

# Ihr persönlicher Plan 7-Punkte-Tagesprofil

Messpunkte	Symbol	Zeitraum	Beispieltag		Mein persönlicher Tag	
			Messung	Mahlzeit	Messung	Mahlzeit
Nüchtern		05:00 – 08:59	08:00	Frühstück 08:30		
Nach dem Frühstück		09:00 – 10:59	10:30			
Vor dem Mittagessen		11:00 – 13:59	12:00	Mittag 12:30		
Nach dem Mittagessen		14:00 – 15:59	14:30			
Vor dem Abendessen		16:00 – 18:59	18:00	Abendessen 18:30		
Nach dem Abendessen		19:00 – 20:59	20:30			
Vor dem Schlafengehen		21:00 – 23:59	22:00			

Abbildung 1: Profilplan zur Erstellung des 7-Punkte-Tagesprofils

## Alles aus einer Hand – für Ihre Diabetestherapie

Haben Sie Fragen zu Diabetes? Wir haben Antworten, die in Ihr Leben passen: Insuline, Insulinpens und intelligente Blutzuckermessgeräte. Rufen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da. Rund um die Uhr.

**ServiceCenter Diabetes**  
**0180 22 22 010**  
(Anruf dt. Festnetz 6 ct / Anruf, Mobilfunkpreise max. 42 ct / min)  
Sanofi-Aventis Deutschland GmbH

### Ihr ServiceCenter Diabetes

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH  
ServiceCenter Diabetes  
Industriepark Höchst  
65926 Frankfurt am Main

E-Mail: [servicecenter-diabetes@sanofi.com](mailto:servicecenter-diabetes@sanofi.com)

[www.diabetes.sanofi.de](http://www.diabetes.sanofi.de)

SANOFI DIABETES

[www.mystar.sanofi.de](http://www.mystar.sanofi.de)



332217-038065

SANOFI DIABETES

MyStar<sup>®</sup>  
SANOFI DIABETES



## MyStar Extra<sup>®</sup> – Information zur Aktivierung der HbA<sub>1c</sub>-Funktion



mit HbA<sub>1c</sub>-Funktion

MyStar<sup>®</sup>  
Extra<sup>®</sup>



Welche Werte benötige ich für die HbA<sub>1c</sub>-Funktion?

## 1. 7-Punkte-Tagesprofil

Bevor Ihr MyStar Extra® mit der Berechnung Ihres HbA<sub>1c</sub>-Schätzwerts und Sie mit der Verfolgung Ihrer Therapieentwicklung starten können, benötigt die intelligente HbA<sub>1c</sub>-Funktion Ihres MyStar Extra® ein **7-Punkte-Tagesprofil** sowie **fortlaufende Nüchternblutzuckerwerte**.

Das **7-Punkte-Tagesprofil** besteht aus Messungen vor und nach den jeweiligen drei Hauptmahlzeiten, sowie einer Messung vor dem Schlafengehen. Zur Erstellung des 7-Punkte-Tagesprofils („Profil“) beachten Sie bitte Folgendes:

- ✦ Halten Sie die im Profilplan (Abb. 1) vorgegebenen Zeitfenster und Mahlzeitenmarkierungen genau ein.
- ✦ Die „Nüchtern“ (🍷)-Messung sollte > 6 - 8 Std. nach dem letzten Essen/Trinken (außer Wasser) erfolgen.
- ✦ Die „Vor dem Essen“ (🍎)-Messung sollte unmittelbar vor einer Mahlzeit erfolgen.
- ✦ Die „Nach dem Essen“ (🍷)-Messung sollte ~1,5 - 2 Stunden nach einer Mahlzeit erfolgen.



**TIPP:** Drücken Sie nach dem Anlegen Ihres 7-Punkte-Tagesprofils bei eingeschaltetem Gerät zweimal die Taste BESTÄTIGEN (✅).



✦ **„Error A1“ – Profil nicht erstellt:** Überprüfen Sie bitte die Mahlzeitenmarkierungen in Ihrem Tagesprofil. Korrigieren Sie fehlerhafte Markierungen innerhalb von 48h.



✦ **„Error A2“ – Profil erstellt:** Sie haben Ihr 7-Punkte-Tagesprofil erfolgreich erstellt und müssen nun 6 Nüchternblutzuckermessungen durchführen (siehe 2.).

Extra einfach\*:  
MyStar Extra®



\*durch intuitive 1-2-3 Klick Bedienung

# Extra Zusatz: HbA<sub>1c</sub>-Funktion

MyStar Extra® enthält eine Funktion zur Schätzung des Langzeitblutzuckers (HbA<sub>1c</sub>). Dieser dient als Orientierung zwischen den routinemäßigen HbA<sub>1c</sub>-Messungen in der Arztpraxis.

In Kombination mit einem praktischen Trendpfeil hilft der Schätzwert, den Therapie-Verlauf immer direkt mitzuerleben, einfach zu überprüfen und in Rücksprache mit dem Arzt anzupassen. Das Bewusstsein für die individuelle Diabetes-Therapie wird so gestärkt und schafft eine gute Grundlage für das nächste Arztgespräch.



Beispieldarstellung für die HbA<sub>1c</sub>-Schätzwertanzeige

## MyStar Extra® mit dem neuartigen HbA<sub>1c</sub>-Trend

Mit dem Blutzuckermessgerät MyStar Extra® wissen Sie immer, wo Sie in Ihrer Diabetes-Therapie mit Ihren Werten stehen. Ob Tagebuchfunktion mit Nüchtern-Trend, die Anzeige von Durchschnittswerten mit Mahlzeitenmarkierungen oder die Berechnung des HbA<sub>1c</sub>-Trends – **mit nur drei Klicks navigieren Sie sich extra einfach durch das gesamte Menü.**

### MyStar Extra®

- ✦ Klein und handlich
- ✦ Intuitive Symbolbedienung
- ✦ Hohe Messgenauigkeit für zuverlässige Messwerte
- ✦ Einfache 1-2-3-Klick Menüführung
- ✦ Neuartige HbA<sub>1c</sub>-Funktion mit Trendanzeige

# Leitfaden zur Blutzuckermessung mit der Extra-Information zum ~HbA<sub>1c</sub>

Der Blutzucker ist täglichen Schwankungen unterworfen. Für Menschen mit Diabetes ist es daher wichtig, ihren Blutzuckerspiegel im Auge zu behalten. Die Güte der Blutzuckereinstellung wird in regelmäßigen Abständen anhand des Langzeitblutzuckerwertes HbA<sub>1c</sub> beim Arzt beurteilt. Der HbA<sub>1c</sub>-Wert gibt dabei an, wie viel Glukose an Hämoglobin gebunden ist und lässt Rückschlüsse auf das Risiko von Folgeerkrankungen zu.

## Blutzuckerselbstmessung mit der Extra-Information zum ~HbA<sub>1c</sub>

Ebenso wichtig wie die strukturierte Blutzuckerselbstmessung ist daher die regelmäßige Bestimmung des HbA<sub>1c</sub>. Da dieser jedoch nur quartalsweise oder sogar seltener erhoben wird, kennen viele Patienten ihren HbA<sub>1c</sub>-Wert nicht und der Zusammenhang zwischen Lebensstil, Blutzuckerwerten und HbA<sub>1c</sub> kann oft nicht ausreichend hergestellt werden<sup>1, 2</sup>.

Studien haben jedoch gezeigt, dass eine frühzeitige Mitteilung des HbA<sub>1c</sub> die Stoffwechseleinstellung des Patienten verbessern kann<sup>1, 3, 4</sup>. Deshalb bietet Ihnen MyStar Extra<sup>®</sup> die Möglichkeit, Ihren HbA<sub>1c</sub>-Schätzwert zu berechnen und dessen Verlauf mit Hilfe eines Trendpfeils anzuzeigen<sup>5</sup>. So können Sie sich auch zwischen den Arzt-Besuchen schon über Ihre Stoffwechseleinstellung informieren.

1) Heiseler M et al. Diabetes Care 2005; 28:816-22  
 2) Kempf K et al. Info Diabetologie 2013; 7:36-40  
 3) Kovatchev B et al. Diabetes Care 2011; 34:302-7  
 4) Cagliero E et al. Diabetes Care 1999; 22:1785-9  
 5) Kovatchev B et al. Diabetes Technol Ther 2014; 16:303-9



## 2. Welche Werte benötige ich für die HbA<sub>1c</sub>-Funktion? Nüchternblutzuckermessungen

Nach der Erstellung Ihres 7-Punkte-Tagesprofils benötigt die HbA<sub>1c</sub>-Funktion Ihres MyStar Extra<sup>®</sup> Messgerätes **fortlaufende Nüchternblutzuckermessungen**.

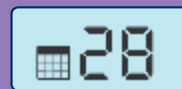
Sofern Sie in den nächsten 6 Tagen nach dem 7-Punkte-Tagesprofil täglich nüchtern Ihren Blutzucker gemessen haben, wird Ihnen bereits nach 7 Tagen erstmalig Ihr persönlicher **HbA<sub>1c</sub>-Schätzwert** inkl. **HbA<sub>1c</sub>-Trendpfeil** angezeigt (Basiskalibrierung siehe Abb. 2).



Bei weiterer Nüchternblutzuckermessung informiert Sie der Trendpfeil dann bereits nach 15 Tagen über Veränderungen in Ihrem **HbA<sub>1c</sub>-Trend** im Vergleich zu vorangegangenen **HbA<sub>1c</sub>-Schätzwerten**.



**WICHTIG:** Erstellen Sie einmal im Monat ein neues 7-Punkte-Tagesprofil. MyStar Extra<sup>®</sup> hilft Ihnen mit einer Countdown-Anzeige im Display der HbA<sub>1c</sub>-Funktion.



## Auf einen Blick Ihre Messintervalle

- ✦ Empfohlenes vereinfachtes Messschema zur Berechnung des HbA<sub>1c</sub>-Schätzwerts und Anzeige des Trendpfeils
- ✦ Abweichendes Messschema mit geringerer Teststreifenanzahl möglich\*

Basis-Kalibrierung (benötigt für erstmalige HbA <sub>1c</sub> -Schätzwert-Anzeige)													
1		2		3		4		5		6		7	
Fortlaufende Messwerte pro Monat (Empfehlung)*													
8		9		10		11		12		13		14	
15		16		17		18		19		20		21	
22		23		24		25		26		27		28	
29		30		31		1		2		3		4	

7-Punkte-Tagesprofil    Messung Nüchternblutzucker    HbA<sub>1c</sub>-Schätzwert mit Trendanzeige

Abbildung 2: Darstellung vereinfachtes Messschema zur kontinuierlichen Berechnung des HbA<sub>1c</sub>-Schätzwerts inklusive Trendpfeil  
 \*Für nähere Informationen siehe Bedienungsanleitung MyStar Extra<sup>®</sup>, Kapitel 9.3