

Den Blutzucker bestens im Griff: mit Messgeräten aus der smartLAB® Familie



- schnelle Resultate, großartige Präzision
- geringe Blutmenge (nur 0,6µl)
- ein Teststreifen für alle 4 Geräte

Individuelle Blutzuckermesssysteme
für unterschiedliche Bedürfnisse:

smartLAB®mini, smartLAB®global,
smartLAB®genie, smartLAB®sprint



Komfortable Tasche
für den sicheren und
flexiblen Transport
Ihrer Utensilien.

passend für: smartLAB®mini und smartLAB®global

www.smartlab.org



Den Blutzucker bestens im Griff:



Wie Sie **Messfehler vermeiden & Ergebnisse korrekt interpretieren**

HMM Diagnostics GmbH

Was Sie wissen sollten

Verschiedene Faktoren können Ihren Blutzuckerspiegel beeinflussen: körperliche Aktivität, Ernährung oder Medikamenteneinnahme haben unterschiedliche Auswirkungen auf Ihre Blutzuckerwerte.

Durch die **regelmäßige Blutzuckerselbstkontrolle** haben Sie die Möglichkeit, Ihre **Diabeteseinstellung selbst aktiv zu beeinflussen**. Moderne Blutzuckermesssysteme eignen sich hierfür besonders gut. Innerhalb kürzester Zeit und mit nur wenig Blut ermitteln sie Ihren aktuellen Blutzuckerwert.

Um diesen Wert richtig zu deuten und Fehler beim Messen im Vorhinein zu vermeiden, sollten Sie folgende Dinge unbedingt beachten:

Bevor Sie Ihren Blutzucker messen...

- legen Sie Ihre **Messutensilien** zurecht. In der Regel sind das: Blutzuckermessgerät, Teststreifen, Stechhilfe, Lanzettengerät, Tupfer, Tagebuch und Kugelschreiber zur Dokumentation
- **waschen Sie Ihre Hände** gründlich mit warmem Wasser, um die Durchblutung zu fördern und eventuelle Reste von zuckerhaltiger Nahrung zu entfernen.
- verzichten Sie auf Desinfektionsspray oder Alkohol. So vermeiden Sie fälschlich höher gemessene Werte durch Alkoholrückstände auf der Fingerkuppe.

Mögliche Gründe für Messabweichungen

Weicht das Messergebnis von Ihren Erwartungen oder vorherigen Messungen ab, kann dies an einer Vielzahl von Dingen liegen. Bitte achten Sie darauf, dass...

- die **Teststreifendose** an einem trockenen Ort gelagert wird, wo sie vor direktem Sonnenlicht geschützt ist. Die Dose ist nach der Teststreifenentnahme immer sofort fest zu verschließen.
- die Teststreifen nicht mit feuchten Fingern angefasst werden.

- die **Codierung** Ihres Messgeräts mit dem Code der Teststreifen übereinstimmt.
- genügend Blut auf dem Streifen aufgetragen wurde.

i **Messungen an alternativen Blutentnahmestellen** wie z.B. Unterarm, können zusätzlich zu unterschiedlichen Ergebnissen führen und lassen sich deshalb **nicht miteinander vergleichen**.

Unterschiedliche Blutzuckermessgeräte, unterschiedliche Messwerte?

Blutzuckermesssysteme arbeiten mit unterschiedlichen Messtechniken: die Geräte können **vollblut- oder plasmakalibriert** sein.

Da die Glukosekonzentration im Vollblut niedriger ist als im Serum/Plasma, können unterschiedlich kalibrierte Geräte nicht miteinander verglichen werden. Zusätzlich müssen Sie auch beachten, dass es Blutzuckermessgeräte in **unterschiedlichen Maßeinheiten** gibt: mg/dL bzw. mmol/L.

Was tun, wenn „die Werte nicht stimmen“?

Für abweichende Messwerte gibt es also vielfältige Gründe. Nicht immer müssen diese auf einen Fehler am Messgerät oder der Teststreifen zurückzuführen sein.

Grundsätzlich gilt: Wenn Sie unsicher sind, ob Ihre durch Blutzuckerselbstkontrolle ermittelten Werte korrekt sind, überprüfen Sie zuerst durch eine **Messung mit einer Kontrolllösung**.

Dabei wird anstelle des Bluttröpfens die Kontrollflüssigkeit vom Teststreifen aufgesogen. Das ermittelte Ergebnis muss innerhalb des auf der Teststreifendose angegebenen Messbereichs liegen. Nähere Informationen finden Sie im Handbuch Ihres Blutzuckermesssystems.

Bei langfristigen Abweichungen können Sie bei Ihrem Arzt auch eine **Vergleichsmessung** mit einem Laborgerät durchführen lassen. Idealerweise sollten dabei beide Messungen aus der gleichen Blutprobe stammen.