple

تدبير وقائي

خطر التعرض للضرر

لا تعتمد فقط على الساعات الذكية أو الأجهزة المتصلة الأخرى للحصول على المعلومات. قد تكون هذه الأجهزة محدودة في توصيلها بمعلومات أو تنبيهات السلامة المهمة الخاصة بتطبيق معارف جلوكوز mySugr التي تأتي من جهازك المحمول.

معلومات حول ساعة Apple

إذا كنت تستخدم iPhone، يمكنك استخدام معارف جلوكوز mySugr مع ساعة Apple. بمجرد توصيل ساعة Apple بالـ iPhone، يمكنك عرض المعلومات التالية على ساعة Apple:

- آخر قيمة للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم.
- سهم الاتجاه.
- الرسم البياني للاتجاه.

احفظ بتنشغيل الإشعارات في تطبيق mySugr وقم بتنشغيل إعادة توجيه الإشعارات من تطبيق mySugr إلى ساعة Apple لتلقي رسائل الخطأ والصيانة والتحذير بالإضافة إلى التذكيرات مباشرة على ساعة Apple.

المضاعفات

تعد المضاعفة عنصرًا بصريًا يمكنك إضافته إلى وجه ساعة Apple الخاصة بك. يمكن لهذا العنصر البصري عرض معلومات مفيدة.

تتضمن مضاعفات تطبيق معارف جلوكوز mySugr المعلومات التالية:

- آخر قيمة للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم.
- سهم الاتجاه.
- معلومات نطاق الجلوكوز.

12 تصدير البيانات

على أجهزة iOS، قم بما يلي:

1. حدد **التقارير** من قائمة شريط علامات التبويب ثم اضغط على **المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم**.
2. حدد محتويات التقرير، وتنسيق الملف، والفترة الزمنية، ثم اضغط على **تصدير**.
3. بمجرد ظهور التصدير على شاشتك، اضغط على الزر الموجود أسفل اليسار للوصول إلى خيارات الإرسال والحفظ.

على أجهزة Android، قم بما يلي:

1. حدد **التقارير** من قائمة شريط علامات التبويب ثم اضغط على **المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم**.
2. حدد محتويات التقرير، وتنسيق الملف، والفترة الزمنية، ثم اضغط على **تصدير**.
3. بمجرد ظهور التصدير على الشاشة، يمكنك حفظ الملف أو مشاركته.

13 استكشاف الأخطاء وإصلاحها والدعم

13.1 المساعدة السريعة للمشاكل الشائعة

لا تعرض معارف جلوكوز mySugr قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

قد يرجع ذلك إلى الأسباب التالية:

- قد يكون **Bluetooth**® مقفل: تأكد من تشغيل **Bluetooth**® على جهازك المحمول.
 - المستشعر غير مقترن بجهازك المحمول: للتحقق من حالة الاقتران، انتقل إلى إعدادات **Bluetooth**® على جهازك المحمول. تأكد من وجود المستشعر في قائمة الأجهزة المقترنة. إذا لم يكن المستشعر معروضًا في قائمة الأجهزة المقترنة، فانقل إلى عرض الاتصالات لتوصيل مستشعر جديد.
 - قد يكون المستشعر خارج النطاق: تأكد من أن المسافة بين المستشعر وجهازك المحمول لا تتجاوز 10 أمتار (33 قدمًا) (خط الرؤية).
 - قد يكون المستشعر لا يزال في مدة التكيف: انتظر حتى تنتهي مدة التكيف.
 - قد يكون المستشعر ساخنًا جدًا: انقله إلى بيئة أكثر برودة أو قم بتظليل المستشعر.
 - قد يكون المستشعر باردًا جدًا: انتقل إلى بيئة أكثر دفئًا.
 - قد تكون قد سجلت الخروج من حسابك: سجّل الدخول مجددًا إلى حسابك. يُرجى العلم أنه على أجهزة Android، ستحتاج إلى الرقم التسلسلي ورقم التعريف الشخصي (PIN) المكون من 6 أرقام لإعادة توصيل نفس المستشعر. لمزيد من المعلومات، انظر الفصل [توصيل المستشعر](#).
 - قد يكون الوقت قد حان لاستبدال المستشعر الخاص بك: اضغط على **اتصالات** في قائمة شريط علامات التبويب وتحقق من الحالة الحالية للمستشعر الخاص بك.
 - قد يوجد منه أو إشعار تحتاج إلى الرد عليه: تحقق من منطقة الرسائل في الشاشة الرئيسية. مثلًا، إذا نفدت بطارية المستشعر الخاص بك، ستجد إشعارًا مطابقًا في منطقة الرسائل.
- يتلقى معارف جلوكوز mySugr قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الحالية كل 5 دقائق. إذا لم يعرض معارف جلوكوز mySugr قيم المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لأكثر من 20 دقيقة دون إصدار إشعار أو منه على الشاشة الرئيسية، تحقق من شاشة التفاصيل في جهازك. غير ذلك، اتصل بدعم العملاء وقم بإزالة المستشعر إذا طُلب منك ذلك.

لا يُظهر معارف جلوكوز mySugr التوقعات

قد يرجع ذلك إلى الأسباب التالية:

- قد لا توجد بيانات كافية: تحقق من أن جهاز الاستشعار الخاص بك وتطبيق معارف جلوكوز mySugr يعملان بشكل صحيح. يجب الحصول على ساعة واحدة على الأقل من البيانات المستمرة حتى يتمكن تطبيق معارف جلوكوز mySugr من تقديم توقعات الجلوكوز الأولية للساعتين التاليتين.
- قد لا تكون متصلًا بالإنترنت: تأكد من أن جهازك المحمول متصل بشبكة Wi-Fi® أو شبكة جوال آمنة.

لا تطابق قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم ما تشعر به

لا تتجاهل أعراض انخفاض الجلوكوز أو ارتفاعه، ولا تغير علاجك دون التحدث مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك. إذا لم تتطابق قيمة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم مع ما تشعر به، اتبع ما يلي:

1. اختبر نسبة السكر في الدم عن طريق إجراء اختبار وخز الإصبع باستخدام جهاز قياس السكر في الدم.
2. أجر اختبارًا ثانيًا بوخز الإصبع باستخدام جهاز قياس السكر في الدم لاستبعاد نتيجة اختبار غير صحيحة.
3. إذا كانت نتائج اختبار جهاز قياس نسبة السكر في الدم لديك غير متطابقة بشكل متكرر مع ما تشعر به، استشر أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.

13.2 نظرة عامة على جميع بطاقات الشاشة الرئيسية

13.2.1 رسائل المستشعر والمنبهات

بمجرد أن تتمكن من توصيل المستشعر، ستلاحظ الرسالة التالية على الشاشة الرئيسية:

هل حصلت على مستشعر Accu-Chek SmartGuide للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الخاص بك؟

<قم بالتوصيل الآن

أثناء إعداد اتصال المستشعر، قد تلاحظ الرسائل التالية على الشاشة الرئيسية:

Bluetooth معطلة

يبدو أنه تم تعطيل Bluetooth أثناء البحث عن الأجهزة. تحتاج إلى تمكين Bluetooth للعثور على جهازك.

<تمكين Bluetooth

تحديث تطبيق mySugr

لتوصيل المستشعر الخاص بك، عليك التحديث إلى أحدث إصدار لـ mySugr. بمجرد التحديث، افتح mySugr للمحاولة مرة أخرى.

<التحديث الآن

هل أنت متصل بالإنترنت؟

لتوصيل المستشعر، تأكد من اتصال هاتفك بالإنترنت.

<حاول مرة أخرى

قم بتوصيل مستشعر متوافق

هذا المستشعر غير متوافق. قم بتوصيل مستشعر آخر متوافق مع mySugr.

<فهمت

رقم التعريف الشخصي هذا خاطئ

أدخل الرمز المكون من 6 أرقام المطبوع على ملصق الغطاء الدوار، بجوار الجزء الذي يظهر فيه رقم التعريف الشخصي. تحقق مما إذا كان هذا هو الرقم التسلسلي للمستشعر الخاص بك: [الرقم التسلسلي].

<اختر مستشعرًا آخر

<أدخل رقم التعريف الشخصي مرة أخرى

انتهت صلاحية المستشعر

لم تتمكن من توصيل مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الخاص بك. انتهت صلاحية المستشعر ولم يعد قابلاً للاستخدام. يرجى توصيل مستشعر جديد.

<حسنًا

لم تتمكن من توصيل مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر

عند الإقران، كن على علم بما يلي:

بعد تحديد الرقم التسلسلي للمستشعر لديك، قم بكل خطوة بسرعة. إذا قمت بالتوقف مؤقتًا أو التأخير، فقد ينفد الوقت المتاح لك لإدخال رقم التعريف الشخصي.

حاول توصيل مستشعرك أثناء الاتصال بالإنترنت.

• التواصل مع الدعم

• حاول مرة أخرى

بمجرد أن تتمكن من معايرة المستشعر، قد تلاحظ البطاقات التالية على الشاشة الرئيسية:

قم بمعايرة مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

احصل على قيم أكثر دقة للمراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لاتخاذ قرارات علاجية.

<معايرة الآن

المعايرة متوفرة في [س ساعة ص دقيقة]

من [الوقت]، يمكنك معايرة المستشعر الخاص بك لاتخاذ قرارات علاجية.

<لِمَ المعايرة

المعايرة النهائية في [س دقيقة]

قم بالمعايرة بين [الوقت] و [الوقت] أو ستعود قيمك إلى وضع الاتجاه حتى تقوم بالمعايرة.

المعايرة النهائية متوفرة

قم بالمعايرة قبل [الوقت] أو ستعود قيمك إلى وضع الاتجاه حتى تقوم بالمعايرة.

<معايرة الآن

معايير غير متوقعة

اكتشف mySugr معايير غير متوقعة على المستشعر. يرجى التأكد من أنك من أجرى هذه المعاير.

<تحقق من المعاير

المعايرة غير متوفرة

قد يكون هذا بسبب التغيرات السريعة في الجلوكوز أو درجة حرارة المستشعر. يرجى المحاولة مرة أخرى في وقت لاحق.

أثناء الاستخدام، قد تلاحظ البطاقات التالية على الشاشة الرئيسية:

توقف مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم عن العمل

يرجى إزالة المستشعر المستخدم. ضع مستشعرًا جديدًا وقم بتوصيله بتطبيق mySugr.

<استبدال المستشعر

تعذر الوصول إلى مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

تأكد من تشغيل Bluetooth وأن هاتفك والمستشعر قريبان من بعضهما البعض. في حال عدم الاتصال بالمستشعر، لا تستخدم بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم لاتخاذ قرارات علاجية.

مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم ساخن جدًا

توقف المستشعر عن العمل مؤقتًا. ابحث عن مكان أكثر برودة.

مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم بارد جدًا

توقف المستشعر عن العمل مؤقتًا. ابحث عن مكان أكثر دفئًا.

توقف مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم مؤقتًا

السبب غير معروف. تحقق مرة أخرى بعد بضع دقائق. إذا كنت غير متأكد، قم بالقياس باستخدام جهاز القياس.

بطارية مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم ضعيفة

ستحتاج إلى استبدال المستشعر قريبًا.

<استبدال المستشعر

عندما يقترب عمر خدمة جهاز الاستشعار من نهايته، قد تلاحظ البطاقات التالية على شاشتك الرئيسية:

انتهت صلاحية مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم

تحتاج إلى استبداله الآن.

<استبدال المستشعر

تنتهي صلاحية مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم خلال 24 ساعة

ستحتاج إلى استبداله قريبًا.

تنتهي صلاحية مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم خلال ساعتين

ستحتاج إلى استبداله قريبًا.

عند تسجيل الخروج، قد تلاحظ الرسائل التالية:

تعذر الوصول إلى المستشعر

نحتاج إلى الوصول إلى المستشعر لإتمام تسجيل الخروج بشكل صحيح. وإلا، فإذا قمت بتسجيل الخروج عنوة، فلن تتمكن من إعادة الاتصال بهذا المستشعر مرة أخرى. للمحاولة مرة أخرى، أبقِ هاتفك قريبًا من المستشعر [الرقم التسلسلي].

<تسجيل الخروج على أي حال

<حاول مرة أخرى

فلنقم بتنشيط Bluetooth

قم بتنشيط Bluetooth في إعدادات هاتفك أو مركز التحكم، بحيث يمكن توصيل أجهزتك.

<تسجيل الخروج على أي حال

<حاول مرة أخرى

عند فصل المستشعر الخاص بك، قد تلاحظ الرسائل التالية:

هل تريد فصل المستشعر؟

يرجى العلم أنه من خلال فصل المستشعر، لن يتمكن mySugr من تلقي البيانات من المستشعر.

<فصل المستشعر

تعذر الوصول إلى المستشعر

يجب الاتصال بالمستشعر لضمان فصله بطريقة صحيحة. وخلاف ذلك، إذا أُجبرت على فصله، فسيتم تجاهل هذا المستشعر ولن تتمكن من إعادة توصيله مستقبلاً. للمحاولة مرة أخرى، أبقِ هاتفك قريبًا من المستشعر [الرقم التسلسلي].

<تجاهل المستشعر

<حاول مرة أخرى

تم فصل المستشعر

لن تستقبل بيانات أو تنبيهات من مستشعر المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم الخاص بك. إذا كنت ترغب في متابعة مراقبة الجلوكوز في الوقت الفعلي، قم بتوصيل مستشعر جديد.

<تم

13.2.2 إنذارات الجلوكوز والتوقعات

قد تحدث منبهات الجلوكوز التالية أثناء الاستخدام. لاحظ أن الإنذار يختلف بناءً على ما إذا كان المستشعر في وضع الاتجاه أو وضع العلاج:

وضع العلاج	وضع الاتجاه
تم اكتشاف جلوكوز مرتفع عالج الجلوكوز المرتفع لديك حسب توصيات أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.	تم اكتشاف جلوكوز مرتفع بما أنك في وضع الاتجاه، تحقق مرة أخرى باستخدام اختبار وخز الإصبع.
<فهمت	<فهمت
تم اكتشاف جلوكوز منخفض فكر في تناول أو شرب كربوهيدرات سريعة المفعول حسب توصية أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.	تم اكتشاف جلوكوز منخفض بما أنك في وضع الاتجاه، تحقق مرة أخرى باستخدام اختبار وخز الإصبع.
<فهمت	<فهمت
تم اكتشاف جلوكوز منخفض جدًا تناول أو اشرب كربوهيدرات سريعة المفعول فورًا على النحو الموصى به من قبل أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.	تم اكتشاف جلوكوز منخفض جدًا بما أنك في وضع الاتجاه، تحقق مرة أخرى باستخدام اختبار وخز الإصبع.
<فهمت	<فهمت

أثناء الاستخدام، قد تلاحظ التوقعات التالية على الشاشة الرئيسية:

انخفاض الجلوكوز قريبًا

بين [الوقت-الوقت]، قد ينخفض إلى ما دون [س/مج/دل على التوالي ص لليمول/لتر].

<اعرف المزيد

13.2.3 رسائل معارف جلوكوز mySugr

عند إعداد قيم التنبيهات الأساسية، قد ترى البطاقة التالية على شاشة منبهات الارتفاع & الانخفاض :

المنبهات الثانوية

قم بتعيين قيم مختلفة خلال أوقات محددة من اليوم، على سبيل المثال أثناء النوم أو ممارسة الرياضة.

<تعيين

بعد إعداد المنبهات الأولية، يمكنك إعداد المنبهات الثانوية في أي وقت.

قد تلاحظ البطاقة التالية على شاشة منبهات الارتفاع & الانخفاض لديك:

تم إيقاف تشغيل الإشعارات

يرجى التأكد من تشغيل هذه الإعدادات حتى تتمكن من تلقي التنبيهات والإشعارات.

<فتح الإعدادات

13.3 سجل الأحداث

يحتوي سجل الأحداث على جميع الوقائع التي تحدث أثناء استخدام المستشعر المقترن حاليًا والمستشعر السابق، ويمكن أن تساعدك في استكشاف الأخطاء وإصلاحها. تشمل هذه الأحداث، على سبيل المثال، جميع التنبيهات السابقة والحالية وغير النشطة.

لعرض سجل الأحداث، تابع على النحو التالي:

1. اضغط على **الاتصالات** في قائمة شريط علامات التبويب.

2. اضغط على **Accu-Chek SmartGuide**.

3. اضغط على **سجل الأحداث**.

13.4 الدعم

إذا كانت لديك أسئلة حول mySugr، أو كنت بحاجة إلى مساعدة بشأن معارف جلوكوز mySugr أو تطبيق mySugr، أو لاحظت خطأ أو مشكلة ما، يُرجى الاتصال بنا على الفور على support@mysugr.com.

14 البيانات الفنية

اسم المنتج

معارف جلوكوز mySugr

نوع التطبيق

تطبيق للأجهزة المحمولة

إصدار التطبيق

لمزيد من المعلومات حول إصدار تطبيق mySugr الذي تستخدمه، اضغط على **المزيد** < mySugr معارف جلوكوز mySugr.

ملاحظات الإصدار

يمكنك العثور على ملاحظات الإصدار لكل إصدار من تطبيق mySugr في متجر التطبيقات المعني.

- على أجهزة iOS، اضغط على **متجر التطبيقات**. اضغط على **بحث**. ابحث عن mySugr. اختر تطبيق mySugr من نتائج البحث. اضغط على **سجل الإصدارات**.
- على أجهزة Android، اضغط على **Play Store**. ابحث عن mySugr. حدد تطبيق mySugr من نتائج البحث. اضغط على **ما الجديد**.

متطلبات الشبكة

يلزم وجود اتصال ثابت بالإنترنت. للحصول على توقعات الجلوكوز وإشعارات التطبيق، قم بتوصيل جهازك المحمول بشبكة Wi-Fi® آمنة أو بشبكة الهاتف المحمول.

أنظمة التشغيل المدعومة

تطبيق mySugr متاح فقط لأنظمة تشغيل معينة. استخدم تطبيق mySugr فقط إذا كان نظام التشغيل يدعمه.

للحصول على أحدث المعلومات حول الأجهزة المتوافقة، انظر الفصل ما هي الأجهزة التي يعمل عليها سجل mySugr في دليل مستخدم سجل mySugr.

الأجهزة المدعومة

لا يمكنك تنزيل تطبيق mySugr إلا إذا كان الجهاز المحمول يدعم إصدار نظام التشغيل iOS أو Android المطلوب. للاطلاع على أحدث المعلومات حول الأجهزة المتوافقة، انظر الفصل ما هي الأجهزة التي يعمل عليها سجل mySugr؟ في دليل المستخدم الخاص بسجل mySugr.

تحقق mySugr من اتصال معارف جلوكوز mySugr ومستشعرات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم المدرجة أدناه. لذلك يمكن استخدام مستشعرات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم هذه مع معارف جلوكوز mySugr:

• جهاز Accu-Chek SmartGuide.

المنصات المدعومة

Accu-Chek Care: يربط المتخصصين في الرعاية الصحية والأشخاص المصابين بمرض السكري بسلسلة.

مساحة السعة التخزينية

يحفظ تطبيق mySugr جلسة المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم، وبيانات سجل mySugr طالما أن هناك مساحة تخزين كافية على الجهاز المحمول. يتم تشفير البيانات المخزنة بواسطة تطبيق mySugr على جهازك المحمول.

البيانات المتبادلة

تتبادل معارف جلوكوز mySugr البيانات التالية مع Accu-Chek Care:

- بيانات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم.
- بيانات سجل mySugr
- رسائل الأخطاء.
- رسائل الصيانة.

- التحذيرات.
- إعدادات المستخدم (على سبيل المثال، نطاقات الهدف).
- يستعيد معارف جلوكوز mySugr آخر 6 أشهر من البيانات من حساب Accu-Chek Care عند تسجيل الدخول.
- لا تستخدم البيانات المستعادة لاتخاذ قرارات علاجية، مثل جرعات الأنسولين. استخدم فقط البيانات الحالية من مستشعر متصل لاتخاذ قرارات علاجية، مثل جرعات الأنسولين.

مبدأ التشغيل

للمزيد من المعلومات، راجع الفصل [الاستخدام المحدد](#).

الواجهات

لدى معارف جلوكوز mySugr واجهة سجل mySugr.

متطلبات خاصة لتنشيت تطبيق mySugr

- تتطلب الأجهزة التي تعمل بنظام iOS الوصول إلى متجر تطبيقات Apple.
- تتطلب الأجهزة التي تعمل بنظام التشغيل Android الوصول إلى Google Play.

الصيانة

تحذير

خطر حدوث خلل وظيفي

قم بتنشيت تحديثات تطبيق mySugr بمجرد توفرها لضمان التشغيل الآمن والمُحسَّن لتطبيق معارف جلوكوز mySugr.

تأكد من أن جهازك المحمول يحتوي على سعة تخزينية كافية.

قم بتنزيل تحديثات نظام التشغيل وتثبيتها (إن وجدت). لتحديثات نظام التشغيل، اتبع إرشادات الجهاز المحمول الخاص بك. قبل تحديث جهازك المحمول إلى نظام تشغيل أحدث، تأكد من توافق mySugr مع نظام التشغيل الجديد. إذا كنت لا تزال بحاجة إلى المساعدة، تواصل مع دعم العملاء.

القيم الافتراضية

نطاقات الجلوكوز الافتراضية وقيم التنبيه

النطاقات وقيم التنبيه	مج/دل	مليمول/لتر
قيمة منه الارتفاع الشديد لنسبة الجلوكوز	< 250 مج/دل	< 13.9 مليمول/لتر
نطاق الجلوكوز المرتفع	< من 180 إلى ≥ 250 مج/دل	< 10.0 إلى ≥ 13.9 مليمول/لتر
النطاق المستهدف (من المنخفض إلى المرتفع)	≤ 70 إلى ≥ 180 مج/دل	≤ 3.9 إلى ≥ 10.0 مليمول/لتر
نطاق الجلوكوز المنخفض	≤ 60 إلى > 70 مج/دل	≤ 3.3 إلى > 3.9 مليمول/ل
قيمة منه الانخفاض الشديد لنسبة الجلوكوز	> 54مج/دل	> 3.0 مليمول/لتر

يمكن تكوين جميع النطاقات وقيم التنبيه، باستثناء قيمة منه الانخفاض الشديد لنسبة الجلوكوز لتغيير قيم إنذار الجلوكوز، اذهب إلى **المزيد < إعدادات المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم < التنبيهات < تنبيهات الارتفاع & تنبيهات الانخفاض**.

لتغيير قيم النطاق المستهدف من سجل mySugr:

- على أجهزة iOS، اذهب إلى **المزيد < الحساب & الإعدادات < اختبار سكر الدم**.
- على أجهزة Android، انتقل إلى **المزيد < الحساب & الإعدادات < العلاج**.

يتراوح نطاق قياس مستشعر Accu-Chek SmartGuide بين 40 مج/دل و400 مج/دل (2.2 مليمول/لتر إلى 22.2 مليمول/لتر).

النطاق الموضح في الرسم البياني هو من 0 إلى 300 مج/دل (0 إلى 16.7 مليمول/لتر):

- إذا كان الجلوكوز لديك أعلى من 300 مج/دل (16.7 مليمول/لتر)، سيتم تحديده بواسطة مثلث يشير إلى الأعلى.
- إذا كان الجلوكوز لديك أعلى من 400 مج/دل (22.2 مليمول / لتر)، تعرض الشاشة الرئيسية HI بدلاً من قيمة رقمية.
- إذا كان الجلوكوز لديك أقل من 40 مج/دل (2.2 مليمول/لتر)، سٌحدد بمثلث يشير إلى الأسفل وتعرض الشاشة الرئيسية LO بدلاً من قيمة رقمية.

15 سلامة البيانات

بياناتك في أمان معنا - وهذا مهم جدًا بالنسبة لنا (نحن مستخدمون لـ mySugr أيضًا). يطبق سجل mySugr متطلبات أمان البيانات وحماية البيانات الشخصية بما يتماشى مع اللائحة العامة لحماية البيانات.

لمزيد من المعلومات، راجع إشعار الخصوصية في تطبيق mySugr:

• على أجهزة iOS، اذهب إلى **المزيد > الحساب & الإعدادات > إعدادات أخرى > إدارة الموافقة**.

• على أجهزة الأندرويد، انتقل إلى **المزيد > الحساب & الإعدادات > الإعدادات > إدارة الموافقة**.

16 الشركة المصنعة



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Vienna, Austria

البريد الإلكتروني: support@mysugr.com

المدير الإداري: Elisabeth Zilberberg-Trenck
رقم تسجيل الشركة المصنعة: FN 376086v
الاختصاص القضائي: المحكمة التجارية في فيينا، النمسا
رقم ضريبة القيمة المضافة: ATU67061939



2026-06-26

نسخة دليل المستخدم 1.11.0 (ar)



ACCUCHEK و ACCUCHEK SMARTGUIDE و mySugr هي علامات تجارية تملكها Roche.

Apple Watch و watchOS و iPhone هي علامات تجارية تملكها شركة Apple Inc. مسجلة في الولايات المتحدة وبلدان أخرى.

App Store هو علامة خدمة لشركة Apple Inc.، مسجلة في الولايات المتحدة وبلدان أخرى.

IOS هو علامة تجارية أو علامة تجارية مسجلة لـ Cisco في الولايات المتحدة وبلدان أخرى.

Android، و Google Play و شعار Google Play هي علامات تجارية لشركة Google LLC.

علامة Bluetooth® وشعاراتها هي علامات تجارية مسجلة مملوكة لشركة Bluetooth SIG, Inc. وأي استخدام لتلك العلامات من جانب شركة Roche يتم بمقتضى ترخيص.

Wi-Fi® هي علامة تجارية مسجلة لشركة Wi-Fi Alliance®. جميع أسماء المنتجات والعلامات التجارية الأخرى تخص مالكيها المعنيين.

© 2026 mySugr