Need Help?

For more information, go to www.diabetes.ascensia.com

Your meter is preset and locked to display results in mmol/L. If your result is in mg/dL, contact Customer Service.

Imported and Distributed by: Ascensia Diabetes Care UK Ltd	Imported and Distributed by: Ascensia Diabetes Care Ireland Ltd
Ascensia House	10 Earlsfort Terrace
Albert Road	Dublin 2
Newbury, Berkshire	D02 T380
RG14 1DL UK	Ireland
Ascensia Diabetes Support	Ascensia Diabetes Support
0345 600 6030 – UK	1 800 920 111 – IE

For in vitro diagnostic use.

Ascensia, the Ascensia Diabetes Care logo, Contour, Microlet, the o Coding logo. Second-Chance, the Second-Chance sampling logo Smartcolour, and Smartlight are trademarks and/or registered trademarks of Ascensia Diabetes Care Holdings AG.

Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc. The **Bluetooth®** word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc., and any use of such marks by Ascensia Diabetes Care s under license

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC. All other trademarks are properties of their respective owners. No elationship or endorsement should be inferred or implied.



EC REP Ascensia Diabetes Care Italy S.r.I. Via Varesina, 162 20156 Milano, Italy



© 2024 Ascensia Diabetes Care Holdings AG. All rights reserved

PAP

2797

Rev 04/24

blood glucose test strips

QUICK REFERENCE GUIDE

next»

NO CODING (KÓÐUN ÓÞÖRF)

otar eingöngu

STUTTUR LEIÐARVÍSIR

Contour

Virkar með ókeypis CONTOUR®DIABETES-forritinu.

Farðu á www.diabetes.ascensia.com/registration

til að athuga hvort hægt sé að skrá mælinn á netinu

ontour nex

Þarftu aðstoð?

Nánari upplýsingar má finna á www.diabetes.ascensia.com

Mælirinn er forstilltur og læstur til að birta niðurstöður í mmól/l. Hafðu samband við þjónustuver ef niðurstöðurnar eru í mg/dl.

Innflutt af:

Ascensia Diabetes Care Denmark ApS

Amager Strandvej 390, 1

diabetesdk@ascensia.com

≙€

2797

90012674

Rev. 04/24

DK-2770 Kastrup

+45 42 82 80 00

Kundeservice

reitt at:	
epharma	
yngháls 13,	
10 Reykjavík	
land	
el +354 540 8000	
pið frá 8-16	
etfang:	

icepharma@icepharma.is

Til greiningar in vitro.

Ascensia, myndmerki Ascensia Diabetes Care, Contour, Microlet, myndmerki No Coding, Second-Chance, myndmerki Second-Chanc ýnatöku, Smartcolour og Smartlight eru vörumerki og/eða skráð vörumerki Ascensia Diabetes Care Holdings AG.

Apple og Apple myndmerkið eru vörumerki Apple Inc., skráð í Bandaríkiunum og öðrum löndum. App Store er biónustumerki Apple Inc. Bluetooth® orðmerkið og myndmerkin eru skráð vörumerki í eigu Bluetooth SIG, Inc. og öll notkun Ascensia Diabetes Care á slíkum merkjum fer fram á grundvelli leyfisveitinga

Google Play og merki Google Play eru vörumerki Google LLC. Öll önnur vörumerki eru eign viðkomandi eigenda. Fkki skal álvktað um nein tengsl eða meðmæli, né þau gefin til kynna.



EC REP Ascensia Diabetes Care Italy S.r.I. Via Varesina 162 20156 Milano, Italy



© 2024 Ascensia Diabetes Care Holdings AG Allur réttur áskilinn.



CONTOUR NEXT-mælirinn þinn



viðmiðunargildi mælisins eru fyrirfram stillt við afhendingu. Þú getur breytt þessum eiginleikum í stillingum.

ATHUGIÐ: CONTOUR NEXT-mælirinn virkar aðeins með CONTOUR NEXTblóðsykursstrimlum og CONTOUR NEXTstaðallausn.

Lestu CONTOUR NEXTnotendahandbókina til að fá upplýsingar um fyrirhugaða notkun mælisins og lista yfir mikilvægar öryggisupplýsingar, viðvaranir, takmarkanir og varúðarráðstafanir.

Turn the Meter On and Off

- Press and hold the **OK** button for about 3 seconds until your meter turns On or Off.
- Inserting a test strip into the meter will also turn the meter On.
- Press OK twice when the meter is Off to turn On the white test strip port light.

Home Screen

Button

Strip Port

Test

- Sample Tip: Blood

sample pulled in here

The Home screen 10:45 12,4 has 2 options: Logbook and Settings.

- Press the button until the option you want is blinking
- · To see your past readings and Averages press the **OK** button while **Logbook** is blinking. See Logbook and View Averages.
- To change your Settings, press the OK button when Settings is blinking. See Settings.

For a table of symbols, see *Your Meter* Display on the second side.

NOTE: When a symbol is blinking, you can select it.

Fingertip Testing

II Refer to your lancing device insert for detailed instructions on preparing the lancing device.

WARNING

- otential Biohazard Always wash your hands with soar
- lancing device, or test strips. All blood glucose measuring system are considered biohazardous. Healt care professionals or persons using
 - this system on multiple patients should follow the infection control
- nust not be used on more than one person due to the risk of infection.

mall Parts

- Keep out of reach of children. This kit
 - Keep batteries away from children Many types of batteries are poisonous poison control centre.

Mæling úr fingurgómi

• Haltu hnappinum **OK** (í lagi) inni í u.þ.b. 3 sekúndur þar til mælirinn kveikir eða stungupennanum.

- Einnig er hægt að kveikja á honum með því að setja blóðsykursstrimil í mælinn.
- Ýttu tvisvar á **OK** (í lagi) þegar slökkt er á mælinum til að kveikja á hvíta ljósinu við strimlaraufina.

leimaskjár

slekkur á sér.

Heimaskjárinn er með 10:45 12.4 tvo valmöguleika: Skráningarbók og Stillingar.

Kveikt og slökkt á mælinum

- Ýttu á ▼ hnappinn bar til valkosturinn sem þú vilt blikkar.
- Til að sjá fyrri mælingar og meðaltöl skaltu ýta á **OK**-hnappinn á meðan Skráningarbók blikkar. Sjá
- Skráningarbók og Meðaltöl skoðuð. • Til að breyta stillingunum þínum skaltu ýta á OK-hnappinn þegar Stillingar (blikkar.) Sjá Stillingar.
- Skoðaðu töflu yfir tákn í Skjár mælisins á hinni hliðinni.

ATHUGIÐ: Þegar tákn blikkar getur þú valið það.

á fleiri en einn einstakling vegna máhlutir inniheldur smáhluti sem gætu valdið

mitast með blóði

Geymdu rafhlöðurnar þar sem börn ná ekki til. Margar gerðir af rafhlöður eru eitraðar. Ef rafhlöður eru gleyptar skal tafarlaust hafa samband við



and after testing or handling the meter

The lancing device provided is intende

suffocation if accidentally swallowed. If swallowed, immediately contact your

💷 Nánari leiðbeiningar um hvernig á að undirbúa stungupennann fylgja með

VIÐVÖRUN

ugsanleg lífsýnahætta Ávallt skal þvo hendur vandlega með sápu og vatni og þurrka þær fyrir og eftir mælingu <u>eða meðhöndlun á mæ</u> stungupenna eða blóðsykursstrimlur Allir blóðsykursmælar geta valdið og einstaklingar sem nota olóðsykursmælinn fyrir marga sjúkling skulu fylgja samþykktum reglum um

Stungupenninn sem fylgir með inkanotkunar. Ekki má nota hanr

- **1.** Prepare the lancing device. Refer to your lancing device insert for detailed instructions.
- 2. Insert the grey square end of a new test strip firmly into the test strip port until the meter beeps



The meter turns On and displays the **Apply Blood** screen. The meter is now ready to test a blood drop.

- **3.** Use your lancing device to get a drop of blood from your fingertip
- 4. Stroke your hand and finger toward the puncture site to form a drop of blood.
- 5. Immediately touch the tip of the test strip to the drop of blood.

Second-Chance samplin

If the meter beeps twice and the screen displays a blinking blood drop with a plus sign, the test strip does not have enough blood.

Do not remove the strip. You have 60 seconds to apply more blood to the same test strip.

Meal Markers

When Meal Markers are On, you can mark readings as Fasting 🚫, Before Meal 🖤, or After Meal T. See Turn Meal Markers On.

smartLIGHT target range indicato

The meter displays your result with the units, time, date, and target indicator:





The test strip port light displays a colour that indicates if your reading is above, in, or below your personal Target Range.

Logbook

00:60

+6

00:60

+

- 1. To turn on your meter, press and hold the OK button for 3 seconds. The Logbook is blinking.
- 2. To view your **Logbook** entries, press the **OK** button to enter the Logbook.

10:45 12.4

- 3. To scroll through the Logbook, press the ▲ or ▼ button. To scroll guickly through entries, press and hold the \blacktriangle or \triangledown button.
- 4. To exit the **Logbook** and return to the **Home** screen at any time, press the OK button.

View Averages

- 1. To enter the Logbook from the Home screen, press the **OK** button while the Logbook III is blinking.
- 2. To view your Averages, press the ▲ button from the *first* Logbook screen.



4. To return to your readings, press the 🔻 button on the 7 d Avg

(7-day Average).



5. To exit Averages and return to the Home screen at any time, press the OK button.

7-day

Settings

You can change the settings for:

- Date: Change format and date.
- Time: Change format and time.
- Meal Markers 🕅 🖤 🎽 Turn Meal Markers On or Off.
- Bluetooth wireless technology X: Turn Bluetooth wireless functionality On or Off.
- smartLIGHT feature 👾 : Turn smartLIGHT feature On or Off. See smartLIGHT target range indicator.

- 1. Undirbúðu stungupennann. Nánari leiðbeiningar eru í fylgiseðli með stungupennanum.
- 2. Settu gráa, ferkantaða endann á nýjum blóðsykursstrimli þétt inn í strimlaraufina, þar til mælirinn pípir.



Mælirinn kveikir á sér og sýnir skiámvndina Setia blóðdropa á. Mælirinn er nú tilbúinn til að mæla blóðdropa.

- 3. Notaðu stungupennann til að fá blóðdropa úr fingurgóminum.
- 4. Strjúktu hendinni og fingrinum í átt að stungustaðnum til að fá fram blóðdropa.
- 5. Berðu enda blóðsykursstrimilsins strax að blóðdropanum.



Ef mælirinn gefur frá sér hljóðmerki tvisvar og skiárinn sýnir blikkandi blóðdropa með plúsmerki er ekki nóg blóð á strimlinum.

Ekki fjarlægja strimilinn. Þú hefur 60 sekúndur til að setja meira blóð á sama strimilinn.

Máltíðamerkingar

Þegar kveikt er á máltíðamerkingum er hægt að merkja mælingar sem Fastandi 🕅. Fyrir máltíð 🖤, eða Eftir máltíð 🎽. Sjá Kveikt á máltíðamerkingum.

smartLIGHT-snjallljós fyrir viðmiðunargildi

Mælirinn sýnir niðurstöðuna þína með einingum, tíma, dagsetningu og markvísi:



Strimlaraufarljósið sýnir lit sem gefur til kynna hvort mælingin þín er yfir, innan eða undir þínu einstaklingsbundna viðmiðunargildi.



1. Til að kveikja á





- 2. Til að skoða færslur í Skráningarbókinni skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi) til að opna skráningarbókina.
- 3. Ýttu á hnappinn ▲ eða hnappinn ▼ til að fletta í gegnum skráningarbókina. Til að fletta hratt í gegnum færslur skaltu halda hnappinum 🛦 eða 🔻 inni.
- 4. Til að fara úr Skráningarbókinni og fara aftur á Heimaskjáinn skaltu ýta á hnappinn OK (í lagi).

Meðaltöl skoðuð

- 1. Til að fara í skráningarbókina úr heimaskjánum, skaltu ýta á hnappinn OK (í lagi) meðan táknið skráningarbók 🎹 blikkar.
- 2. Til að skoða meðaltölin þín skaltu ýta á ▲ hnappinn á *fyrsta* skjá skráningarbókarinnar.

3. Til að fletta gegnum 7, 14, 30, og 90 daga meðaltöl skaltu ýta á hnappinn ▲. 4. Til að fara aftur í niðurstöður skaltu

ýta á hnappinn 🔻

á 7 d Avg (7 daga



7 daga

 Til að loka meðaltölum og fara til baka í heimaskjá hvenær sem er skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi).

Stillingar

meðaltal).

Þú getur breytt stillingum fyrir:

- **Dagsetningu**: Breyta sniði og dagsetningu
- Tíma: Breyta sniði og tíma.
- Máltíðamerkingar 🚫 🖤 🎽: Kveikja eða slökkva á máltíðamerkingum.
- Bluetooth, þráðlausa tækni 🕏: Kveikja eða slökkva á þráðlausum Bluetooth-eiginleika
- smartLIGHT-snjallljós eiginleika 👾 : Kveikja eða slökkva á smartLIGHT-eiginleikanum. Sjá smartLIGHT-snjallljós fyrir viðmiðunargildi.



4

🔟 blikkar.

10:45 12.4 mælinum skaltu

- Target Ranges @ : View and change Target Ranges.
- Sound (): Turn Sound On or Off.
- **Reminder** (): Turn the Reminder feature On or Off.

NOTE: To change the meter time and date see the user guide.

To change meter settings:

- 1. To highlight the **Settings** symbol 🌞 from the **Home** screen, press the ▼ button.
- 2. When the Settings symbol is blinking, press the **OK** button to
- enter Settings.
- 10:45 12.4



Settings continued on second side 📥

- Viðmiðunargildi @: Skoða og breyta viðmiðunargildum.
- • Áminningu 🕑: Kveikja eða slökkva á áminningareiginleikanum.
- ATHUGIÐ: Sjá leiðbeiningar í notendahandbók til að breyta tíma og dagsetningu mælisins.

Til að breyta stillingum mælis:

- 1. Til að auðkenna stillingatáknið 🏹 á heimaskjánum skaltu ýta á hnappinn 🔻 2. Þegar
- stillingatáknið blikkar, skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi) til að opna stillingar.

iu yla a	ппарріп	•
10:45	12 4	
0.0		
0		
ш		

Stillingar, framhald á næstu hlið 📥

Settings (continued)

- 3. To scroll through 10:45 12.4 Settings options as shown in the image, press the ▲ or ▼ button until Ö **€**@ the symbol you
- want is blinking.
- 4. Press the **OK** button to select the blinking symbol.
- **5.** To edit a Setting, press the \blacktriangle or \checkmark button. You can turn the Setting On or Off, or change the value.
- 6. To accept the change and return to the Home screen, press the OK button.

To exit from Settings and return to Home:

0

- **1.** Press the \blacktriangle or \blacktriangledown button until the **Settinas** symbol 🌞 is blinking.
- 2. Press the OK button.

If you are in a Setting such as Date and you need to exit, press the OK button repeatedly until you get back to the Home screen.



WARNING

fore setting any **Target Ranges** in ur meter or in compatible Ascensia abetes Care software.

If Meal Markers are Off, you can set only 1 Target Range. To set Before Meal and After Meal Target Ranges, see the CONTOUR NEXT user guide.

- 1. To highlight the **Settings** symbol **‡** from the **Home** screen, press the **▼** button.
- 2. When the **Settings** symbol **‡** is blinking, press the **OK** button to enter **Settings**.
- 3. To scroll to the Target Range symbol of, press the \blacktriangle or \checkmark button. When the symbol is blinking, press the **OK** button.
- 4. To set the blinking Overall Low Target, press the \blacktriangle or \checkmark button, then press the OK button.





Ö.

3.9 -



Marker symbols are blinking, press the **OK** button.

5. To set the blinking

Target, press the

Overall High

▲ or ▼ button,

then press the

5. Press the ▲ or ▼ button until On is blinking, then press the OK button. NOTE: With Meal Markers On, you can set Before Meal and After Meal Target Ranges (see the CONTOUR NEXT user guide). You can also set a Reminder.

Turn Reminder Feature On

When Meal Markers are On, you can set a **Reminder** to test your blood glucose after you mark a reading as Before Meal. If Meal Markers are Off, see Turn Meal Markers On in this guide.

- 1. To highlight the Settings symbol 🌞 from the **Home** screen, press the **▼** button.
- 2. When the Settings symbol 🌞 is blinking, press the OK button to enter Settings.
- **3.** To scroll to the **Reminder** symbol (), press the \blacktriangle or \checkmark button.
- 4. When the Reminder symbol 🕑 is blinking, press the **OK** button.

5. Press the
or button until On is blinking, then press the OK button.



Select a Meal Marker During a Blood Glucose Test

Meal Marker	S
🕺 Fasting	Ľ
Before Meal	>

NOTE: You must do a blood glucose test before you can select a Meal Marker. You cannot select a Meal Marker in Settings.

- **1.** Test your blood glucose. See *Fingertip* Testing in this guide.
- 2. Do not remove the test strip until you select a Meal Marker

A Meal Marker blinks on the blood glucose

- result screen. 3. If the blinking Meal Marker is the one you want, press the OK button. To select a different Meal Marker, press the ▲ or ▼ button.
- 4. When the Meal Marker you want is blinking, press the **OK** button.

10:45

12. 4

0

Stillingar (framhald)

Til að fletta í gegnum stillingarvalkostina sem sjá má á myndinni skaltu ýta á hnappinn ▲ eða ▼ bar til

€®® táknið sem þú vilt

velja blikkar.

- 4. Ýttu á hnappinn OK (í lagi) til að velja blikkandi táknið.
- 5. Til að breyta stillingu skal ýta á hnappinn ▲ eða ▼.
- Þú getur kveikt eða slökkt á stillingunni eða breytt gildinu.
- 6. Til að samþykkja breytinguna og fara aftur í skjámyndina Heimaskjár skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi).

Til að loka stillingum og fara aftur í heimaskjá:

- Ýttu á hnappinn ▲ eða ▼ bar til **stillingatáknið** blikkar.
- 2. Ýttu á hnappinn OK (í lagi).

Ef þú ert t.d. í dagsetningarstillingu og vilt loka henni skaltu ýta endurtekið á OK-hnappinn þar til þú kemur aftur á heimaskjáinn.

Stilling heildarviðmiðunargilda VIÐVÖRUN

barft að ráðfæra þig við fsmann áður en bú stillir **miðunargildi** á mælinum eða í samhæfu ensia Diabetes Care-hugbúnaði.

10

Ef slökkt er á máltíðamerkingum er aðeins hægt að stilla 1 viðmiðunargildi. Til að stilla viðmiðunargildi fyrir máltíð og eftir máltíð skal skoða leiðbeiningarnar í notendahandbók CONTOUR NEXT-mælisins.

- 1. Til að auðkenna stillingatáknið 🛱 á heimaskjánum skaltu ýta á hnappinn ▼.
- 2. Þegar stillingatáknið 🌞 blikkar skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi) til að opna stillingar.
- 3. Til að fletta að tákninu viðmiðunargildi 💣 skaltu ýta á hnappinn ▲ eða ▼. Þegar táknið blikkar skaltu ýta á OK-hnappinn.
- 4. Til að stilla blikkandi lágt heildarviðmiðunargildi skaltu ýta á hnappinn 🔺 eða ▼ og svo á **OK**-hnappinn.





11

5. Til að stilla blikkandi hátt heildarviðmiðunargildi skaltu ýta á hnappinn ▲ eða ▼ og svo á **OK-**hnappinn.

Kveikt á máltíðamerkingum

- 1. Til að auðkenna stillingatáknið 🛱 á heimaskjánum skaltu ýta á hnappinn ▼.
- 2. Þegar stillingatáknið blikkar skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi) til að opna stillingar.

3. Til að fletta að táknunum Máltíðamerkingar

- skaltu ýta á hnappinn 🛦 eða 🛡.
- 4. Þegar táknin fyrir máltíðamerkingum blikka skaltu ýta
- Ýttu á hnappinn ▲ eða ▼ þar til On (kveikt)



ATHUGIÐ: Þegar kveikt er á máltíðamerkingum er hægt að stilla viðmiðunargildin fyrir máltíð og eftir máltíð (sjá leiðbeiningarnar i notendahandbók CONTOUR NEXT-mælisins). Þú getur líka stillt áminningu.

12

Kveikt á áminningareiginleika

Þegar kveikt er á máltíðamerkingu getur þú stillt áminningu um að mæla blóðsykurinn eftir að þú hefur merkt mælingu sem fyrir máltíð. Ef slökkt er á máltíðamerkingu skal skoða kaflann Kveikt á máltíðamerkingum í bessari handbók

- 1. Til að auðkenna stillingatáknið 🛱 á heimaskjánum skaltu ýta á hnappinn ▼.
- 2. Þegar stillingatáknið 🛱 blikkar skaltu ýta á hnappinn **OK** (í lagi) til að opna stillingar
- 3. Til að fletta að tákninu áminning 🕑 skaltu ýta á hnappinn ▲ eða ▼.
- 4. Þegar áminningartáknið 🕥 blikkar skaltu ýta á OK-hnappinn.
- 5. Ýttu á hnappinn 🔺 eða 🔻 þar til On (kveikt) blikkar og ýttu svo á OK-hnappinn.



Máltíðamerking valin meðan á blóðsykursmælingu stendur

Tákn fyrir málti	ða
🖄 Fastandi	Ĭ
🍎 Fyrir máltíð	×

ATHUGIÐ: Þú verður að framkvæma blóðsykursmælingu áður en þú getur valið máltíðamerkingu. Ekki er hægt að velja máltíðamerkingu í stillingum.

- 1. Mældu blóðsykurinn. Sjá Mæling úr fingurgómi í þessum leiðarvísi.
- 2. Ekki fjarlægja strimilinn fyrr en búið er að velja máltíðamerkingu. Máltíðamerking blikkar á niðurstöðuskjámynd blóðsykursmælingarinnar:
- 3. Ef blikkandi máltíðamerkingin er sú sem þú vilt skaltu ýta á **OK**-hnappinn. Til að velja aðra máltíðamerkingu skaltu
- ýta á hnappinn ▲ eða ▼. 4. Þegar máltíðamerkingin sem þú vilt nota blikkar, skaltu ýta á **OK**-hnappinn.

10:45 12.4

39 - 10

Ŭ **€**@

- Ö



á **OK**-hnappinn.

blikkar og ýttu svo á OK-hnappinn.



mbols After Meal o Mark





NOTE: If you do not select a Meal Marker

within 3 minutes, the meter turns Off. Your

I. Make sure the **Reminder** () feature is On

2. Mark a blood glucose reading as a Before

Meal reading, then press the OK button.

blood glucose reading is stored in the

Logbook without a Meal Marker.

Set a Reminder

in Settings.

3. To scroll from

2 hours to

button.

0.5 hours by

half-hour intervals,

4. To set the **Reminder**, press the

press the **A** or

LO Results



12 4

Follow medical advice immediately. Contact your health care professional.

HI Results

If the meter beeps once and displays the HI screen, your blood glucose reading is over 33.3 mmol/L.	10:45	- -

1. Wash and dry your hands well. 2. Retest with a new strip.

If results are still over 33.3 mmol/L,

follow medical advice immediately.

To turn the meter Off, remove the test strip.

WARNING

- Always dispose of used test strips and lancets as medical waste or as advise by your health care professional.
- Health care professionals should follow the biohazard disposal requirements for their facility.

15

12 4

12.4

Π

Your Meter Display

	-		
Symbol	What It Means	Symbol	What It Means
Ш	Your Logbook	**	Fasting marker; used when testing after fasting (no
₩.	Meter Settings	\bigtriangledown	except water or non-caloric beverages)
-``#	smartLIGHT target range indicator (Yellow=Above Target; Green=In Target; Red=Below Target)	Ŭ	Before Meal marker; used when testing within 1 hour before a meal
Ø	A Target Range or Target Range setting	Ĭ	After Meal marker; used when testing within 2 hours after the first bite of a meal
	Blood glucose test result is above Target Range	×	No Meal marker selected
\checkmark	Blood glucose test result is in Target Range		Reminder feature
♥	Blood glucose test result is below Target Range	•)	Sound feature

erkingar ftir máltíð

igin merkir



innan þriggja mínútna slekkur mælirinn á sér. Blóðsykursmælingin þín er vistuð í skráningarbókinni án máltíðamerkingar.

14

Stilla áminningu

í hálftíma skrefum

skaltu ýta á

- eiginleikanum áminning 🕑 í stillingum.
- máltíð og ýttu svo á hnappinn OK (í lagi)
- 3. Til að fletta frá 2 klukkustundum í 0,5 klukkustundir



4. Til að stilla áminningu skaltu ýta á **OK**-hnappinn.

Skjárinn fer til baka í aflesturinn fyrir máltíð. Áminningartáknið 🛈 birtist til að staðfesta að áminningin sé stillt.







10:45 sér hljóðmerki tvisvar og birtir skjámyndina LO (lágt) er blóðsykur þinn undir 0,6 mmól/l.

Fylgdu ráðleggingum læknis tafarlaust. Hafðu samband við heilbrigðisstarfsmann.

HI (háar) niðurstöðu

Ef mælirinn gefur 10:45 frá sér hljóðmerki einu sinni og birtir skjámyndina HI (hátt) er blóðsykur þinn yfir 33.3 mmól/l.

- 1. Þvoðu og þurrkaðu hendur þínar vel.
- Mældu aftur með nýjum strimli.
- Ef niðurstöðurnar eru enn hærri en

33,3 mmól/l skaltu fylgja ráðleggingum læknis tafarlaust.

Fjarlægðu strimilinn til að slökkva á mælinum.

VIÐVÖRUN

- Fargaðu ávallt notuðum strimlum og blóðhnífum sem sóttmenguðum úrgangi eða samkvæmt ráðleggingu heilbrigðisstarfsmanns.
- Heilbrigðisstarfsfólk skal fylgja reglu nættulegra lífsýna.

16





Tákn	Merking
Ď	Máltíðamerkingin Fastandi ; notuð þegar blóðsykur er mældur eftir að hafa fastað (ef þú hefur hvorki borðað né drukkið neitt nema vatn eða sykurlausa drykki síðustu 8 klukkustundir)
Ť	Máltíðamerkingin fyrir máltíð ; notuð þegar blóðsykur er mældur minna en einni klukkustund fyrir máltíð
Ĭ	Máltíðamerkingin eftir máltíð ; notuð þegar blóðsykur er mældur innan 2 klukkustunda eftir fyrsta bita máltíðar
×	Engin máltíðamerking valin
\bigcirc	Áminningareiginleiki
)	Hljóðeiginleiki

17

CONTOUR DIABETES-forritið gerir kleift að flytja niðurstöður úr mælinum yfir í samhæfan snjallsíma eða spjaldtölvu. Leiðbeiningar og upplýsingar um eiginleika má finna í notendahandbók mælisins.

14

ATHUGIÐ: Ef þú velur ekki máltíðamerkingu









Symbol	What It Means		
*	Indicates the Bluetooth wireless setting is On; the meter can communicate with a mobile device		
Ε	Indicates a meter error		
	Batteries are low and need to be changed		
ld Avg	7-, 14-, 30-, and 90-day averages		
П	Total number of blood glucose readings used to calculate averages		
	Control solution test result		
+ 🌢	Add more blood to same test strip		

The CONTOUR DIABETES app allows you to transfer results from your meter to your compatible smartphone or tablet. See the meter user guide for instructions and features.

		-	
1	1	C	2
		E	3
-			

Tákn	Merking		
*	Merkir að kveikt er á þráðlausri Bluetooth- stillingu; mælirinn getur haft samskipti við fartæki		
Ε	Gefur til kynna villu í mæli		
a	Lítil hleðsla er á rafhlöðum og þarf að skipta um þær		
ld Avg	7-, 14-, 30- og 90 daga meðaltöl		
Π	Heildarfjöldi blóðsykursmælinga sem notaður er til að reikna meðaltöl		
	Niðurstaða mælingar með staðallausn		
+ 🌢	Settu meira blóð á sama blóðsykursstrimilinn		