ACCU·CHEK®

Roche

Yma i'ch cefnogi

Yn cysylltu â mySugr®

Cofrestrwch eich mesurydd

Derbyn diweddariadau a chefnogaeth ar gyfer eich mesurydd glwcos gwaed Accu-Chek Instant.

accu-chek.co.uk/register

Cefnogaeth ar-lein

Llawlyfrau, fideos, canllawiau sut-i a chwestiynau cyffredin.

accu-chek.co.uk/support

Gofal cwsmer

Rydyn ni yma i helpu os ydych chi'n cael unrhyw anawsterau gyda'ch mesurydd Accu-Chek Instant neu gysylltu â'r ap mySugr.

DU: 0800 701 000*
Iwerddon: 1 800 709 600*

Cais am bresgripsiwn Accu-Chek® Instant

Cwblhewch y ffurflen hon a'i rhoi i'ch gweithiwr gofal iechyd proffesiynol.

Rwyf wedi dechrau defnyddio mesurydd Accu-Chek Instant ac mae angen presgripsiwn arnaf ar gyfer:

- ◯ Stribedi prawf ar unwaith (50)
- ◯ Ffleimiau FastClix (204)

Enw'r claf:

Dyddiad geni:

Cod post:

Gwybodaeth ychwanegol:

Gadewch i ni ddechrau gyda'ch mesurydd newydd

Mae'r ddogfen hon yn cynnwys llawer o wybodaeth wych am eich mesurydd newydd, felly gwnewch yn siŵr i'w gadw wrth law fel adnodd defnyddiol. Os nad ydych wedi gwneud yn barod, peidiwch ag anghofio newid eich presgripsiwn stribed prawf glwcos yn y gwaed gan ddefnyddio'r ffurflen ar y dudalen flaenorol.

Glas
Mae canlyniad y prawf yn uwch na'r ystod darged.

Gwyrdd
Mae canlyniad y prawf o fewn yr ystod darged.

Coch
Mae canlyniad y prawf yn is na'r ystod darged.

⚠ RHYBUDD

Nid yw'r ddogfen hon yn cymryd lle'r llawlyfr defnyddiwr manwl ar gyfer system monitro glwcos gwaed Accu-Chek Instant. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cydymffurfio â'r wybodaeth ddiogelwch yn y llawlyfr defnyddiwr ac yn mewnosodiad pecyn y stribed prawf.

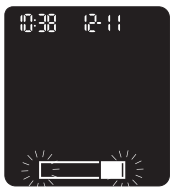
Stribed prawf

Gosod yr amser a'r dyddiad

1. Pwyswch i fyny ▲ i droi'r mesurydd ymlaen.

2. Pwyswch a daliwch i lawr ▼ nes bod y gosodiad yn ymddangos ar y dangosydd. Mae'r awr yn fflachio. Pwyswch i fyny ▲ i gynyddu'r awr neu pwyswch i lawr ▼ i leihau'r awr.

3. Pwyswch a daliwch i fyny ▲ i osod yr awr a symud i'r maes nesaf. Mae'r munudau'n fflachio. Pwyswch i fyny ▲ i gynyddu'r munudau neu pwyswch i lawr ▼ i leihau'r munudau.



4. Ailadroddwch gam 3 i addasu pob maes. Ar ôl gosod y flwyddyn, pwyswch a daliwch i fyny ▲ nes bod y symbol stribed prawf fflachio yn ymddangos i gadw eich gosodiadau.

ⓘ NODYN

Mae'r mesurydd yn eich annog i osod yr amser a'r dyddiad y tro cyntaf i chi ei droi ymlaen neu os bydd gwall yn digwydd.

- Pwyswch a daliwch i lawr ▼ ar unrhyw adeg nes bod y symbol stribed prawf fflachio yn ymddangos i berfformio prawf.
- Mae gan y mesurydd y gallu i awto-gysoni amser a dyddiad wrth ei baru â dyfais symudol a fydd yn diweddaru amser a dyddiad y mesurydd yn awtomatig.

†Gosodir yr ystod darged yn ddiofyn ar 3.9–8.9 mmol/L. I newid yr ystod darged, cysylltwch eich mesurydd â'r ap mySugr, neu i gyfrifiadur gyda meddalwedd rheoli diabetes wedi'i osod. Ymgynghorwch â'ch tîm gofal iechyd cyn newid yr ystod darged.

Gwybodaeth bwysig i Weithwyr Gofal Iechyd Proffesiynol

Roche

NID yw cynhyrchion Accu-Chek® ar systemau meddalwedd presgripsiwn meddygon teulu wedi'u rhagddodi â'r enw Accu-Chek. Chwiliwch gan ddefnyddio'r termau chwilio cynnyrch isod.

• Instant Test Strips (50)	Search term: Instant blood glucose testing strips	(UK) PIP Code: 417-0759	(ROI) GMS Code: 85132
• FastClix Lancets (204)	Search term: FastClix lancets or FASTCLIX 0.3MM (30G) lancet	(UK) PIP Code: 351-2795	(ROI) GMS Code: 85541

© 2024 Roche Diabetes Care Limited. Cedwir pob hawl. Mae ACCU-CHEK, ACCU-CHEK INSTANT a FASTCLIX yn nodau masnach Roche. Mae pob nod masnach neu enw brand arall yn eiddo i'w perchnogion priodol | Roche Diabetes Care Limited. Charles Avenue, Burgess Hill, West Sussex, RH15 9RY, DU. Rhif Cofrestru'r Cwmni: 09055599
Dyddiad paratoi: Chwefror 2024 | I'w ddefnyddio yn y DU ac Iwerddon yn unig.

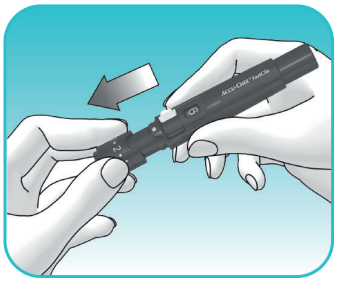
Gan ddefnyddio pigwr bys Accu-Chek FastClix

⚠ RHYBUDD

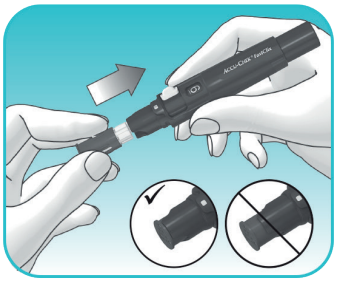
- Mae pigwr bys Accu-Chek FastClix wedi'i fwriadu ar gyfer hunan-fonitro cleifion gan berson unigol yn unig. Ni ddylid ei ddefnyddio i brofi glwcos yn y gwaed gan fwy nag un person gan nad yw'n ymgorffori unrhyw nodweddion i warchod rhag croes-heintio.
- Peidiwch â mewnosod drwm fflaim a gwasgu'r botwm rhyddhau ar yr un pryd.
- Peidiwch â mewnosod drwm fflaim gyda'r botwm rhyddhau yn gorffwys ar arwyneb, er enghraifft, ar fwrdd. Gallai hyn ryddhau fflaim a allai eich pigo yn anfwriadol.

1. Golchwch eich dwylo â dŵr cynnes a sebon cyn i chi gael gwaed.

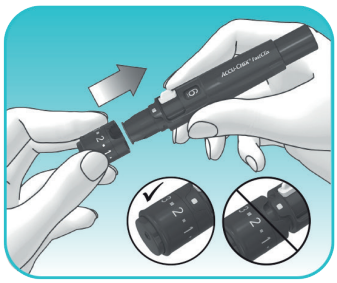
Sychwch eich dwylo.



2. Tynnwch y cap o'r pigwr bys trwy ei dynnu'n syth i ffwrdd.

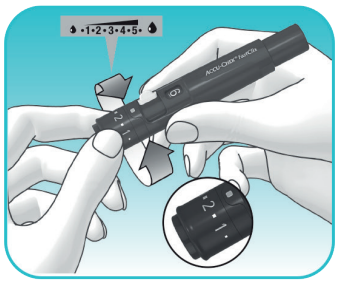


3. Mewnosodwch drwm fflaim newydd – pen gwyn yn gyntaf – yn y pigwr bys.

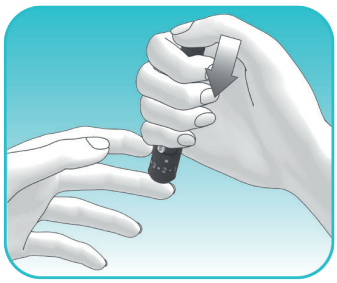


4. Mae'r drwm fflaim wedi'i fewnosod yn iawn pan fydd yn gyfan gwbl y tu mewn i'r pigwr bys, nes ei fod yn clicio'n gadarn yn ei le.

Rhowch y cap yn ôl ymlaen.



5. Cylchdrowch y cap nes bod y dyfnder treiddiad a ddymunir yn cyd-fynd â'r dangosydd. Dechreuwch am 2 neu 3. Ar gyfer croen mwy caled deialwch i rif uwch.



6. Pwyswch y pigwr bys yn gadarn yn erbyn y safle tyllu a ddewiswyd.

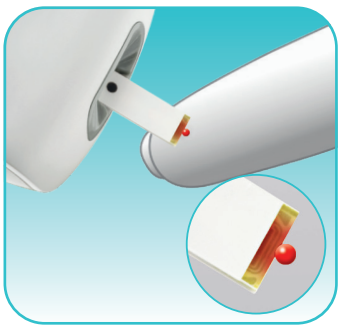
Pwyswch y botwm rhyddhau yr holl ffordd i lawr, mae'r fflaim yn cael ei rhyddhau ac mae'n treiddio i'r croen.

Profwch eich siwgr gwaed yn syth ar ôl i chi gael gwaed.

Pedwar cam i fesur eich siwgr gwaed

1. Golchwch eich dwylo bob amser â dŵr cynnes a sebon a sychwch nhw'n drylwyr cyn gwirio'ch siwgr gwaed. Mae'r mesurydd yn troi ymlaen pan fyddwch chi'n gosod y stribed yn y mesurydd. Mae pen metelaidd y stribed yn mynd i mewn i'r mesurydd.

2. Pan fydd symbol diferyn sy'n fflachio yn ymddangos, perfformiwch bigiad bys gyda'r pigwr bys.



3. Cyffyrddwch **ymyl melyn** y stribed prawf i'r diferyn gwaed. Tynnwch eich bys o'r stribed prawf pan fydd y symbol awrwydr sy'n fflachio yn ymddangos ar y dangosydd.

4. Mae canlyniad y prawf yn ymddangos ar y dangosydd mewn llai na 4 eiliad. Mae'r saeth yn dangos a yw canlyniad eich prawf yn disgyn uwchben, o fewn, neu'n is na'r ystod darged. Gellir unigoli'r ystod darged i gyd-fynd â'ch nodau therapi personol.

Lawrlwythwch ein hap mySugr

Mae ap mySugr yn dal eich canlyniadau siwgr gwaed yn awtomatig pan fyddant wedi'u cysylltu â'ch mesurydd Accu-Chek Instant. Gall defnyddio'ch mesurydd Accu-Chek Instant ynghyd â'r ap mySugr helpu i wella'ch rheolaeth o siwgr gwaed, amcangyfrif o HbA1c, a dealltwriaeth o ddiabetes.[1]

Cofnodi siwgr gwaed yn hawdd, yn gywir ac yn awtomatig

- Gwnewch eich diwrnod yn haws trwy gofnodi eich lefelau siwgr gwaed yn awtomatig
- Dywedwch ffarwel wrth y llyfrau log papur ac osgowch wallau cofnodi â llaw
- Rhannwch adroddiadau a gynhyrchir yn awtomatig â'ch tîm gofal iechyd

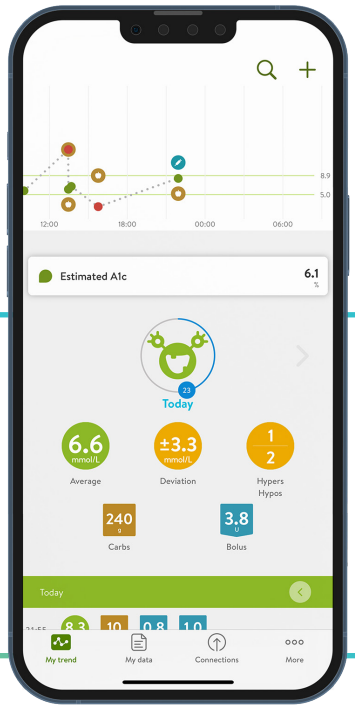
Gwella eich eHbA1c

- Cael mynediad i HbA1c amcangyfrifedig a'i weld yn gwella[1]
- Gweld canlyniadau ar ôl mis o ddefnyddio mySugr[2]
- Cael mwy o fesuriadau mewn ystod[2]

Gwella'ch rheolaeth a'ch dealltwriaeth o ddiabetes

- Cael trosolwg cyflawn o'ch holl wybodaeth am ddiabetes mewn un lle
- Dysgwch sut mae gwahanol ddewisiadau ffordd o fyw fel bwyd, gweithgaredd a straen yn dylanwadu ar eich lefelau siwgr gwaed er mwyn rheoli'n well
- Defnyddiwch y gyfrifiannell bolws i reoli eich dos o inswlin ar gyfer cywiro ac amser prydau bwyd

Sganiwch y cod gyda'ch ffôn, neu ewch i'r App Store neu Google Play, i lawrlwytho'r ap mySugr, yna defnyddiwch eich e-bost i greu cyfrif.

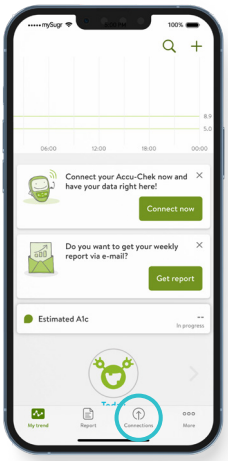


Mae'r Gyfrifiannell Bolws mySugr wedi'i thrwyddedu ar gyfer pobl â diabetes dros 18 oed.
Mae llyfr log mySugr wedi'i drwyddedu ar gyfer pobl â diabetes dros 16 oed.
Bydd angen i ddefnyddwyr fod yn 18 oed o leiaf i greu cyfrif.

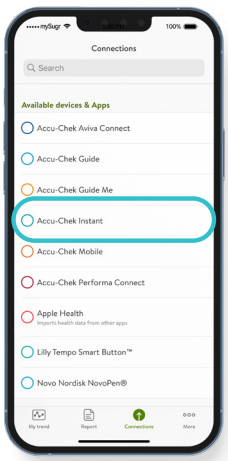
Sut i gysylltu eich mesurydd â'r ap mySugr

IPHONE ANDROID

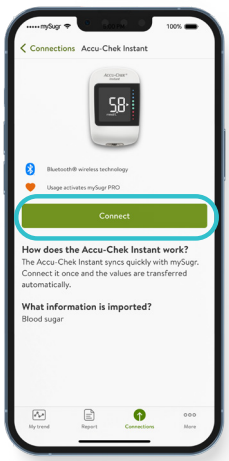
1. Sicrhewch fod Bluetooth wedi'i droi ymlaen.



2. Yn yr ap mySugr, tapiwch 'Cysylltiadau' ar waelod y sgrin.



3. Dewiswch eich dyfais o'r rhestr.



4. Tapiwch y botwm Cysylltu a dilynwch y cyfarwyddiadau ar y sgrin.

Manteisio i'r eithaf ar eich canlyniadau

Nid oes yn rhaid i chi wneud diabetes ar eich pen eich hun, rhannwch eich canlyniadau â'ch tîm gofal iechyd. P'un a ydych chi'n penderfynu rhannu'ch canlyniadau gan ddefnyddio adroddiadau mySugr, neu'n ddi-dor unwaith y byddwch wedi'ch cysylltu â'u system practis, mae digon i chi fanteisio arno.

Dim mwy o lyfrau log papur!

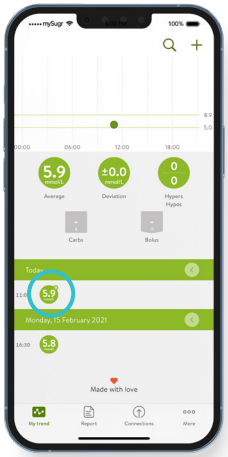
Unwaith y byddwch chi'n cysylltu'ch mesurydd Accu-Chek Instant â'r ap mySugr, gallwch chi ddweud ffarwel wrth y llyfrau log papur gan y gall popeth gael ei storio mewn un lle ... eich ffôn clyfar.

Gwell gwybodaeth a chefnogaeth[3]

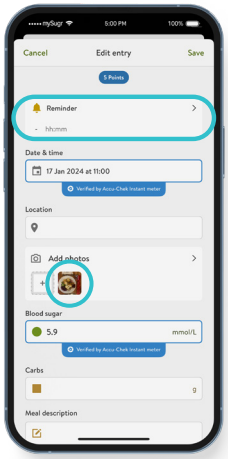
Gall rhannu eich canlyniadau o mySugr helpu eich tîm gofal iechyd i reoli eu hamser gyda chi yn fwy effeithiol, er enghraifft i adolygu ac addasu eich triniaeth yn ôl yr angen.

Tagio eich gwerthoedd siwgr gwaed a gosod nodiadau atgoffa

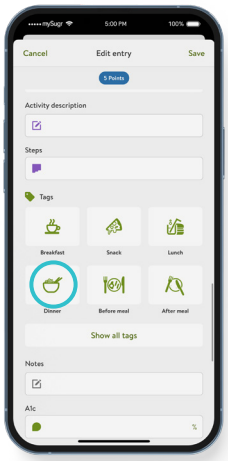
Mae tagiau yn eiconau bach sy'n gallu tynnu sylw at rai sefyllfaoedd ac emosiynau i helpu i adrodd stori. Gallant eich helpu chi a'ch tîm gofal iechyd i ddeall eich diabetes yn well a'r berthynas rhwng sefyllfaoedd penodol a'ch siwgr gwaed.



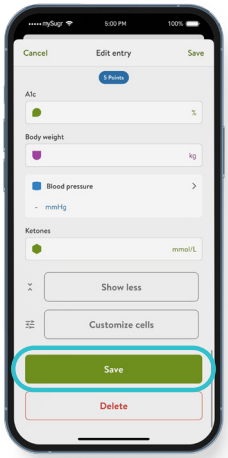
1. Dewiswch gofnod siwgr gwaed a thapiwch Golygu. Sgroliwch i waelod y sgrin a thapiwch 'Dangos pob maes'.



Gallwch chi:
- Osod nodyn atgoffa.
- Dynnu llun o'ch bwyd.
- Nodi gwerthoedd eich carbohydradau, inswlin, tabledi a gweithgareddau.

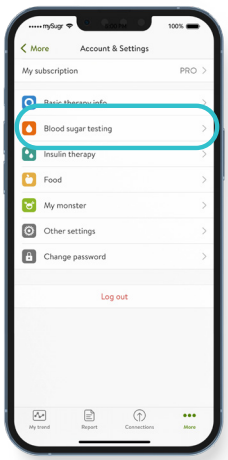


2. Dewiswch y tagiau rydych chi am eu cadw.

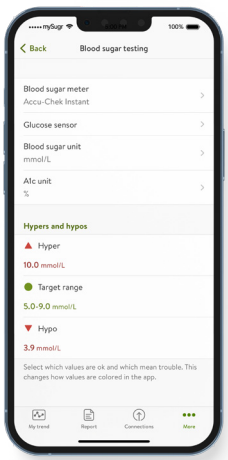


3. Cadwch y cofnod.

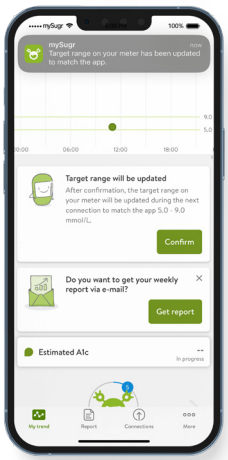
Wrthi'n newid yr ystod darged ar eich mesurydd Accu-Chek Instant



1. Yn yr ap mySugr, tapiwch 'Mwy', dewiswch 'Cyfrif a Gosodiadau', yna 'Profi siwgr gwaed'.



2. Lle bo angen, diweddarwch eich 'Hyper', 'Ystod Targed' a 'Hypo'. Tapiwch 'Yn ôl' i gadw'r cofnod.



3. Ar ôl ei ddiweddaru efallai y byddwch yn derbyn neges cadarnhad/ hysbysu yn yr ap mySugr.

NODIADAU

- Troi hysbysiadau symudol ymlaen ar gyfer mySugr.
- Dylech bob amser ymgynghori â'ch tîm gofal iechyd cyn newid yr ystod darged.
- Bydd yr ystod darged yn cael ei newid ar eich mesurydd unwaith y bydd wedi'i gysylltu â'r ap mySugr.
- Perfformio prawf siwgr gwaed arall i gadarnhau'r ystod darged newydd.

Cadw mewn cysylltiad â'r ap mySugr

Os nad ydych chi'n gweld eich gwerthoedd siwgr gwaed diweddar yn yr ap mySugr, yn gyntaf gwiriwch fod eich mesurydd Accu-Chek Instant yn dal i fod wedi'i gysylltu â'r ap. Yn yr ap mySugr tapiwch ar 'Cysylltiadau'. Mae eich mesurydd wedi'i gysylltu os yw'n ymddangos gyda thic a restrir o dan 'Connected devices & Apps'.

Heb ei gysylltu

Accu-Chek Instant

Efallai eich bod wedi newid eich ffôn neu fod gennych fesurydd newydd.

Cysylltwch eich mesurydd

I ailgysylltu dilynwch y cyfarwyddiadau cam wrth gam yn yr adran 'Cysylltu'r mesurydd Accu-Chek Instant â'r ap mySugr'.

Wedi'i gysylltu

Accu-Chek Instant

Os yw'ch mesurydd Accu-Chek Instant wedi'i gysylltu â'r ap mySugr ac na allwch weld eich canlyniadau:

Trowch Bluetooth y ffôn ymlaen

Gwnewch yn siŵr bod eich Bluetooth symudol wedi'i droi ymlaen.

Trowch Bluetooth y mesurydd ymlaen

Gyda'r mesurydd i ffwrdd, pwyswch a daliwch y botwm i lawr nes bod y symbol Bluetooth yn ymddangos, ynghyd â'r symbolau paru a diwifr yn fflachio.

Gwiriwch o fewn 2 fetr

Sicrhewch fod eich mesurydd Accu-Chek Instant o fewn 2 fetr i'ch ffôn symudol wrth wirio'ch siwgr gwaed.

Dal heb ei ddatrys?

Datgysylltwch ac ailgysylltwch eich mesurydd Accu-Chek Instant o'r ap mySugr. Yn yr ap mySugr dewiswch 'Cysylltiadau'. Dewiswch 'Accu-Chek Instant' a thapiwch 'Datgysylltu'. Yna tapiwch 'Cysylltu' a dilynwch y cyfarwyddiadau ar y sgrin i gwblhau'r broses.

Cysylltwch â Gofal Cwsmer Accu-Chek os oes angen cymorth pellach.

Gwiriwch yn rheolaidd bod eich gwerthoedd siwgr gwaed yn cysoni â'r ap mySugr.

Cysonwch eich gwerthoedd siwgr gwaed o leiaf unwaith bob 30 diwrnod i gynnal mynediad i holl nodweddion mySugr Pro.

Nid oes angen i'r ap mySugr fod yn agored i drosglwyddo canlyniadau o'ch mesurydd Accu-Chek Instant.

Mae'r holl enwau, delweddau a data a ddangosir at ddibenion arddangos yn unig, nid ydynt yn gleifion go iawn. Gall y sgriniau a welwch fod yn wahanol i'r sgriniau yn yr ap.

Cyfeiriadau: 1. Debong F, et al. Diabetes Technol Ther. 2019;21(S2):S235–S240. **2.** Ide C, et al. Mae dadansoddiad Data Byd Go lawn yn dangos gwelliant sylweddol mewn rheolaeth glycemig wrth ddefnyddio monitor glwcos yn y gwaed sy'n gysylltiedig â chymhwysiad iechyd symudol mewn defnyddwyr â Diabetes Math 2 yn y DU. Sesiwn Poster Cynhadledd Broffesiynol Diabetes UK, Lerpwl, 26-28 Ebrill 2023, Poster 19 **3.** Adborth a dderbyniwyd gan weithwyr gofal iechyd diabetes proffesiynol yn defnyddio datrysiadau digidol Roche Diabetes Care yn ystod datblygiad astudiaethau achos

mySugr | Download on the App Store | GET IT ON Google Play

© 2024 Roche Diabetes Care Limited. Cedwir pob hawl.
Mae ACCU-CHEK, ACCU-CHEK INSTANT, FASTCLIX a MYSUGR yn nodau masnach Roche. Mae nod geiriau a logos Bluetooth® yn nodau masnach cofrestredig sy'n eiddo i Bluetooth SIG, Inc., ac mae unrhyw ddefnydd o farciau o'r fath gan Roche o dan drwydded. Mae pob nod masnach neu enw brand arall yn eiddo i'w perchnogion priodol. | Roche Diabetes Care Limited. Charles Avenue, Burgess Hill, West Sussex, RH15 9RY, DU. Rhif Cofrestru'r Cwmni: 09055599.
Chwefror 2024 | BGM2024-UK&I-827 | Rhif deunydd: 1058196001_v_D | I'w ddefnyddio yn y DU ac Iwerddon yn unig.

Gofal Cwsmeriaid Accu-Chek
accu-chek.co.uk/support
DU: 0800 701 000 **Iwerddon:** 1 800 709 600

Mae'n bosibl y bydd rhai gweithredwyr ffonau symudol yn codi tâl neu'n cyfyngu ar fynediad am alwadau i'r rhifau hyn.
Oriau agor: Dydd Llun i ddydd Gwener 8yb-6yh ac eithrio gwyliau banc.