



## Guide utilisateur simplifié



Nom :

Votre dose d'insuline glargine initiale est :

Injectez-vous votre insuline de préférence au même moment chaque jour à :



## Introduction à votre MyStar DoseCoach®

Votre MyStar DoseCoach® peut vous aider à gérer votre diabète de deux façons :

**L'Assistant Dose** vous suggère des doses pour vous aider à ajuster la quantité d'insuline glargine à vous injecter.

>> Voir Section 4 dans votre guide utilisateur.

**Le Lecteur de Glycémie** vous permet de mesurer votre glycémie et d'enregistrer vos résultats de glycémie.

>> Voir Section 3 dans votre guide utilisateur.

### A faire

- ✓ Ce guide simplifié contient des informations pour vous aider à utiliser MyStar DoseCoach®. Il ne s'agit pas d'un mode d'emploi détaillé.
- ✓ Lisez attentivement le guide utilisateur avant d'utiliser MyStar DoseCoach®.

## Etapes clés de formation à MyStar DoseCoach®

Cette liste reprend les thèmes clés que vous devez connaître pour un bon usage de votre insuline et pour savoir comment utiliser l'Assistant Dose afin d'ajuster vos doses d'insuline.

S'il y a des sujets sur lesquels vous avez des doutes, demandez conseil à votre professionnel de santé avant d'utiliser l'Assistant Dose.

### 1 Comment utiliser les principales fonctions de MyStar DoseCoach®

- Aperçu du dispositif :
  - L'identification des boutons (par exemple, comment allumer ou éteindre MyStar DoseCoach®).
  - Quand et comment utiliser le bouton de l'Assistant Dose.
  - Comment utiliser les touches.
  - Comment naviguer dans les écrans, et comment faire défiler l'écran vers le haut ou vers le bas.
- Configuration de MyStar DoseCoach®, comprenant l'explication de l'icône utilisateur et l'étiquetage du lecteur avec votre nom.
- Navigation dans les menus et comment trouver les principales options dans l'historique des données et dans les réglages (par exemple, modification de l'heure et de la date et des réglages de l'Assistant Dose).

### 2 Comment mesurer votre glycémie

- Etapes pour mesurer votre glycémie avec MyStar DoseCoach®, notamment le lavage des mains, l'insertion d'une bandelette, l'application d'un échantillon de sang, la lecture et l'enregistrement des résultats.
- Interprétation des mesures de glycémie.

- Marquage des glycémies et signification, notamment les termes et symboles clés.
- Etapes pour le marquage des glycémies, et que faire si un mauvais indicateur est choisi.
- Explications sur le « carnet de suivi glycémique » et autres écrans de l'historique des données.

### 3 Comment bien utiliser l'insuline glargine

- Sites et techniques d'injection.
- Reconnaître et traiter les symptômes d'hypoglycémie (hypo) et d'hyperglycémie (hyper).

### 4 Comment ajuster votre dose d'insuline glargine

- Résultats de glycémie à jeun et comment ils sont utilisés pour ajuster les doses d'insuline glargine.
- Plage cible de glycémie à jeun.
- Règles de calcul.

### 5 Comment gérer et ajuster votre dose d'insuline glargine :

- Les jours de maladie.
- Lors d'un voyage ou pendant les vacances.
- Lors de changements de régime alimentaire ou d'activité physique.

### 6 Comment utiliser l'Assistant Dose

- Utilisation générale de l'Assistant Dose, notamment l'utilisation des touches pour naviguer dans les menus, l'enregistrement d'une dose et la compréhension des questions concernant la dose.
- Sortir de l'Assistant Dose sans enregistrer de dose (par exemple, si l'Assistant Dose a été allumé accidentellement et que ce

n'est pas l'heure de l'injection de votre dose d'insuline).

- Changer les réglages de l'Assistant Dose, comme l'horaire habituel d'injection de la dose.
  - Compréhension des avertissements de l'Assistant Dose et solutions pour les résoudre, notamment concernant les questions sur la dose multiple, la précédente dose et les hypoglycémies, et confirmation des doses suggérées.
  - Intérêt de l'Assistant Dose (vous aider à prendre des décisions).
  - Obtention de la première suggestion de dose et de la dose initiale à vous injecter au cours des premiers jours d'utilisation.
  - Utilisation normale de l'Assistant Dose et horaire habituel d'injection de la dose.
  - Ce que ne fait pas l'Assistant Dose (remplacer les conseils d'un médecin).
  - Situations que l'Assistant Dose ne peut pas prendre en compte.
  - Que faire si l'Assistant Dose ne peut pas faire de suggestion de dose.
- 7 Dans quels cas contacter votre médecin pour lui demander conseil**
- Conseil d'ordre général : si vous n'êtes pas sûr de la dose que vous devez vous injecter, contactez votre médecin. N'attendez pas que MyStar DoseCoach® vous indique de prendre contact avec votre médecin.

## Utilisation de votre Lecteur de Glycémie

### Ce que vous devez faire si vos mesures de glycémie sont basses ou élevées :



- 1 Si vous présentez des mesures de glycémie inférieures à 70 mg/dL ou supérieures à 240 mg/dL et si vous présentez des symptômes d'hypoglycémie (hypo) ou d'hyperglycémie (hyper), suivez le programme de traitement recommandé par votre médecin ou contactez-le immédiatement.
- 2 Si vous ne présentez aucun symptôme d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie, mesurez de nouveau votre glycémie, en suivant scrupuleusement les instructions du guide utilisateur.
  - Si vous présentez des symptômes d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie, ou si vous continuez à obtenir des mesures de glycémie inférieures à 70 mg/dL ou supérieures à 240 mg/dL, suivez le programme de traitement recommandé par votre médecin ou contactez-le immédiatement.
- 3 Si vous présentez des symptômes d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie qui ne sont pas cohérents avec vos mesures de glycémie, suivez le

programme de traitement recommandé par votre médecin ou contactez-le immédiatement.



**Les symptômes d'hypoglycémie les plus fréquents sont :** palpitations, transpiration, faim, vertiges, picotements, vision trouble, difficulté à réfléchir, évanouissement, anxiété. Ces symptômes peuvent varier et vous pouvez en présenter d'autres. Consultez votre professionnel de santé pour plus de détails.

### Qu'est-ce que la glycémie à jeun et pourquoi est-ce important ?

- Vos résultats de glycémie à jeun sont utilisés pour décider si votre dose d'insuline doit être augmentée ou diminuée.
- Vous devez marquer vos résultats avec l'indicateur correspondant lorsqu'ils ont été mesurés à jeun. Signaler dans MyStar DoseCoach® les mesures de glycémie qui ont été réalisées « à jeun » est important pour la fonction Assistant Dose.



**Glycémie à jeun :** elle est mesurée au réveil et avant le petit déjeuner, alors que vous n'avez pas mangé ni bu de boisson contenant du sucre/glucose depuis au moins 8 heures.

### Comment marquer un résultat de glycémie.



- 1 Lorsque vous avez mesuré votre glycémie et que le résultat s'affiche, la liste des indicateurs de glycémie possibles apparaîtra.
- 2 Sélectionnez l'indicateur de glycémie approprié en utilisant les boutons de navigation vers le haut ou vers le bas et appuyez sur « enregistrer ».
- 3 Vous ne pouvez marquer un résultat de glycémie comme étant à jeun que pendant un intervalle de 6 heures (3 heures précédant ou suivant votre horaire habituel de glycémie à jeun). Si vous mesurez votre glycémie à jeun en dehors de cet intervalle de 6 heures, l'indicateur de glycémie à jeun ne sera pas disponible et il sera grisé.

## Principes généraux de l'Assistant Dose

### L'Assistant Dose fonctionne si :

- Vous mesurez votre glycémie à jeun tous les jours.
- Vous utilisez l'Assistant Dose et enregistrez la dose d'insuline glargine que vous vous injectez chaque jour.

### Vos doses d'insuline doivent être enregistrées afin de pouvoir être utilisées par l'Assistant Dose.

- Enregistrez chaque dose d'insuline que vous vous injectez, qu'elle soit suggérée par l'Assistant Dose ou non.
- Si vous n'avez pas enregistré vos doses, l'Assistant Dose pourrait ne pas vous suggérer une dose ou celle-ci pourrait être incorrecte.
- Si vous vous êtes injecté une ou plusieurs doses d'insuline la veille et que vous ne les avez pas enregistrées dans l'Assistant Dose, vous pourrez la ou les saisir lors de votre prochaine utilisation de l'Assistant Dose.

### Activez toujours l'Assistant Dose avant de vous injecter une dose.

- Utilisez l'Assistant Dose pour enregistrer toutes les doses que vous vous injectez.

### L'Assistant Dose a besoin d'un minimum de trois jours d'enregistrement des doses et des résultats de glycémie à jeun pour suggérer une dose d'insuline.

- Lorsque vous utilisez l'Assistant Dose pour la première fois, vous devrez enregistrer vos doses d'insuline et vos mesures de glycémie à jeun pendant au moins trois jours avant qu'il puisse commencer à vous suggérer des doses.
- L'Assistant Dose vous dira si vous avez besoin de saisir d'autres données.

### >> Voir Section 4 de votre guide utilisateur pour plus d'informations.

### Que faire si vous ne pouvez pas obtenir de suggestion de dose

- L'Assistant Dose ne pourra peut-être pas toujours faire des suggestions de dose s'il ne dispose pas d'informations suffisantes.
- A moins que l'Assistant Dose ne soit désactivé, vous pourrez obtenir des suggestions de dose une fois que vous aurez enregistré suffisamment d'informations. L'Assistant Dose vous dira quoi faire pour obtenir suffisamment d'informations.
- Vous devrez enregistrer vos doses (dans l'Assistant Dose) et mesurer votre glycémie à jeun pendant au moins trois jours avant que l'Assistant Dose ne puisse à nouveau commencer à vous suggérer des doses.

### >> Voir Section 4 de votre guide utilisateur pour plus d'informations.

### Vous décidez de la dose à vous injecter.

- L'Assistant Dose vous servira de guide. Il vous suggère une dose. Il n'est pas conçu pour remplacer votre jugement ni les conseils donnés par votre médecin. Vous devez décider de la dose finale à vous injecter.
- En effet, vous connaissez mieux votre situation que l'Assistant Dose ; par exemple, si vous vous sentez malade, si vous envisagez de voyager ou de faire une activité inhabituelle, si votre médecin vous a donné des instructions spécifiques, etc.
- Votre médecin devra vous expliquer dans quels cas vous devrez vous injecter une dose d'insuline différente, ainsi que les autres mesures à prendre dans ces cas-là.



**Si vous ne savez pas quelle dose vous injecter, demandez conseil à votre médecin.**

## Utilisation de l'Assistant Dose

### Que faire si vous changez soudainement vos habitudes ou que vous êtes malade.

L'Assistant Dose ajuste votre dose de façon régulière. Il ne peut pas toujours anticiper les changements significatifs ou soudains de votre glycémie qui peuvent survenir

notamment lorsque vous êtes malade, que vous modifiez votre régime alimentaire, que vous voyagez ou êtes en vacances.

- Contactez votre médecin pour connaître ses instructions et savoir ce que vous devez faire les jours de maladie, en cas de changement de régime alimentaire ou activité physique, voyage ou vacances etc.

## Aide pour l'utilisation de MyStar DoseCoach®

### Si vous avez besoin d'aide pour utiliser MyStar DoseCoach®

>> Voir Section 9 dans votre guide utilisateur pour les questions et réponses sur le Lecteur de Glycémie.

>> Voir Section 10 dans votre guide utilisateur pour les questions et réponses sur l'Assistant Dose.

Contactez le service client au :

**0 800 10 52 53** Service & appel gratuits

24h/24 - 7j/7

### Si MyStar DoseCoach® ne fonctionne pas normalement

Contactez le service client au :

**0 800 10 52 53** Service & appel gratuits

24h/24 - 7j/7

### Si vous avez des questions concernant votre traitement

Contactez votre médecin au :



**Fabricant :**  
AgaMatrix, Inc.  
7C Raymond Avenue  
Salem, NH 03079  
Etats-Unis



**SANOFI**

**Distributeur :**  
Sanofi-aventis France  
82 avenue Raspail  
94250 Gentilly  
France



MDSS GmbH  
Schiffgraben 41  
30175 Hannover  
Allemagne

©2016 Sanofi  
Micrologiciel du lecteur ©2016 AgaMatrix, Inc. Tous droits réservés. Toutes les marques et copyrights sont la propriété de leurs détenteurs respectifs. Pour toute information concernant les brevets, consultez le site [www.agamatrix.com/patents](http://www.agamatrix.com/patents).

Ce dispositif médical a obtenu le marquage CE en 2015

Date de révision : Mai 2016