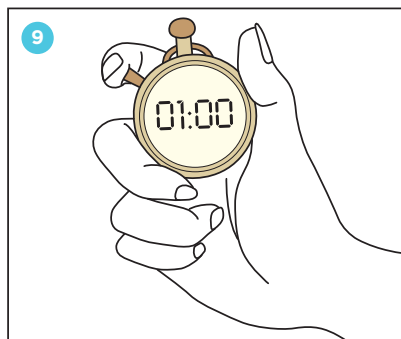


## RESULTATUTVECKLING OCH TOLKNING:



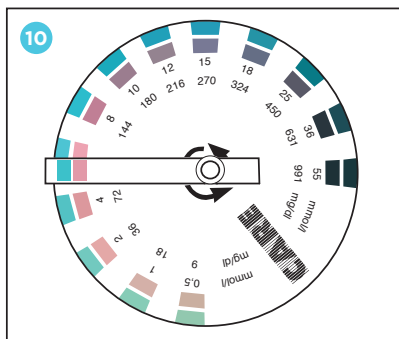
Vänta därefter 1 minut så att färgerna utvecklas. Under tiden som du väntar kan du sätta på det bifogade plåstret på det stuckna fingret.

- Ditt beräknade blodsockervärde visas i mg/dl eller mmol/L under det valda färgfältet.
- Resultatet kommer att vara mindre pålitligt om du väntar kortare eller längre än 1 minut i steg 9) eller om du behöver mer än 30 sekunder för att matcha färgen i testfälten med motsvarande färgfält.
- Om du tycker att det är svårt att bestämma matchningen av färgfälten, använder du elimineringsprincipen när du bestämmer vilket färgfält som inte matchar, fram till dess att endast de korresponderande fälten finns kvar.

Testet är felaktigt om testfälten inte har ändrats till blått eller rött. Möjliga orsaker för ett felaktigt testresultat inkluderar en skadad folieförpackning, ett skadat testområde, felaktigt lagring eller ett misstag när testet utfördes. Behåll alla komponenter och kontakta tillverkaren.

Ditt blodsocker kan anses ligga inom ett normalt område för vuxna och barn över 7 år om avläsningen ligger mellan 4 mmol/L (72 mg/dl) och 6 mmol/L (108 mg/dl). I det fallet kan du använda den andra testskivan några dagar eller veckor senare för att bekräfta tillförlitligheten i ditt resultat.

Om ditt test ligger klart under 4 mmol/L (72 mg/dl) eller över 6 mmol/L (108 mg/dl), kan din blodsockernivå inte anses ligga inom det normala området. Vänta några dagar och utför testet igen med användning av den andra skivan. Om avläsningen återigen ligger utanför det normala området så kontakta din läkare för en detaljerad analys av dina blodsockernivåer.



Inom maximalt 30 sekunder vrids pekaren till det färgfält som bäst matchar färg och intensitet i testfältet.

### TESTFÄLTET OCH SKIVAN VISAR BÅDE RÖDA OCH BLÅA OMRÅDEN. VILKET FÄLT SKALL JAG LÄSA AV FÖR ATT BESTÄMMA MIN BLOD SOCKERNIVÅ?

Båda färgerna kan användas för att bestämma blodsockernivån. De olika färgfälten är avsedda för att hjälpa personer som har visuella problem med att identifiera antingen röda eller blå skiftningar. En studie har visat att för de flesta personer är det lättare att tolka det rödfärgade fältet.

### TESTRESULTATET KAN BESTÄMMAS I MMOL/L (MILLIMOLS PER LITER) ELLER MG/DL (MILLIGRAMS PER DECILITER). VILKEN TYP AV AVLÄSNING ÄR BÄST FÖR MIG?

Du kan välja vilken avläsning du vill. Men för att jämföra det framtida resultat, rekommenderas det att du noterar både det uppnådda värdet och typ av enhet.

### MIN AVLÄSNING LIGGER INTE INOM DET OMRÅDE SOM INDIKERAS SOM NORMALT. VAD SKALL JAG GÖRA?

Om, blodsockernivån, i två test, med tom mage ligger avsevärt över eller under det normala området på mellan 4 mmol/L (72 mg/dl) och 6 mmol/L (108 mg/dl), skall du kontakta din läkare för en mer detaljerad undersökning. Det kan vara till hjälp att ta med de här instruktionerna och visa dem för din läkare, så att du kan ge honom eller henne en bättre idé om vilken typ av test du utförde.

Rev00 and 2013-11  
ZANL0005-SW-SE-SV



## SJÄLVTEST FÖR BLOD SOCKER

### ALLMÄN INFORMATION

Hur högt eller lågt blodsocker man har beror av hur mycket glukos som finns löst i blodet. Hos en frisk person ligger koncentrationen av glukos mellan 4 och 6 mmol/L på fastande mage. Koncentrationen av glukos i blodet styrs främst av hormonerna insulin och glukagon. När vi har ätit triggas insulinet lever-, muskel- och fettceller att öka sitt upptag av glukos vilket gör att blodsockret sänks. När blodsockret blir lågt är det glukagonet som påverkar levern och musklerna så att de frigör en del av den glukos de samlat upp.

Glukagon produceras i alpha cellerna och insulin produceras i de så kallade Langerhanska öarna (beta celler), båda celltyperna hittas i bukspottkörteln. Olika typer av sjukdomar kan orsaka skador på bukspottkörteln vilket påverkar produktionen av insulin negativt. Detta leder till en förhöjd koncentration av glukos i blodet och konsekvensen blir en störning i den metaboliska processen. Den vanligaste och mest signifikanta metaboliska störningen är diabetes. Personer med diabetes producerar för lite insulin och kan därför inte upprätthålla stabila blodsockernivåer. Personer med diabetes kan behöva hjälp genom medicinering, insulinsprutor eller förändringar i dieten för att upprätthålla en bra blodsockernivå.

Enligt WHO:s (World Health Organisation) uppskattningar kommer det 2010 att finnas 240 miljoner diabetiker över hela världen, med en uppåtgående trend avseende antalet. Obehandlad diabetes leder primärt till sjukdomar i blodkärlen, njurproblem (glomeruloskleros), retinalskador (retinopati, förlorat seende) eller blockering av de viktigaste blodkärlen (stroke, hjärtattack). Av den här orsaken är det extremt viktigt att diabetes diagnostiseras tidigt för att kunna sätta in lämplig behandling. Det här enkla och snabba testet gör det möjligt för dig att vidta förebyggande åtgärder, som avsevärt minskar risken att du lider av diabetes utan att du är medveten om ditt tillstånd. Du bör även genomgå regelbundna kontroller av din läkare. Med detta test kan du snabbt och enkelt få reda på om du har en förhöjd blodsockernivå, vilket kan

vara ett tecken på att du lider av diabetes. Ju snabbare sjukdomen fastställs desto snabbare kan rätt behandling påbörjas.

### FÖRUTOM Sjukdom kan BLOD SOCKERNIVÅERNA PÅVERKAS AV:

medicinering, alkohol, diet, stress, förhöjt blodtryck, rökning etc.

### NÅR SKALL TESTET UTFÖRAS:

Du skall testa dina blodsockernivåer på tom mage, vilket innebär att du inte skall äta eller dricka något under en period av 12 timmar innan testet utförs. Det är också bra att tolka testresultatet i dagsljus eller under en bra ljuskälla för att bättre kunna utvärdera färgvariationerna.

### NOTERINGAR:

Konsultera alltid din doktor innan du tar några viktiga medicinska beslut. Testkomponenterna kan kastas tillsammans med dina normala hushållsoppor efter användning.

### PRODUKTINFORMATION:

Det här testet är baserat på en enzymatisk (oxidas/ peroxidas) reaktion. Det innebär att speciella färgämnen aktiveras vilka ger en färgskiftning i proportion till glukosinnehållet i blodet som testas. Testkomponenterna innebär ingen risk, under förutsättning att de används enligt instruktionerna.

### FÖLJANDE FAKTORER ÄR KÄNDA FÖR ATT PÅVERKA TESTRESULTATET:

- \*) novaminsulfon och askorbinsyra i koncentrationer på >0.4 g/L och alpha-metyldopa >0.2 g/L
- \*) glutati i de röda blodcellerna
- \*) onormalt höga eller låga hematokritnivåer
- \*) onormalt hög lipidkoncentration i blodet
- \*) hyperglykemisk hyperosmolära förhållande
- \*) dialysbehandling

## FÖRBEREDELSE

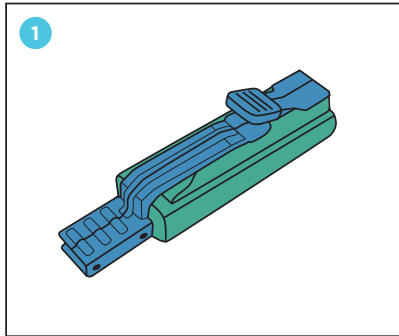
Förpackningens innehåll: Instruktioner, 2 folieförpackningar med testskivor och fuktskydd, 2 lansetter, 2 plåster  
Behövs men ingår inte: en ren pappersservett och klocka med sekundvisare

Viktigt! Öppna förpackningen först när du är redo att utföra testet. Förpackningen öppnas försiktigt vid den plats som visas. Ta ut testskivan och lägg den på en plan yta. Kasta bort bifogat fuktskydd tillsammans med dina vanliga hushållssopor. Läs instruktionerna noga innan användning. Håll utom räckhåll för barn.

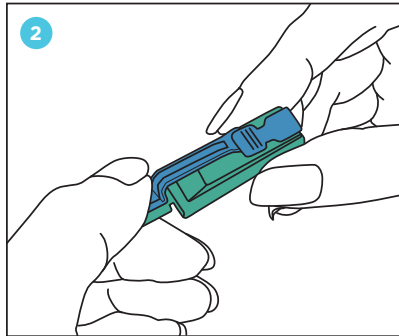
Använd inte testet efter passerat bäst före datum. Förvara vid 39° till 86°F (4° till 30°C). Test och lansett kan endast användas en gång. Använd inte skadad lansett. Endast för utvärtes bruk. In vitro diagnostest är avsett för personlig användning.

## ATT ANVÄNDA LANSETTEN

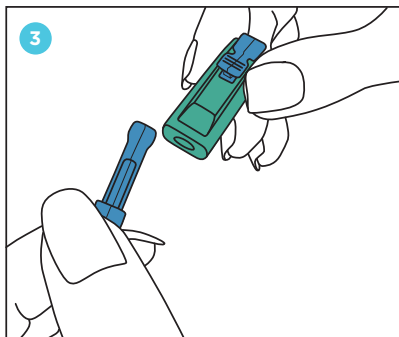
Använd inte lansetten om skyddsspinnen tagits bort eller skadats. Tvätta dina händer noga med tvål och varmt vatten (för att öka blodflödet till dina fingrar) och torka noga.



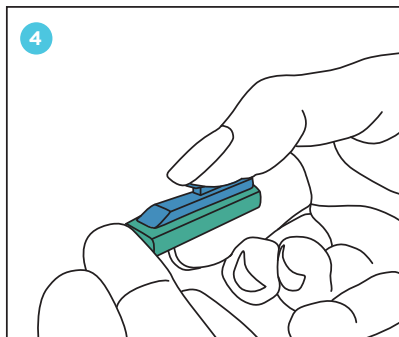
Lansetten består av ett hus som innehåller sticknålen, skyddsspinnen som skyddar sticknålen samt tryckknappen som aktiverar sticknålen.



Ta bort skyddsspinnen genom att vrida ett helt varv. Tryck inte på knappen under vridningen, om du gör det kommer sticket att aktiveras. Sticket kan endast aktiveras en gång.



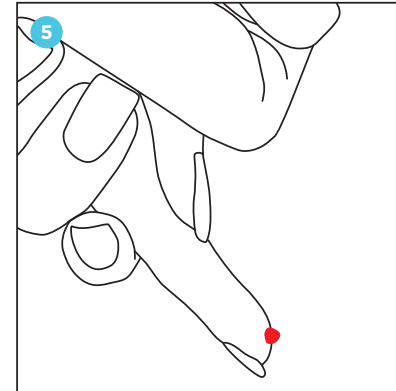
Dra nu bort den lösa skyddsspinnen från huset. Lansetten är nu klar för användning.



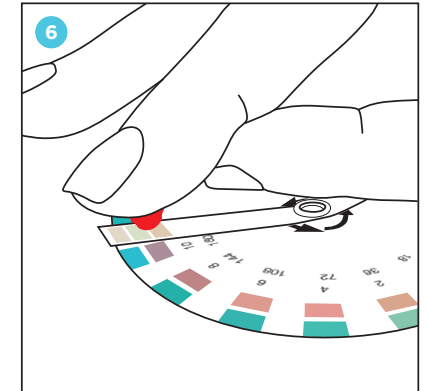
Tryck lansettens öppning mot långfingrets fingertopp och tryck på knappen till dess att du hör ett klick.

## ATT APPLICERA EN STOR DROPPE BLOD I TESTFÄLTET

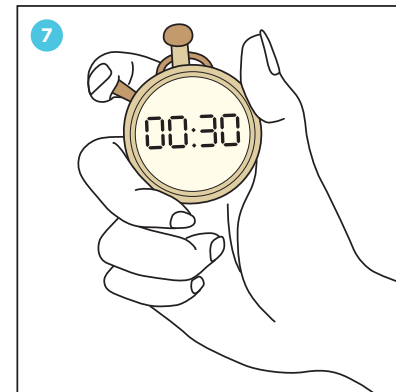
På bara 90 sekunder får Du reda på ditt blodssockervärde.  
Följ instruktionerna och se tolkningen av resultatet på nästa sida.



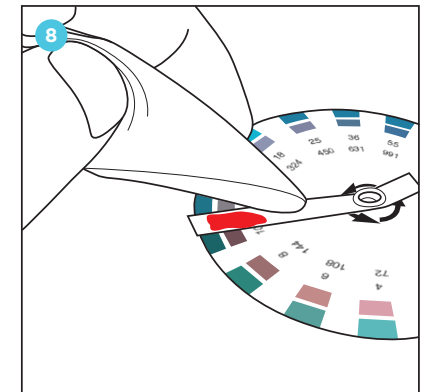
Låt armen med det stukna fingret hänga nedåt längsmed kroppen till dess att en stor droppe blod formats. Du kan behöva trycka på båda sidorna av ditt finger enligt bilden.



Låt en stor blodsdroppe falla ner på båda testfälten. Se till så att inte fingertoppen vidrör testfälten och att båda testfälten är helt täckta med blod (se bild 8 nedan).



Vänta nu 30 sekunder. Testresultatet kan bli för högt om du väntar för länge eller för lågt om du inte väntar tillräckligt länge.



Därefter, vilket visas i bilden, torkas allt blod bort från testfältet med hjälp av en ren pappersservett. Inga blodrester skall synas.

Fortsätt till nästa sida.