



How to use your blood glucose meter

To help manage your diabetes, your doctor might ask you to monitor your blood glucose levels.

You will need the following items:



1

Blood glucose meter – a small battery-operated device to measure blood glucose



2

Lancets – small needles used to prick the finger and draw blood



3

Lancing device – a device that allows the lancets to pierce the skin quickly



4

Test strips – these transfer the blood to the glucose meter for testing



5

Sharps box – a container used for safe needle disposal

1. Setting the time and date

Having the correct time and date in your meter is important. Your new meter comes with a pre-set time and date. This needs to be changed to local time.



1

Press and hold the Power/Set button (top right of meter) to turn on the meter



2

The time and date appear on the display. "Set-up" and the hour flash



3

If the correct time and date are displayed, keep pressing the Power/Set button to exit



4

If the time and date are wrong, you can adjust them using the arrows at the bottom of the meter (see user manual or consult your diabetes educator)

2. Setting up the lancing device



1

Pull off the lancing device cap. If there already is a lancet in the lancing device, slide the ejector forward to remove it



2A



2B

Insert a new lancet in the lancet holder and push it firmly until it clicks. Remove the protective cap from the lancet with a twisting motion and then press the lancing device cap on again until it clicks



2C



3

Set the penetration depth by rotating the depth selection dial on the lancing device cap. If you are using the lancing device for the first time, set the depth selection dial to 1

3. Testing your blood glucose

 1 Wash and dry your hands	 2 Prepare the lancing device	 3 Insert the test strip into the meter in the direction of the arrow (gold end first)	 4 The meter turns on when the test strip is inserted
 5 A test strip symbol and a small flashing blood drop symbol appear on the screen of the meter	 6 Press the lancing device firmly against the side of your fingertip and gently squeeze your finger to assist the flow of blood	 7 Place the end of the test strip on the drop of blood and let the test strip fill with blood	 8 Your blood glucose reading will appear on the screen in 5 seconds

Remember



- Avoid lancing the pads of your fingertips – lancing the sides of your fingertips is less painful
- Use different fingers – pricking the same finger all the time will cause pain
- If blood is oozing from your fingertip, apply a tissue until it stops
- Do not re-use lancets
- Do not share lancets or lancing devices with anyone else
- Do not use alcohol wipes, as they can interfere with the meter
- Dispose of all needles and lancets in a sharps box

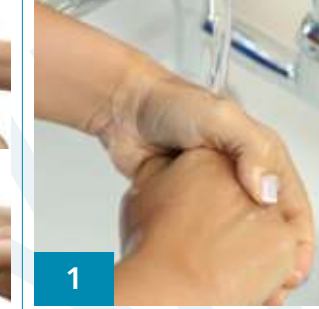
Causes of inaccurate readings

- Dirty or wet hands
- Use of alcohol wipes
- Blood drop that is too small
- Dirty meter
- Using expired test strips

Any questions?

If you have any questions or concerns about your glucose meter, please bring the meter to one of our diabetes educators at Imperial College London Diabetes Centre. **For further advice, please call 800 ICLDC (42532).**

3. فحص مستوى الجلوكوز بدمك

 1 اغسل يديك ثم جففهما	 2 أعد أداة الوخز	 3 أدخل شريحة الاختبار في المقياس في اتجاه السهم الطرف الذهبي أولاً	 4 يعمل المقياس بمجرد إدخال شريحة الاختبار
 5 يظهر رمز شريحة الاختبار وكذلك رمز قطرة دم تومض على شاشة المقياس	 6 اضغط بأداة الوخز بإحكام على جانب أنملة الإصبع ثم اعتصر الإصبع برفق لاستخراج قطرة الدم	 7 ضع نهاية شريحة الاختبار على قطرة الدم واترك الشريحة تمتلئ بالدم	 8 ستظهر قراءة مستوى الجلوكوز بالدم على الشاشة في غضون 5 ثواني

نقاط ينبغي تذكرها



- تجنب وخز رأس أنامل أصابعك - فوخز جوانب الأنامل أقل إيلاًماً
- استخدم أصابع مختلفة - فوخز الإصبع نفسه كل مرة سيسبب لك آلاًماً
- إن ارتشحت الدماء من أنملة إصبعك، ضع منديلاً على الجرح حتى تتوقف الدماء
- لا تستخدم الواخزة أكثر من مرة واحدة
- لا تستخدم الواخزات أو أداة الوخز الخاصة بشخص آخر
- لا تستخدم ممسحات الكحول، إذ يمكن أن تؤثر على قراءة المقياس
- تخلص من الإبر والواخزات في عبوة النفايات الطبية الحادة

أسباب عدم دقة نتيجة قراءة المقياس

- اتساخ أو بلل اليدين
- استخدام ممسحات الكحول
- عدم كفاية قطرة الدم لصغر حجمها
- اتساخ المقياس
- استخدام شرائح اختبار منتهية الصلاحية

هل لديكم أي استفسارات؟

إذا كان لديكم أي استفسارات أو مصدر قلق عن مقياس الجلوكوز، يُرجى اصطحاب المقياس إلى أحد مختصينا لتوجيه المصابين بالسكري في مركز إمبريال كوليدج لندن للسكري. لتلقي مزيد من النصائح، يُرجى الاتصال على **800 ICLDC (24532).**



5

عبوة النفايات الطبية الحادة - حاوية
تُستخدم للتخلص الآمن من الإبر



4

شرائح الاختبار - تُستخدم لنقل الدم إلى
مقياس الجلوكوز لفحصه



3

أداة الوخز - أداة تسمح للواخزات باختراق
الجلد بسرعة



2

واخزات - إبر صغيرة تُستخدم لوخز
الإصبع وسحب الدم

1. ضبط الوقت والتاريخ

من المهم ضبط الوقت والتاريخ بمقياس الجلوكوز، فالمقياس الجديد يأتي بتوقيت وتاريخ مختلفين. فينبغي تغييرهما حسب التوقيت المحلي.



4

وإن لم يكن الوقت والتاريخ صحيحين،
يمكنك ضبطهما باستخدام الأسهم
أسفل المقياس (انظر دليل المستخدم
أو استشر مختص توجيه المصابين
بالسكري)



3

إن كان الوقت والتاريخ صحيحين، كرر
الضغط على زر التشغيل/الإعداد للخروج
من الضبط



2

سيظهر الوقت والتاريخ على الشاشة.
سيومض "الإعداد" والساعة



1

اضغط مطولاً على زر التشغيل/الإعداد
ثم حرره (أعلى يمين المقياس) لتشغيل
المقياس

2. إعداد أداة الوخز



3

حدد عمق الاختراق بإدارة قرص اختيار
العمق على غطاء أداة الوخز. إن كنت
تستخدم أداة الوخز للمرة الأولى، اختر 1
من قرص اختيار العمق



2B

أدخل واخزة جديدة في ماسك الواخزات
وادفعها بإحكام حتى تسمع طقطقة. انزع
الغطاء الواقعي عن الواخزة بحركة دائرية
ثم اضغط على غطاء أداة الوخز مرة أخرى
حتى تسمع طقطقة



2A

انزع غطاء أداة الوخز. إن كانت توجد
بالفعل واخزة بالأداة، حرك الالافطة للأمام
للتخلص منها



1

انزع غطاء أداة الوخز. إن كانت توجد
بالفعل واخزة بالأداة، حرك الالافطة للأمام
للتخلص منها



1

مقياس جلوكوز الدم - جهاز صغير يعمل
البطارية يُستخدم لقياس مستوى
الجلوكوز بالدم

كيف تستخدم مقياس جلوكوز الدم

لمساعدتك في السيطرة على مرض السكري، قد يطلب منك طبيبك مراقبة مستويات الجلوكوز في الدم.
ستحتاج للأدوات التالية:

