

Fichier d'aide pour appli mobile

Table des matières

Introduction

- Appli Mobile OneTouch Reveal®
- Dispositifs pris en charge et exigences système
- Mention légale d'Android
- Marque déposée **Bluetooth®**
- Utilisation prévue

Chapitre 1 : Pour commencer

- Installation de l'appli
- Mise à jour de l'application
- Inscription pour un compte OneTouch Reveal®
- Inscription pour vous-même
- Inscription en tant que tuteur pour une personne à charge
- Connexion en tant que tuteur pour une personne à charge
- Quand votre personne à charge atteint l'âge de 18 ans
- Suppression de votre compte OneTouch Reveal®
- Pour désinstaller l'application
- Cybersécurité
- Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile
- Supprimez votre lecteur de l'appli

Chapitre 2 : Aperçu de l'appli

- Symboles et icônes utilisés dans l'appli
- Menu Plus
- Synchronisez les mesures de votre lecteur avec l'appli.
- Synchronisation en arrière-plan
- Changement de date/d'heure sur le dispositif mobile
- Alertes de réglage du lecteur et de l'application
- Synchronisation des données
- Sortie de l'appli mobile OneTouch Reveal®

Chapitre 3 : Barre de navigation

- Accueil
- Utilisez la fonction de partage.
- Journal
- Dernier résultat
- Tendances
- Moyennes

Chapitre 4 : Journal

- Journal
- Affichage des données
- Ajout de repères de repas à vos résultats
- Ajout de repères d'événement à vos résultats
- Ajout de remarques à vos résultats

- Ajout d'événements
- Ajouter des glucides
- Ajouter de l'insuline
- Types d'insuline
- Ajouter une activité
- Ajouter un résultat (ajout manuel d'un résultat de glycémie)
- Afficher et ajouter des détails pour chaque journée
- Affichage des tendances du journal
- Affichage de la légende du journal

Chapitre 5 : Objectifs

- Options d'objectifs
- Suivi des progrès par rapport aux objectifs

Chapitre 6 : Tendances

- Détection des tendances
- Affichage des détails des tendances
- Tendances récurrentes
- Fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar MentorMC)
- Réception des messages de tendances

Chapitre 7 : Moyennes

- Moyennes
- Utilisation des moyennes avec marquages de repas par un repère
- Comparateur HbA1c
- Utilisation du comparateur HbA1c

Chapitre 8 : Votre Insulin MentorMC

- OneTouch Reveal® Tutoriel d'utilisation rapide
- Utilisation de la fonctionnalité Insulin MentorMC
- Fonctionnalité Insulin MentorMC : Foire aux questions
- Terminologie de la fonctionnalité Insulin MentorMC
- Réglages d'Insulin MentorMC

Chapitre 9 : Carbs MentorMC

- Fonction Carbs MentorMC

Chapitre 10 : Menu Plus

- Menu Plus
- Mes réglages
 - Mes réglages
- Mes lecteurs
- Mes rappels
 - Mes rappels
 - Rappels
 - Ajout d'un rappel
 - Suppression de rappels
 - Réception des rappels

- Rappels automatiques
- Mon compte
- Connexions
 - Connexions
 - Applis
- Aide
- Communiquer avec nous
- Conditions d'utilisation
- Politique de confidentialité

Chapitre 11 : Dépannage

- Foire aux questions
- Messages d'erreur de l'appli et autres messages
- Erreur d'accès aux données
- L'appli ne démarre pas
- L'appli et le lecteur utilisent des unités de mesure différentes
- Plage différente
- Valeur de glycémie incorrecte
- Valeur de glucides incorrecte
- Valeur d'insuline incorrecte
- Valeur de glycémie manuelle incorrecte

Chapitre 12 : À l'attention de votre professionnel de la santé uniquement

- Activation de la fonctionnalité Insulin MentorMC par votre professionnel de la santé
- Tendances

À propos de

Introduction

Appli Mobile OneTouch Reveal®

Avant de vous servir de cette appli, lisez attentivement ce fichier d'aide. Conservez-le à titre de référence lorsque vous utilisez l'appli. L'appli mobile OneTouch Reveal® est un outil de gestion du diabète qui peut vous aider à suivre l'évolution de votre glycémie depuis votre appareil mobile et à partager facilement vos résultats avec votre professionnel de la santé et les membres de votre famille. L'appli fonctionne avec des appareils mobiles compatibles comme votre téléphone Android. L'appli prend en charge les technologies sans fil **Bluetooth®** pour communiquer avec des systèmes de surveillance de la glycémie OneTouch®.

Principales caractéristiques :

- Affichage simple et coloré de vos résultats de glycémie.
- Ajout d'informations importantes concernant vos résultats comme l'alimentation, l'activité physique, ou l'insuline.
- Détection des Basse de glycémie Basse (tendance basse) et de glycémie Élevée (tendance élevée) et des tendances récurrentes de résultats de glycémie valeurs basses et élevées.
- Réglage de rappels vous indiquant, par exemple, à quel moment effectuer un test ou prendre de l'insuline.
- Utilisez la Carbs Mentor^{MC} pour rechercher les valeurs des glucides et pour obtenir des informations plus précises et des conseils sur les aliments que vous mangez.
- Obtenez la même version du rapport d'avancement du patient que celle consultée par votre professionnel de la santé.
- Définition d'objectifs pour tester votre glycémie, marcher un certain nombre de pas, enregistrer l'apport en glucides de vos repas ou faire de l'activité physique.
- Comparez les résultats HbA1c fournis par votre professionnel de la santé aux résultats de glycémie des 90 derniers jours.
- Conservation de toutes vos données dans un seul endroit.

Soutien :

- Section Aide de l'appli.
- La fonction de conversation de soutien à la clientèle de l'appli ouvre une boîte de dialogue avec OneTouch® pour vous permettre d'en savoir plus sur nos produits.
- Le fichier d'aide (PDF) peut être téléchargé et imprimé à partir de [OneTouchReveal.com/mobile-pdf/5.15.0/OneTouchRevealApp-Android-UserManual-fr-CA.pdf](https://www.onetouchreveal.com/mobile-pdf/5.15.0/OneTouchRevealApp-Android-UserManual-fr-CA.pdf).
- Communiquez avec le service à la clientèle pour demander une copie imprimée.
- Nous vous invitons à communiquer avec nous pour toute assistance au :
1 800 663-5521 (du lundi au vendredi (de 9 h à 20 h, heure de l'Est ou de 6 h à 17 h, heure du Pacifique))
contact@onetouch.ca
fr.OneTouch.ca/OneTouchReveal

Dispositifs pris en charge et exigences système

Pour obtenir la liste la plus récente des appareils ayant **Bluetooth®** compatibles et des exigences système, consultez le site [OneTouchReveal.ca/mobile-support/fr_CA](https://www.onetouchreveal.ca/mobile-support/fr_CA).

L'utilisation continue d'un lecteur non pris en charge ou d'un système d'exploitation mobile signifie que les risques liés à la cybersécurité pour les utilisateurs finaux devraient augmenter avec le temps.

L'appli n'est pas optimisée pour les tablettes.

Mention légale d'Android

Android et Google Play sont des marques de commerce de Google LLC.

Marque déposée Bluetooth®

La marque verbale et les logos **Bluetooth®** sont des marques de commerce déposées détenues par **Bluetooth®** SIG, Inc., et toute utilisation de ces marques est effectuée sous licence accordée à LifeScan Scotland Ltd. Les autres marques de commerce et noms commerciaux appartiennent à leurs propriétaires respectifs.

Utilisation prévue

L'appli mobile OneTouch Reveal® est destinée à être utilisée par les personnes atteintes de diabète pour enregistrer, afficher, suivre, examiner les tendances et partager les données de glycémie (à partir d'appareils et d'applications compatibles), ainsi que d'autres indicateurs connexes tels que l'insuline, les glucides, les pas et les activités à l'appui de la gestion du diabète.

L'application mobile OneTouch Reveal® fournit des renseignements et des analyses basés sur les valeurs et les tendances de la glycémie et soutient la gestion des repas en aidant les utilisateurs avec les valeurs de l'apport en glucides. L'appli mobile est disponible sur les appareils Android compatibles.

L'appli mobile OneTouch Reveal® contient une fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} indiquée pour les personnes diabétiques ayant besoin d'insuline (18 ans et plus) pour aider à la gestion du diabète en calculant une dose d'insuline en bolus à l'aide de la valeur de glycémie ou de l'apport en glucides synchronisé ou choisi par l'utilisateur et en tenant compte de l'insuline active calculée. Avant utilisation, un médecin ou un professionnel de la santé doit activer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} et programmer la configuration de paramètres spécifiques au patient tels que l'objectif de glycémie, le rapport insuline/glucides, la durée d'action de l'insuline et la sensibilité à l'insuline.

⚠ AVERTISSEMENT : Les rapports sont destinés uniquement à votre professionnel de la santé. Veuillez examiner vos rapports avec votre professionnel de la santé avant d'apporter un quelconque changement à votre traitement du diabète.

⚠ MISE EN GARDE : La fonction **Bluetooth®** de votre lecteur vous permet d'envoyer les résultats à votre dispositif sans fil compatible. L'application et la fonction Insulin Mentor^{MC} ne doivent être utilisées que par une seule personne. **Ne laissez personne d'autre** utiliser votre lecteur pour tester sa glycémie. **Ne jumelez pas** le lecteur d'une autre personne avec votre dispositif sans fil compatible.

Chapitre 1

Pour commencer

Installation de l'appli

1. Téléchargez l'appli mobile OneTouch Reveal® depuis Google Play et installez-la sur votre appareil mobile.
2. Une fois l'appli installée, ouvrez-la en appuyant sur l'icône de l'appli.

Icône de l'appli



Mise à jour de l'application

Sur Android, suivez les étapes suivantes :

1. Ouvrez l'application Google Play.
2. En haut à droite, appuyez sur l'icône de votre profil.
3. Appuyez sur Gérer les applications et l'appareil. Les applications pour lesquelles une mise à jour est disponible portent la mention « Mise à jour disponible »
4. Appuyez sur Mettre à jour.

REMARQUE : Une fois la nouvelle version de l'appli téléchargée, vous ne pourrez plus revenir à une version antérieure de l'appli.

Inscription pour un compte OneTouch Reveal®

Un compte OneTouch Reveal® vous permet de visualiser toutes vos données sur les appareils mobiles et l'application Web OneTouch Reveal®. Le compte vous permet de faire une copie de sauvegarde des données stockées dans l'appli dans le nuage et de vous affranchir de la nécessité de synchroniser vos lecteurs avec chaque plateforme numérique.

Une fois votre compte créé, vous pouvez accéder à vos données provenant du Web et d'appareils mobiles compatibles supplémentaires par l'intermédiaire de ce même compte. Pour utiliser l'appli sur des dispositifs mobiles supplémentaires, installez l'appli sur le dispositif, puis connectez-vous à votre compte.

Si vous avez déjà un compte OneTouch Reveal®, vous pouvez l'utiliser pour vous connecter.

Si vous n'avez pas déjà un compte OneTouch Reveal®, créez-en un en suivant les étapes suivantes après avoir installé et ouvert l'appli sur votre appareil mobile.

1. Appuyez sur l'un des boutons pour autoriser ou non l'appli à vous envoyer des notifications.
2. Sélectionnez votre pays de résidence, puis appuyez sur **Suivant**.

3. Examinez le **Consentement pour traiter les données personnelles ou sensibles**, puis appuyez sur **J' accepte**.

REMARQUE : Si vous n'êtes pas d'accord avec le **Consentement pour traiter les données personnelles ou sensibles**, votre compte ne sera pas créé.

4. Appuyez sur **S' inscrire**.

REMARQUE : Vous devez être âgé(e) d'au moins 18 ans pour utiliser cette appli. Les tuteurs âgés d'au moins 18 ans peuvent créer un compte au nom de leur personne à charge de moins de 18. Voir [Inscription en tant que tuteur pour une personne à charge](#).

Inscription pour vous-même

Si vous êtes âgé(e) d'au moins 18 ans et que vous souhaitez utiliser cette application pour vos propres données de glycémie, appuyez sur **Inscription pour moi-même** puis suivez les invites.

Inscription en tant que tuteur pour une personne à charge

Vous devez être âgé(e) d'au moins 18 ans pour utiliser cette appli. Les tuteurs âgés d'au moins 18 ans peuvent créer un compte au nom de leurs personnes à charge de moins de 18.

1. Après avoir consulté le **Consentement pour traiter les données personnelles ou sensibles** et appuyé sur **J' accepte**, appuyez sur **Inscription pour une personne à charge** sur l'écran suivant.
2. Sur l'écran suivant, saisissez les renseignements de votre compte de tuteur dont :
 - Nom du tuteur
 - Adresse de courriel
 - Confirmer l'adresse de courriel
 - Mot de passe
 - Confirmer le mot de passe

REMARQUE :

- Vous ne pouvez pas utiliser une adresse de courriel déjà utilisée avec un autre compte de tuteur.
- Les mots de passe doivent comporter de 8 à 16 caractères, dont au moins un chiffre et une lettre, et ne peuvent pas contenir les signes < > " = +.
- Si votre adresse courriel n'est pas valide ou si votre adresse courriel ou vos mots de passe ne correspondent pas, vous serez invité(e) à les saisir à nouveau.

3. Une fois que vous avez examiné les **Conditions d'utilisation** et la **Politique de confidentialité** et confirmé que vous êtes âgé(e) d'au moins 18 ans, appuyez sur la case correspondante pour indiquer que vous êtes d'accord.
4. Si vous souhaitez vous inscrire pour recevoir et du matériel promotionnel lié au diabète, appuyez sur la case correspondante pour indiquer que vous êtes d'accord.
5. Appuyez ensuite sur **Continuer**.
6. Sur l'écran suivant, saisissez les détails de votre personne à charge, notamment :
 - Date de naissance
 - Nom
 - Code de la clinique (facultatif)
 - Sexe
 - Type de diabète

REMARQUE :

- Vous ne pouvez inscrire qu'une seule personne à charge par compte de tuteur. Si vous avez plus d'une personne à charge, vous devrez créer un compte de tuteur distinct en utilisant des identifiants de connexion différents pour

chaque personne à charge.

- Si vous souhaitez partager les données de votre personne à charge avec une équipe de soins en particulier, un professionnel ou un groupe de professionnels aidant à gérer son état, contactez-les directement pour obtenir leur code clinique. Pour arrêter de partager les informations de votre personne à charge, contactez directement son équipe de soins ou supprimez définitivement le compte de votre personne à charge. La suppression définitive du compte effacera toutes les données historiques associées au compte. Si le compte est supprimé, vous ne pourrez pas le réactiver.

7. Appuyez sur **S'inscrire** pour continuer.

Connexion en tant que tuteur pour une personne à charge

REMARQUE : Un seul compte OneTouch® à la fois peut être connecté à cette appli sur votre appareil mobile. Si vous souhaitez vous connecter à un autre compte OneTouch®, vous devez supprimer et réinstaller cette appli, ou utiliser un deuxième appareil mobile pour le deuxième compte.

Si vous n'avez pas encore de OneTouch® compte tuteur pour une personne à charge, appuyez sur **Inscription pour une personne à charge**. Voir [Inscription en tant que tuteur pour une personne à charge](#).

Si vous avez déjà un compte OneTouch® tuteur pour une personne à charge, suivez ces étapes pour vous connecter.

1. Appuyez sur **Oui, connectez-moi**.
2. Sur l'écran suivant, appuyez sur **Les données de ma personne à charge**.
3. Sur l'écran suivant, entrez votre **Adresse de courriel** et votre **Mot de passe**.
4. Vous pouvez choisir de vous connecter la prochaine fois avec un identifiant biométrique en appuyant sur le bouton à bascule pour activer cette option.
5. Appuyez sur **Me garder connecté(e)** si vous ne voulez pas être invité(e) à saisir votre courriel et votre mot de passe à chaque fois que vous ouvrez l'appli.
6. Appuyez ensuite sur **Se connecter**.

REMARQUE :

- Si aucune adresse courriel ou date de naissance n'est associée à votre compte, il vous sera demandé de mettre à jour votre compte avec ces informations.
- Si vous avez un compte, mais que vous avez oublié votre mot de passe, appuyez sur **Mot de passe oublié?**, puis suivez les invites. Si vous avez oublié votre mot de passe et tentez de vous connecter un trop grand nombre de fois avec un mot de passe incorrect, votre compte sera verrouillé pendant un certain temps.
- Si vous mettez à jour l'adresse de courriel ou le mot de passe de votre compte en dehors de cette appli mobile, par exemple dans l'application Web OneTouch Reveal®, il vous sera demandé de **Connectez-vous avec les informations d'identification mises à jour**. Cela permettra à l'appli de se synchroniser avec le cloud.

Quand votre personne à charge atteint l'âge de 18 ans

Lorsque votre personne à charge aura atteint l'âge de 18 ans, elle pourra reprendre son propre compte, auquel cas vous ne pourrez plus consulter ses données à l'aide de votre compte de tuteur.

Le message « **Heureux 18e anniversaire!** » s'affiche. Pour que la personne à charge reprenne le compte, elle doit le mettre à jour en indiquant sa propre adresse de courriel et son mot de passe.

Une fois qu'elle a examiné les **Conditions d'utilisation** et la **Politique de protection de la vie privée** et confirmé qu'elle est âgée d'au moins 18 ans, la personne à charge doit appuyer sur la case correspondante pour confirmer son accord. Une coche apparaîtra.

Si elle souhaite s'inscrire pour recevoir des et du matériel promotionnel, elle peut cocher la case correspondante, puis appuyer sur **Continuer**.

REMARQUE :

- L'adresse de courriel de la personne à charge doit être différente de toute autre adresse de courriel déjà utilisée pour un compte OneTouch®.
- Une fois que la personne à charge a repris son propre compte, elle peut choisir d'afficher ses informations sur un autre appareil mobile. Si cela se produit, un autre compte OneTouch® peut être utilisé sur l'appareil mobile d'origine. Pour cela, il est nécessaire de désinstaller et réinstaller l'application, puis de se connecter.

Suppression de votre compte OneTouch Reveal®

1. Cliquez sur le menu **Plus** situé en haut et à droite de l'écran.
2. Appuyez sur **Mon compte**.
3. Appuyez sur **Supprimer le compte**.
4. Entrez vos identifiants de connexion et activez les deux cases à cocher disponibles. Appuyez ensuite sur **Supprimer le compte**.
5. Un message contextuel apparaîtra indiquant que le compte a été définitivement supprimé et l'appli mobile se fermera.

REMARQUE : La suppression de votre compte est définitive. Toutes les données associées à ce compte seront supprimées et ne pourront pas être récupérées.

Pour désinstaller l'application

REMARQUE : La désinstallation de l'application de votre appareil mobile ne supprimera pas votre compte OneTouch Reveal®.

Sur Android

1. Ouvrez l'application Google Play.
2. En haut à droite, appuyez sur l'icône de votre profil.
3. Appuyez sur Gérer les applications et l'appareil, puis sur Gérer.
4. Appuyez sur le nom de l'application que vous voulez supprimer.
5. Appuyez sur Désinstaller.

Cybersécurité

Vous pouvez améliorer la protection de votre compte OneTouch Reveal® et de ses données en suivant certaines de ces bonnes pratiques :

- Verrouillez votre appareil mobile à l'aide d'un numéro d'identification personnel (PIN), d'un mot de passe ou d'un identifiant biométrique (comme une empreinte digitale).
- Gardez OneTouch Reveal® l'appli mobile sur votre appareil mobile à jour avec la dernière version (installable à partir de Google Play), car les mises à jour critiques et les correctifs de sécurité sont souvent diffusés par l'intermédiaire de ces mises à jour.
- Choisissez un mot de passe plus fort pour votre compte OneTouch Reveal®.
- Prenez la décision d'utiliser ou non l'option **Me garder connecté(e)**, ou utilisez un identifiant biométrique tel que la reconnaissance faciale ou les empreintes digitales, pour vous connecter. Si vous ne sélectionnez aucune de ces options, vous devrez vous identifier à l'aide de votre mot de passe plus souvent.

- Pour garantir la sécurité des renseignements, modifiez les mots de passe tous les 90 jours.
- Le lecteur et l'appli ont été conçus pour éviter toute malveillance et ont été testés en conséquence.
- Ne laissez pas votre lecteur ou appareil mobile sans surveillance ou dans un endroit public, afin d'éviter que d'autres personnes puissent modifier vos paramètres personnels ou réaliser des connexions physiques avec vos dispositifs.
- Alors que l'appli mobile OneTouch Reveal® utilise des protocoles d'authentification et de chiffrement de bout en bout pour sécuriser vos renseignements, les utilisateurs doivent s'assurer de jumeler leurs lecteurs uniquement avec leurs appareils mobiles personnels.
- L'utilisation de connexions Wi-Fi non fiables peut exposer un utilisateur à un risque de sécurité plus élevé.
- Si vous croyez que la sécurité de votre compte a été compromise ou si vous éprouvez d'autres inquiétudes connexes, veuillez communiquer immédiatement avec le service à la clientèle LifeScan à l'aide des coordonnées suivantes :
1 800 663-5521 (du lundi au vendredi (de 9 h à 20 h, heure de l'Est ou de 6 h à 17 h, heure du Pacifique))

contact@onetouch.ca

<fr:OneTouch.ca/OneTouchReveal>

Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile

Le jumelage de votre lecteur et de votre appareil mobile leur permet de communiquer l'un avec l'autre. Le jumelage est nécessaire pour que les relevés puissent être envoyés de votre lecteur à l'appli.

Il est possible de jumeler de multiples lecteurs avec plusieurs appareils mobiles. Il suffit de répéter les instructions de jumelage pour chaque lecteur.

Vérifiez que le système d'exploitation de votre appareil mobile est pris en charge. Vous devez le confirmer après l'installation d'une mise à jour ou l'utilisation d'un nouvel appareil mobile. Consultez la section [Dispositifs pris en charge et exigences système](#) pour obtenir davantage d'informations.

⚠ MISE EN GARDE : Ne jumelez **pas** le lecteur d'une autre personne à votre appareil mobile.

Pour commencer le jumelage, ouvrez votre appli mobile OneTouch Reveal® et allumez votre lecteur pour être prêt à l'emploi. Le lecteur et l'appareil mobile doivent être situés à moins d'un mètre l'un de l'autre pour que le jumelage soit réussi, sans rien entre eux, comme votre corps, des murs ou de l'eau. L'appli affichera des instructions étape par étape pour vous guider dans le processus de jumelage.

1. S'assurer que la fonction **Bluetooth®** est activée sur votre appareil mobile.
2. Ouvrez l'appli mobile OneTouch Reveal® et appuyez sur le menu **Plus, Mes lecteurs**, puis **Ajouter un lecteur** ou cliquez sur l'icône plus (+).
3. Sélectionnez le lecteur que vous voulez jumeler.

REMARQUE : Tous les lecteurs ne sont pas disponibles dans tous les pays.

4. En cas d'utilisation d'un OneTouch Ultra Plus Reflect^{MC} ou d'un lecteur OneTouch Verio Reflect®, il vous sera demandé de sélectionner l'écran qui correspond à l'écran de votre lecteur.
5. Suivez les invites dans l'appli.

Vous serez guidé pour allumer votre lecteur et la fonction **Bluetooth®**.

6. Appuyez sur **Continuer**, puis l'appli recherche votre lecteur.
7. Lorsque l'écran **Recherche . . .** devient l'écran **Lecteurs détectés**, appuyez sur **Jumeler** à droite du nom de votre glycomètre dans l'appli.

Vous pouvez comparer les 4 derniers chiffres du numéro de série du lecteur affiché dans l'appli avec celui qui figure au dos de votre lecteur.

8. Lorsque l'appli vous invite à le faire, entrez le NIP qui s'affiche sur l'écran de votre lecteur dans la fenêtre contextuelle de l'appli.

Si vous ne voyez pas la fenêtre contextuelle de demande de jumelage, vous devrez peut-être balayer vers le bas à partir du haut de l'écran de votre appareil mobile pour accéder au menu Notifications afin d'entrer le NIP.

REMARQUE : Entrez votre NIP immédiatement. Le NIP ne s'affiche sur le lecteur que pendant environ 30 secondes. Redémarrez le processus de jumelage si nécessaire.

9. Attendez que votre appareil mobile commence à synchroniser les données du lecteur.

Le message « **Synchronisation...** » s'affiche dans l'appli pour vous indiquer que le lecteur communique avec l'appli. Quand une coche verte s'affiche sur l'écran de l'appli, elle indique que vous avez terminé le jumelage. Le lecteur se trouve maintenant à l'écran **Mes lecteurs** dans le menu **Plus**.

Pour jumeler des lecteurs supplémentaires, répétez les étapes ci-dessus. Jumelez un lecteur à la fois.

REMARQUE : Si l'appareil mobile ne parvient pas à localiser votre glycomètre, assurez-vous que la fonction **Bluetooth®** est activée à la fois sur le lecteur et sur l'appareil mobile. Si le problème persiste, voir [Foire aux questions](#).

Supprimez votre lecteur de l'appli

Si vous rencontrez des problèmes de synchronisation, nous vous recommandons de couper complètement la communication entre les appareils en supprimant le lecteur de l'appli et de votre appareil mobile.

1. Pour déconnecter le lecteur, allez à l'écran **Mes lecteurs** dans l'appli, puis appuyez sur **Supprimer le lecteur**. En appuyant sur ce bouton, le lecteur sera supprimé de la liste des lecteurs de l'appli et vous serez redirigé vers la liste **Bluetooth®** de votre appareil mobile.
2. Dans la liste des appareils jumelés des réglages **Bluetooth®** de votre appareil mobile, appuyez sur l'icône située à côté du nom de votre lecteur.
3. Appuyez sur « Déconnecter » et confirmez, puis revenez à l'appli.

Vous pouvez à nouveau ajouter votre glycomètre à l'appli en suivant les instructions de jumelage. Voir [Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile](#).

Chapitre

2

Aperçu de l'appli

Symboles et icônes utilisés dans l'appli

Tableau 1: Icônes d'identification

	Indique l'authentification Touch ID.
	Rechercher des aliments icône de recherche d'aliments (glucides)
	Numériseur de codes-barres pour faciliter la recherche d'aliments
	L'icône d'événement indique des renseignements sur l'activité.
	L'icône d'événement indique Insuline des renseignements.
	L'icône d'événement indique des renseignements sur les aliments (Glucides).
	L'icône d'événement indique Glucose des renseignements.

Tableau 2: Icônes de repère d'événements

	Avant le repas
	Après le repas
	Glucides Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)
	Stress Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)

	Maladie Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)
	Médicaments Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)
	Exercice Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)
	Glucose Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)
	Insuline Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)
	Humeur Repère d'événement pour les résultats de glycémie (OneTouch Ultra Plus Reflect ^{MC} ou lecteurs OneTouch Verio Reflect [®] uniquement)

Tableau 3: Objectifs

	Fixation des objectifs de l' activité
	Fixation des objectifs des tests de glycémie
	Fixation des objectifs pour les glucides
	Fixation des objectifs des Pas
	Objectif de l' activité atteint
	Objectif atteint des tests de glycémie
	Objectif atteint pour les glucides
	Objectif atteint pour les pas quotidiens

Tableau 4: Icônes Insulin Mentor^{MC}

	Icône Glycémie pour l'Insulin Mentor ^{MC}
---	---

	Icône Glucides pour l'Insulin Mentor ^{MC}
	Icône Insuline active pour l'Insulin Mentor ^{MC}
	Ajouter une icône d'événement glucides pour l'Insulin Mentor ^{MC}
	Augmenter une dose d'insuline d'un palier dans l'Insulin Mentor ^{MC}
	Diminuer une dose d'insuline d'un palier dans l'Insulin Mentor ^{MC}
	Ajoutez une période de référence aux sections Objectif de glycémie , Facteur de correction , ou Rapport insuline/glucides des réglages de l'Insulin Mentor ^{MC}
	Supprimez une période de référence des sections Objectif de glycémie , Facteur de correction , ou Rapport insuline/glucides des réglages de l'Insulin Mentor ^{MC}

Tableau 5: Autres icônes

	Partager
	menu Plus
	Bluetooth®
	HbA1c en dehors de la plage du graphique
	Une mise en garde ou un avertissement
	Fabricant

Tableau 6: Icônes de tableau

	Note
---	------

Tableau 7: Icônes de notification

	Tendance basse
---	----------------

	Tendance élevée
---	-----------------

Tableau 8: Icônes de graphique

		
Basse Avant le repas	Dans l'objectif Avant le repas	Élevée Avant le repas
		
Basse Après le repas	Dans l'objectif Après le repas	Élevée Après le repas
		
Basse Sans repère de repas	Dans l'objectif Sans repère de repas	Élevée Sans repère de repas

Menu Plus

Appuyez sur l'icône du menu **Plus** pour afficher le menu **Plus**.



Le menu **Plus** vous offre un moyen rapide d'accéder à toutes les fonctions secondaires de l'appli.

Mes réglages

- Contient des renseignements personnels, y compris le sexe et le type de diabète, les limites de gamme des concentrations de glucose (seuils élevé et bas), l'utilisation d'insuline, l'horaire du journal et un outil de suivi des objectifs.

Mes lecteurs

- Liste de tous les lecteurs actuellement jumelés avec cet appareil mobile compatibles, ainsi que la date et l'heure de la dernière synchronisation de chacun d'eux avec cet appareil.
- Possibilité de jumeler des lecteurs supplémentaires.

Mes rappels

- Possibilité de régler des alertes utiles vous invitant à prendre des mesures importantes.

Mon compte

- Informations concernant votre compte OneTouch Reveal®, dernière synchronisation, et préférence de connexion.

Connexions

- Partagez vos renseignements médicaux et maintenez vos connexions avec les applis de santé approuvées, vos partenaires ou votre équipe soignante.

Aide

- Affiche le fichier d'aide. Vous pouvez télécharger la version PDF, si vous avez besoin d'aide lors de l'utilisation de l'appli.

Nous contacter

- Évaluez l'appli ou consultez les coordonnées Web, de courriel, et de téléphone du service à la clientèle.

Synchronisez les mesures de votre lecteur avec l'appli.

Il est important de vérifier fréquemment que votre appli et votre lecteur sont synchronisés de façon à ce que vos données soient toujours à jour. Pendant la synchronisation, vos données de glycémie seront envoyées à votre appli. Les données sont synchronisées sans fil entre vos appareils jumelés à l'aide de la fonction **Bluetooth®**.

REMARQUE : Vous devez jumeler votre lecteur avec votre appareil mobile avant de procéder à la synchronisation. Voir [Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile](#).

1. Allumez votre lecteur.
2. Assurez-vous que la fonction **Bluetooth®** est activée à la fois sur le lecteur et sur l'appareil mobile.
3. Ouvrez l'appli mobile OneTouch Reveal®.
4. Effectuez un test de glycémie à l'aide de votre lecteur de glycémie. Suivez les instructions de votre lecteur.
5. Lorsque vous êtes prêt, retirez la bandelette de test usagée de votre glycomètre et éliminez-la conformément aux réglementations locales en vigueur.

Votre lecteur peut sembler être éteint, mais **Bluetooth®** reste actif.

6. Placez les deux appareils à moins de 1.5 mètres l'un de l'autre, sans rien entre eux, comme votre corps, des murs ou de l'eau.

Le message « **Synchronisation...** » s'affiche dans l'appli pour vous indiquer que le lecteur communique avec l'appli.

7. Appuyez sur l'écran **OK** de l'appli pour en accuser réception.

Vous pouvez lancer la synchronisation avec l'appli et le lecteur par un déroulement vers le bas sur l'écran d'accueil.

Après la synchronisation, l'appli affichera le dernier résultat transféré et vous autorisera à ajouter des détails supplémentaires concernant le résultat.

REMARQUE :

- Si les relevés ne sont pas synchronisés, allumez votre lecteur et assurez-vous que la fonction **Bluetooth®** est activée à la fois sur le lecteur et sur l'appareil mobile. Voir la section [Foire aux questions](#) pour obtenir plus de renseignements.
- Le message « **La synchronisation avec le compte a échoué.** » s'affiche dans l'appli si la synchronisation n'a pas réussi. Voir la section [Foire aux questions](#) pour obtenir plus de renseignements.
- Commencez une nouvelle synchronisation en balayant vers le bas depuis le haut de l'écran d'accueil de l'appli.
- Les résultats de glycémie sont toujours affichés dans l'appli avec l'unité de mesure (mmol/L) de votre lecteur.
- Les résultats repérés par votre lecteur comme solution de contrôle ne sont jamais affichés dans l'appli. Suivez les instructions de votre lecteur pour tester et repérer la solution de contrôle.
- Lorsque des résultats antérieurs à 14 jours sont synchronisés avec l'appli, elles ne déclenchent pas de message de tendance.
- Si vous synchronisez plusieurs lecteurs avec votre appli, nous vous recommandons de les synchroniser un par un.

Synchronisation en arrière-plan

Le OneTouch Reveal® possède la fonction Synchronisation en arrière-plan. Lorsqu'elle est activée, la synchronisation s'effectue même si vous n'utilisez pas activement l'application. Le réglage Synchronisation en arrière-plan est activé par défaut.

Le glycomètre tente de synchroniser les données jusqu'à 4 heures après une analyse, même si le glycomètre semble éteint. Vous recevrez des notifications si votre lecteur n'a pas effectué de synchronisation en arrière-plan et si vous n'avez pas ouvert l'appli depuis plus d'un jour. Vous recevrez des notifications supplémentaires si vous n'avez pas ouvert votre application depuis plus d'une semaine.

REMARQUE : Pour recevoir des notifications des tendances, vous devez activer la synchronisation en arrière-plan. Voir [Détection des tendances](#).

Activez ou désactivez la synchronisation en arrière-plan à partir de l'écran **Mes lecteurs** dans le menu **Plus**.

Pour que la synchronisation soit réussie, assurez-vous que **Bluetooth®** est activée dans le lecteur et dans l'appareil mobile. Placez les deux appareils à moins de 1.5 mètres l'un de l'autre, sans rien entre eux, comme votre corps, des murs ou de l'eau. Assurez-vous que votre appareil mobile est allumé et que l'appli fonctionne en arrière-plan. Voir la section [Foire aux questions](#) pour obtenir plus de renseignements.

Changement de date/d'heure sur le dispositif mobile

Rappelez-vous que l'appli mobile OneTouch Reveal® ajustera automatiquement l'heure de votre lecteur pour correspondre à celle de l'appareil mobile. En conséquence, vos lectures peuvent alors se voir attribuer une heure ou une date erronée.

Afin d'éviter toute confusion et de garantir l'exactitude des données visualisées dans l'appli mobile, cette dernière masquera les résultats du lecteur situés à plus de 24 heures dans le futur s'ils sont détectés lors de la synchronisation.

Alertes de réglage du lecteur et de l'application

Lors de l'utilisation de l'appli, des invites peuvent apparaître pour vous indiquer les différences de réglages entre le lecteur et l'appli. Par exemple, si les seuils bas et élevé de votre gamme des concentrations de glucose définis dans votre lecteur diffèrent de ceux définis dans l'appli, vous serez invité(e) à choisir la gamme que vous souhaitez appliquer à vos résultats à la fois pour l'appli et pour le lecteur. Consultez la section [Messages d'erreur de l'appli et autres messages](#) pour obtenir une liste complète des invites.

Synchronisation des données

Pour accéder aux données stockées sur d'autres appareils compatibles, connectez-vous à votre compte OneTouch Reveal® sur chaque appareil mobile compatible. Toutes les données actuellement stockées dans votre compte seront automatiquement envoyées à l'appareil mobile.

Sortie de l'appli mobile OneTouch Reveal®

Pour quitter l'appli mobile, revenez à l'écran d'accueil de votre appareil mobile.

Chapitre

3

Barre de navigation

Accueil

L'écran d'accueil est le premier écran que vous verrez après vous être connecté(e).

L'écran d'accueil présente une vue sur 14 jours de votre activité récente, de vos résultats de glycémie, de vos doses d'insuline ou de vos enregistrements de glucides, ainsi que des notifications relatives aux tendances et aux tendances récurrentes. Le calendrier indique également les progrès que vous avez accomplis par rapport à vos objectifs. Appuyez sur l'un de ces éléments pour voir les détails.

Le déroulement vers le bas sur l'écran d'accueil active également la synchronisation avec le lecteur.

Utilisez la fonction de partage.

La fonction de partage de l'application OneTouch Reveal® vous permet de partager vos résultats de glycémie, ainsi que d'autres données OneTouch Reveal® avec votre équipe de soins, des amis de confiance ou votre famille par message texte ou par courriel. Vous pouvez partager vos données de trois façons :

Partager les derniers résultats—Partagez le dernier résultat de glycémie que vous avez synchronisé ou saisi manuellement dans l'appli mobile. La valeur de la glycémie et le repère de repas, que le résultat soit bas, dans les limites ou élevé, ainsi que la date et l'heure de la lecture sont inclus dans un message texte ou un courriel.

Partager un rapport PDF—Créez le rapport PDF et partagez-le par courriel, imprimez-le ou ouvrez-le à l'aide d'autres applis de votre appareil mobile qui gèrent les fichiers PDF.

- Les rapports de progression comprennent des résumés et des statistiques clés sur la glycémie pour une période de 14 ou 30 jours.

REMARQUE : Les rapports utilisent une mise en page par défaut que vous ne pouvez pas modifier. Cela inclut les créneaux horaires qui ne correspondent peut-être pas à ceux de vos réglages. Ces créneaux horaires aident les professionnels de la santé à examiner rapidement les rapports patient. Les émojis saisis dans les notes peuvent ne pas s'afficher dans les rapports PDF.

Exporter les données—Créez un fichier CSV avec vos résultats de glycémie, les horodatages, si ceux-ci ont été saisis manuellement ou non, les repères de repas et les notes que vous avez saisis. Le fichier CSV inclut également vos autres événements (insuline, glucides et activité) et est disponible par périodes de référence de 14, 30 et 90 jours. Vous pouvez envoyer le fichier CSV par courriel ou l'ouvrir et le partager à l'aide d'autres applis de votre dispositif mobile gérant des fichiers CSV.

REMARQUE : Pour partager un résultat de glycémie par message texte, votre appareil mobile doit pouvoir envoyer un message texte. Pour envoyer par courriel un fichier de résultat de glycémie, en format PDF ou CSV, vous devez avoir un compte de messagerie actif configuré via l'appli de messagerie par défaut de votre appareil mobile. Les appareils Android peuvent utiliser l'appli Gmail^{MC} si celle-ci est installée et configurée, mais il est aussi possible d'utiliser une autre appli de messagerie configurée sur votre appareil.

1. Appuyez sur l'icône de **partage** située à côté de OneTouch Reveal® en haut de votre écran.
2. Pour partager votre dernière lecture par message texte : Appuyez sur **Texte** sous **Partager le dernier résultat**. L'application de messagerie de votre dispositif mobile s'ouvrira avec le texte du message déjà créé. Entrez

un ou plusieurs destinataires et envoyez le texte.

3. Pour partager votre dernier résultat par courriel : Appuyez sur **Courriel** sous **Partager le dernier résultat**. L'appli de messagerie par défaut de votre appareil mobile s'ouvrira avec vos renseignements de lecture de glycémie intégrés dans le corps du courriel, ainsi qu'un avis de sécurité. Entrez un ou plusieurs destinataires et envoyez le courriel.
4. Pour partager un rapport en format PDF : Appuyez sur le rapport souhaité sous **Partager le rapport en PDF**. Lorsque l'écran PDF est chargé :
 - Sélectionnez une **Période de référence** : 14 jours, 30 jours, ou 90 jours.
 - Appuyez sur **Courriel**. L'application de messagerie par défaut de votre dispositif mobile s'ouvrira avec votre rapport PDF joint au courriel, ainsi qu'un avis de sécurité. Entrez un ou plusieurs destinataires et envoyez le courriel.
 - Appuyez sur **Imprimer**. Un écran de dialogue d'imprimante vous permettra de choisir une imprimante, une plage de pages et d'imprimer le rapport PDF.
 - Appuyez sur **Ouvrir dans...** et votre dispositif mobile affichera les applications installées pouvant ouvrir ou partager un PDF.
5. Pour exporter des données : Appuyez sur **CSV** sous **Exporter des données**. Lorsque l'écran CSV est chargé :
 - Sélectionnez une **Période de référence** : 14 jours, 30 jours, ou 90 jours.
 - Appuyez sur **Courriel**. L'application de messagerie par défaut de votre dispositif mobile s'ouvrira avec le fichier CSV joint à un courriel, ainsi qu'un avis de sécurité. Entrez un ou plusieurs destinataires et envoyez le courriel.
 - Appuyez sur **Ouvrir dans...** et votre appareil mobile affichera les applications installées pouvant ouvrir ou partager un fichier CSV.

Journal

Cette option affiche vos résultats de glycémie, vos entrées d'activité physique, de doses d'insuline et de glucides en format tabulaire.

Dernier résultat

Cette option montre votre dernier résultat de glycémie. Lorsque vous la touchez, elle affiche les données de la dernière synchronisation de votre lecteur.

Tendances

Le fait d'appuyer sur cette option permet d'afficher les tendances basses et élevées qui se dégagent des résultats des 14 derniers jours et vous informe si ces tendances basses et élevées se sont reproduites au même moment de la journée. Consultez la section [Affichage des tendances du journal](#) pour obtenir davantage d'informations sur les tendances.

Moyennes

Les moyennes comprennent vos statistiques de glycémie de quatre intervalles de temps et le pourcentage des résultats qui se situent dans les catégories basses, dans la plage ou élevées. Par ailleurs, vous pouvez entrer vos résultats de test HbA1c fournis par votre fournisseur de soins de santé, et l'appli mobile OneTouch Reveal® comparera votre HbA1c à votre niveau de glycémie moyen des 90 derniers jours.

Chapitre

4

Journal

Journal

Le journal organise automatiquement vos résultats de glycémie et vous permet de les visualiser selon trois dispositions différentes : Jour, semaine et classique.

REMARQUE :

- Les résultats qui sont LO ou HI sont inclus dans le journal.
- Les résultats saisis manuellement s'affichent avec le chiffre en italique, pour les différencier des résultats envoyés par le lecteur.
- Une cellule avec un bord replié () indique que des résultats supplémentaires et/ou des informations concernant le résultat sont disponibles.

Affichage du jour

L'affichage du jour montre les données de glycémie pour une date spécifique. Les sections au bas de l'écran Jour indiquent vos entrées d'insuline, d'activité physique et de glucides. Appuyez sur n'importe quel événement pour voir les détails.

REMARQUE : Vous pouvez choisir de désactiver l'insuline dans Consignation des événements, de manière à ce qu'elle ne s'affiche pas dans les sections au bas de l'affichage du jour. Consultez la section [Consignation des événements](#) pour obtenir davantage d'informations.

Affichage de la semaine

L'affichage de la semaine montre sept jours de données de glycémie. Les sections au bas de l'écran Semaine indiquent vos entrées d'insuline, d'activité physique et de glucides. Appuyez sur n'importe quelle colonne pour voir les détails.

REMARQUE : Vous pouvez choisir de désactiver l'insuline dans Consignation des événements, de manière à ce qu'elle ne s'affiche pas dans les sections au bas de l'affichage de la semaine. Consultez la section [Consignation des événements](#) pour obtenir davantage d'informations.

Affichage classique

L'affichage classique est l'affichage par défaut la première fois que vous ouvrez le journal. Les résultats sont affectés à une période (nuit, déjeuner, dîner, souper ou coucher). Les cinq périodes peuvent être modifiées pour s'adapter à votre horaire personnel. Vous pouvez définir vos heures de lecture dans les réglages classiques des repas dans le journal. Voir [Réglages classiques des repas dans le journal](#). Les résultats Avant le repas et Après le repas s'affichent également dans des colonnes distinctes pour les heures correspondant aux périodes Déjeuner, Dîner et Souper.

L'affichage classique montre des données de glycémie d'une année auxquelles vous pouvez accéder en faisant défiler vers le bas. Tapez sur n'importe quelle section pour voir les détails. Appuyez sur une date pour voir une liste des événements de cette journée.

REMARQUE :

- Les colonnes Avant le repas et Après le repas n'apparaissent que si vous utilisez la fonction Marquage des repas par repère. Voir [Plage \(y compris le repère de repas\)](#).

- Il faut qu'il y ait au moins un résultat qui soit marqué par un repère Avant le repas ou un repère Après le repas pour que le résultat apparaisse dans la colonne de repas. Les résultats sans repère apparaîtront dans la section des repas et rempliront les deux côtés de la section des repas.
- Les créneaux horaires Nuit et Coucher ne distinguent pas les résultats dans les colonnes Avant le repas et Après le repas, même si des repères de repas ont été attribués à ces résultats.

Affichage des données

Dans l'affichage classique, effectuez un mouvement de balayage vers le haut pour afficher les résultats plus anciens et vers le bas pour afficher les résultats plus récents. Dans l'affichage du jour ou de la semaine, utilisez les flèches gauche ou droite pour voir les données pour une plage de dates sélectionnées.

Les résultats inférieurs à votre seuil bas sont affichés en **bleu**. Les résultats qui s'affichent en **vert** se situent dans votre plage d'objectifs. Les résultats supérieurs à votre seuil élevé sont affichés en **rouge**. Consultez la section [Mes réglages](#) pour obtenir des informations sur le réglage de vos seuils. Les résultats inférieurs à 1.1 mmol/L s'affichent comme LO. Les résultats supérieurs à 33.3 mmol/L s'affichent comme HI.

Seul votre résultat le plus récent d'une quelconque zone donnée du journal s'affiche. Un bord replié sur un résultat particulier indique que des informations supplémentaires concernant le résultat sont disponibles. Appuyez sur n'importe quelle entrée dans la zone du journal pour afficher les détails.

Ajout de repères de repas à vos résultats

Certains lecteurs permettent de placer un repère de repas. Les repères de repas apposées sur les résultats de votre lecteur seront synchronisés avec l'appli. Une fois qu'un résultat s'affiche dans votre appli, vous pouvez changer le repère de repas pour un autre type. Pour ajouter des repères de repas à vos résultats dans l'appli, la fonction Marquage des repas par repère doit être activée dans votre appli (consultez la section [Mes réglages](#)).

1. Appuyez sur n'importe quel résultat de glycémie pour afficher l'écran **Modifier un événement** dans l'appli.
2. Sélectionnez **Avant le repas** ou **Après le repas** pour ajouter un repère de repas à ce résultat.
3. Appuyez sur **Enregistrer** en haut à droite pour enregistrer le repère et revenir à l'écran précédent.

REMARQUE :

- Si la fonction Placer un repère de repas est activée, vos seuils des plages d'objectif Avant le repas et Après le repas peuvent être utilisés pour déterminer si un résultat de glycémie doit déclencher un message de tendances (consultez la section [Plage \(y compris le repère de repas\)](#)).
- Des repères de repas peuvent également être ajoutés à un résultat après la synchronisation avec l'appli.
- Il se peut que les repères de repas ne soient pas renvoyés à votre lecteur. Tout dépend de votre lecteur.
- Toute modification des résultats des repères de repas dans votre appli peut entraîner un changement de vos moyennes, de vos tendances, de votre journal ou des conseils de mentor.

Ajout de repères d'événement à vos résultats

Vous pouvez ajouter des repères d'événement à vos résultats dans l'appli pour décrire rapidement ce que vous faisiez ou ce que vous ressentiez au moment du relevé du résultat. Les repères d'événement peuvent servir de rappels sur les raisons susceptibles d'expliquer pourquoi votre glycémie était basse ou élevée.

Il y a huit repères d'événement : **Glucides**, **Stress**, **Maladie**, **Médicaments**, **Exercice**, **Glucose**, **Insuline**, et **Humeur**.

REMARQUE :

- Tous les lecteurs et toutes les fonctions ne sont pas disponibles dans tous les pays.

- Vous ne pouvez modifier l'ordre des repères d'événement que dans votre appli.
- Si vous utilisez un lecteur Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) compatible, seuls les cinq premiers repères d'événement commandés seront synchronisés avec votre lecteur.

Pour ajouter un repère d'événement à un résultat :

1. Appuyez sur n'importe quel résultat de glycémie pour afficher l'écran **Modifier un événement**.
2. Sous les repères de repas, appuyez sur un ou plusieurs des repères d'événement qui apparaissent en gris pour les ajouter au résultat.
3. Appuyez **Enregistrer** en haut à droite pour enregistrer vos repères d'événement et revenir à l'écran précédent.

REMARQUE :

- Toute modification des repères d'événement de vos mesures peut entraîner un changement de vos moyennes, de vos tendances et de votre journal. Cela pourrait avoir une incidence sur le fonctionnement de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) et entraîner des changements dans les messages que vous recevrez de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}).
- Il se peut que les repères d'événement ne soient pas renvoyés à votre lecteur. Tout dépend de votre lecteur.

Ajout de remarques à vos résultats

Pour ajouter une remarque à un résultat, inscrivez-la dans le champ qui se trouve sous le résultat. Les émojis saisis dans les notes peuvent ne pas s'afficher dans les rapports PDF.

REMARQUE : Le champ de texte Ajouter une note n'est pas un moyen de communiquer avec LifeScan. Voir la rubrique **Nous contacter** dans le menu **Plus** pour obtenir des renseignements sur le service à la clientèle.

Ajout d'événements

Appuyez sur + dans n'importe quel affichage du journal.

Sur l'écran **Ajouter un événement**, vous pouvez ajouter des renseignements sur l'alimentation (glucides), l'insuline, l'activité physique et les résultats de glycémie.

REMARQUE : Seules les informations saisies manuellement, y compris les résultats de glycémie, peuvent être modifiées.

Ajouter des glucides

1. Appuyez sur l'icône des glucides sur l'écran **Ajouter un événement**.
2. Utilisez le clavier numérique pour entrer votre quantité de glucides comprise entre 0 et 999 grammes.
3. Vérifiez la date et l'heure pour cette entrée.

Si la date et l'heure qui s'affichent pour cette entrée sont incorrectes, appuyez sur la date et utilisez la roue du calendrier pour sélectionner une date et une heure différentes.

4. Pour ajouter une note à cette entrée dans les journaux, appuyez sur **Ajouter une note**.
5. Appuyez sur **Enregistrer** pour enregistrer cette entrée.

Ajouter de l'insuline

1. Appuyez sur l'icône de l'insuline sur l'écran **Ajouter un événement**.
2. Utilisez le clavier numérique pour entrer votre dose d'insuline, comprise entre 0 et 250 unités.

La saisie des unités d'insuline est obligatoire. Si vous ne souhaitez pas procéder à une entrée d'insuline, effacez la valeur en utilisant votre clavier numérique, ou appuyez sur **Retour** en haut à gauche.

REMARQUE : l'abréviation « u » ou « U » indique les unités d'insuline.

- Appuyez ensuite sur **Type d'insuline**, puis sélectionnez **Action rapide**, **Action prolongée**, **Prémélangée** ou **NPH**, selon le type d'insuline pris.

REMARQUE : Le type d'insuline sera **Action rapide** par défaut si aucun type n'est sélectionné; pour les entrées futures, ce sera toujours la valeur par défaut pour le type d'insuline utilisé dans l'entrée précédente.

- Vérifiez la date et l'heure pour cette entrée.

Si la date et l'heure qui s'affichent pour cette entrée sont incorrectes, appuyez sur la date et utilisez la roue du calendrier pour entrer une date et une heure différentes.

- Pour ajouter une note à cette entrée d'activité, appuyez sur **Ajouter une note**.
- Appuyez sur **Enregistrer** pour enregistrer cette entrée.

Types d'insuline

Il existe différents types d'insulines. Chaque type est classé selon trois caractéristiques : le début, le pic et la durée.

Les insulines à **action rapide** commencent à baisser la glycémie entre 12 et 30 minutes après l'administration, atteignent leur effet hypoglycémiant maximal environ 1.5 à 2 heures après l'administration, et durent entre 1.5 et 6 heures.

Voici quelques exemples d'insulines à action rapide :

- insuline asparte
- insuline glulisine
- insuline lispro
- humaine régulière
- insuline inhalée

Les insulines à **action prolongée** commencent à baisser la glycémie entre 2 et 6 heures après l'injection et continuent à baisser la glycémie pendant 18 à 24 heures, voire jusqu'à 42 heures. La plupart des insulines à action prolongée ne présentent pas d'effet maximal prononcé.

Voici quelques exemples d'insulines à action prolongée :

- dégludec
- detemir
- glargine
- glargine U-300

La **NPH** est une **insuline à action intermédiaire** qui commence généralement à baisser la glycémie environ entre 2 et 4 heures après l'injection, atteint son effet hypoglycémiant maximal entre 4 et 12 heures après l'injection et dure de 12 à 18 heures.

Voici un exemple d'insuline à action intermédiaire :

- NPH

L'insuline **Prémélangée** est un mélange d'une insuline à action intermédiaire ou à action prolongée avec l'une des insulines à action rapide dans une combinaison fixe. Elle combine les actions et les caractéristiques des deux types d'insuline.

Ses avantages sont les suivants : elle peut permettre de réduire le nombre d'injections quotidiennes d'insuline, il n'est pas nécessaire de mélanger manuellement les types d'insuline et un seul type d'insuline doit être acheté.

Les inconvénients de l'insuline **Prémélangée** sont qu'elle ne doit pas être utilisée pour corriger la glycémie élevée et que les quantités d'insuline à action intermédiaire ou d'insuline à action prolongée et d'insuline à action rapide ne peuvent pas être ajustées individuellement. Vous pouvez prendre uniquement une dose plus élevée des deux ou une dose plus faible des deux, mais pas plus d'une ou moins d'un seul type.

Voici quelques exemples d'insulines **Prémélangée** :

- L'insuline NPH avec l'insuline ordinaire
- L'insuline NPH avec l'insuline lispro
- L'insuline NPH avec l'insuline asparte
- L'insuline dégludec avec l'insuline asparte

Caractéristiques de l'insuline

Début

Le temps nécessaire pour que l'insuline commence à faire baisser votre glycémie.

Pic

Le temps nécessaire à l'insuline pour atteindre son effet maximal de réduction de la glycémie.

Durée

La durée pendant laquelle l'insuline continue à faire baisser votre glycémie.

Consultez votre professionnel de la santé et les renseignements sur le produit fournis par le fabricant de votre insuline pour obtenir des renseignements plus détaillés sur le délai d'action, le pic et la durée de l'effet.

REMARQUE : Toutes les insulines ne sont pas disponibles dans tous les pays et il ne s'agit pas d'une liste exhaustive des insulines disponibles sur tous les marchés.

Ajouter une activité

1. Cliquez sur l'icône **Exercice** sur l'écran **Ajouter un événement**.
2. Utilisez le clavier numérique pour entrer la durée de l'**Exercice** (en minutes).
3. Appuyez ensuite sur **Intensité de l'activité** et choisissez **Légère**, **Modérée**, ou **Intense** selon l'intensité de votre **Exercice**.
4. Pour ajouter une remarque à cette entrée d'**Exercice**, appuyez sur **Ajouter une note**.
5. Vérifiez la date et l'heure pour cette entrée.

Si la date et l'heure qui s'affichent pour cette entrée sont incorrectes, appuyez sur la date et utilisez la roue du calendrier pour entrer une date et une heure différentes.

6. Appuyez sur **Enregistrer** pour enregistrer cette entrée.

REMARQUE : les données relatives aux activités (séances d'entraînement) peuvent être importées à partir de applications externes.

Ajouter un résultat (ajout manuel d'un résultat de glycémie)

Vous pouvez ajouter manuellement vos résultats de glycémie par l'intermédiaire de l'appli.

1. Appuyez sur l'icône Glycémie sur l'écran **Ajouter un événement**.
2. Utilisez le clavier contextuel pour entrer votre résultat de glycémie, de 1.1 à 33.3 mmol/L, ou appuyez sur **LO** pour voir les résultats affichés comme **Très basse** ou **LO** sur votre lecteur, ou appuyez sur **HI** pour voir les résultats affichés comme **Très élevée** ou **HI** sur votre lecteur.
3. Vérifiez la date et l'heure pour ce résultat.

Si la date et l'heure qui s'affichent pour cette entrée sont incorrectes, appuyez sur la date et utilisez la roue du calendrier pour entrer une date et une heure différentes.

4. Sélectionnez **Avant le repas** ou **Après le repas** pour ajouter un repère de repas à ce résultat.
5. Pour ajouter une remarque à ce résultat, appuyez sur **Ajouter une note**.

Consultez la section [Ajout de remarques à vos résultats](#) pour obtenir des informations sur la façon d'ajouter des remarques à vos résultats de glycémie.

- Appuyez sur **Enregistrer** pour enregistrer cette entrée.

REMARQUE :

- Lors de l'affichage des résultats de glycémie dans l'appli, celles saisies manuellement s'affichent en italique pour les différencier des résultats envoyés par le lecteur.
- Les résultats de glycémie saisis manuellement **NE SONT PAS** utilisés pour détecter des tendances basses et élevées.

Afficher et ajouter des détails pour chaque journée

Dans l'affichage Jour, appuyez sur n'importe quelle icône d'événement pour voir les détails.

Dans l'affichage Semaine, appuyez sur n'importe quelle colonne de journée pour afficher les détails de la journée.

Dans l'affichage Classique, appuyez sur n'importe quelle date figurant dans la colonne gauche pour afficher les détails de la journée.

L'écran Détails du jour est un résumé des événements de cette journée, notamment les résultats, l'alimentation (glucides), l'activité physique et les données concernant la prise d'insuline.

REMARQUE : Les Détails du jour peuvent uniquement être vus dans les affichages Semaine et Classique.

- Sur l'écran Détails du jour, appuyez sur n'importe quelle entrée pour afficher ou modifier des détails.
Pour apporter les changements souhaités aux informations, appuyez sur un résultat ou un événement.
- Appuyez sur + dans le coin supérieur droit pour ajouter un événement.

Affichage des tendances du journal

- Dans l'affichage classique, appuyez sur le bouton **Tendances** en haut à gauche pour afficher les résultats qui font partie d'une tendance basse ou d'une tendance élevée.

Les tendances basses et élevées s'affichent pour les 14 derniers jours. Consultez la section [Détection des tendances](#) pour obtenir des informations détaillées sur les tendances basses et élevées.

Les résultats faisant partie d'une tendance basse sont reliés par une ligne bleue; une ligne rouge quant à elle relie les résultats faisant partie d'une tendance élevée. En tapotant sur de nouveau **Tendances**, vous reviendrez à un affichage du journal sans tendances.

REMARQUE :

- S'il y a plus d'une tendance pour une date et une période de référence données, seule la plus récente s'affichera.
 - Un résultat n'est inclus que dans une seule tendance à la fois.
- Pour afficher les détails d'une tendance basse ou élevée, appuyez sur n'importe quel résultat ayant généré la tendance.
Chaque résultat de glycémie s'affiche avec un éventuel repère de repas. Les données relatives aux glucides, à l'activité physique ou à l'insuline s'affichent également si l'horodatage de ces événements se situe dans les 30 minutes précédant l'heure du résultat.
 - Sur l'écran Détails des tendances, appuyez sur n'importe quel résultat pour afficher ou modifier des détails.
Pour apporter les changements souhaités aux informations, consultez la section [Affichage des détails des tendances](#).

Affichage de la légende du journal

Dans l’affichage Journal, appuyez sur l’icône Info en haut à gauche de l’affichage Jour ou Semaine pour voir la légende du journal.

La légende du journal affiche les icônes pour les résultats Avant le repas, Après le repas et Sans repère dans les désignations Basse, Dans la plage et Élevée. La légende indique également l’échelle de couleur pour l’intensité de l’activité.

Chapitre

5

Objectifs

Options d'objectifs

L'appli mobile OneTouch Reveal® vous permet de définir des objectifs personnalisés pour vous aider à rester sur la bonne voie dans la gestion de votre diabète.

- Test de glycémie : Testez plus souvent votre glycémie pour identifier les tendances de façon plus efficace.
- Pas : Suivez le nombre de pas que vous effectuez chaque jour.
- Glucides : Consignez régulièrement les glucides que vous consommez pour voir la connexion entre ce que vous consommez et votre glycémie.
- Activité : Suivez les exercices que vous effectuez.

Les objectifs sont suivis quotidiennement, à l'exception des Activités, qui peuvent également être suivies de façon hebdomadaire.

Les objectifs peuvent être définis à partir de l'outil de suivi des objectifs sous **Mes réglages > Réglages du système**. Voir [Suivi des objectifs](#).

Suivi des progrès par rapport aux objectifs

Une fois que vous avez défini vos objectifs et que vous les atteignez, vous pouvez vérifier vos progrès à partir du **Calendrier**. Les objectifs apparaîtront dans la partie supérieure du **Calendrier**, avec une icône pour chacun des objectifs que vous vous êtes fixés. Appuyez sur l'icône de chaque objectif pour voir les progrès que vous avez accomplis par rapport à un objectif quotidien ou hebdomadaire. Appuyez sur à nouveau l'objectif pour voir l'historique de cet objectif ou les progrès que vous avez accomplis par rapport à cet objectif. Les flèches à gauche ou à droite de l'icône de l'objectif vous permettent de passer aux détails de vos progrès par rapport aux autres objectifs que vous vous êtes fixés.

Chapitre

6

Tendances

Détection des tendances

L'appli peut vous avertir quand vos résultats de glycémie développent une tendance inférieure au seuil bas de glycémie cible ou supérieure au seuil élevé de glycémie cible que vous avez définis dans l'appli avec votre professionnel de la santé.

Sur l'écran d'accueil, une icône de tendance bleue (📉) identifie une tendance BASSE, et une tendance ÉLEVÉE par une icône de tendance rouge (📈). Appuyez sur l'onglet Tendances pour afficher plus de détails sur les résultats qui ont déclenché la tendance.

Vous pouvez appuyer sur l'icône Tendances en haut à droite de votre écran d'accueil pour afficher l'écran de tendances. L'écran des tendances indique le nombre de tendances de niveau bas et de niveau haut que vous avez, ainsi que les résultats qui ont déclenché la tendance en bleu (basse) et en rouge (élevée). Appuyez sur l'onglet Tendances pour afficher plus de détails.

Consultez [Mes réglages](#) pour obtenir des renseignements sur le réglage de vos seuils bas et élevé de glycémie cible. Les tendances s'affichent pour la période comprenant les 14 derniers jours uniquement.

REMARQUE :

- Les résultats qui sont LO (inférieurs à 1.1 mmol/L) et HI (supérieurs à 33.3 mmol/L) sont inclus dans les tendances.
- Un résultat de glycémie unique ne peut être inclus que dans seule une tendance.
- Les résultats de glycémie saisis manuellement ne sont pas inclus dans les tendances.
- Changer vos seuils bas et élevé de glycémie cible aura une incidence sur les tendances.
- Les tendances détectées peuvent différer entre l'écran des tendances de l'appli mobile OneTouch Reveal® et les rapports générés par les applications mobile et Web OneTouch Reveal®.

Les messages de tendances fournissent des informations sur les résultats antérieurs et peuvent vous aider à prendre conscience de la nécessité d'envisager un ajustement de votre traitement ou de vos habitudes de vie. Consultez toujours votre professionnel de la santé avant d'apporter des changements importants à votre plan de soins du diabète.

Après chaque synchronisation avec le lecteur, l'appli vérifie tous les résultats envoyés par tous les lecteurs au cours des 14 derniers jours afin de détecter toute nouvelle tendance. Les tendances sont identifiées en fonction de l'heure de la journée où le test a été réalisé. Pour qu'un groupe de résultats puisse être considéré comme une tendance, l'heure de chaque résultat doit être comprise dans un intervalle de 3 heures.

REMARQUE : L'appli mobile OneTouch Reveal® vous enverra des notifications lorsqu'elle détectera des tendances récurrentes de glycémie basse ou de glycémie élevée. Les notifications doivent être activées dans les réglages de votre appareil mobile. La synchronisation en arrière-plan doit également être activée dans l'appli mobile OneTouch Reveal®. Voir [Synchronisation en arrière-plan](#).

Tendance basse

Un message de tendances basses apparaît quand votre appli détecte au moins 2 résultats, sur une période de 5 jours, qui sont inférieurs au seuil bas défini dans votre appli.

REMARQUE : Les tendances peuvent être affectées lorsque l'heure est modifiée sur le lecteur. Par exemple, lorsque vous êtes entré dans un fuseau horaire différent et que vous avez modifié l'heure sur votre lecteur.

Tendance élevée

Un message de tendances élevées apparaît quand votre appli détecte au moins 3 résultats, sur une période de 5 jours, qui sont supérieurs au seuil élevé défini dans votre appli.

Utilisation des limites de gamme des concentrations de glucose cible définies dans l'application

Seuils (fonction Marquage des repas par repère désactivée)	Définition	Incidence sur les tendances	Affichage dans le journal et dans les graphiques
Seuil bas	Limite inférieure de votre gamme des concentrations de glucose cible	Seuil de déclenchement des tendances basses	Les résultats inférieurs à ce seuil sont représentés en bleu
Seuil élevé	Limite supérieure de votre gamme des concentrations de glucose cible	Seuil de déclenchement des tendances élevées	Les résultats supérieurs à ce seuil sont représentés en rouge

Seuils (fonction Marquage des repas par repère activée)	Définition	Incidence sur les tendances	Affichage dans le journal et les graphiques (pour les résultats marqués d'un repère Avant le repas ou Après le repas)*
Seuil bas Avant le repas	Limite inférieure de votre gamme des concentrations de glucose cible Avant le repas	Seuil de déclenchement des tendances basses (pour les résultats marqués d'un repère Avant le repas)**	Les résultats inférieurs à ce seuil sont représentés en bleu
Seuil élevé Avant le repas	Limite supérieure de votre gamme des concentrations de glucose cible Avant le repas	Seuil de déclenchement des tendances élevées (pour les résultats marqués d'un repère Avant le repas)***	Les résultats supérieurs à ce seuil sont représentés en rouge
Seuil bas Après le repas	Limite inférieure de votre gamme des concentrations de glucose cible Après le repas	Seuil de déclenchement des tendances basses (pour les résultats marqués d'un repère Après le repas)**	Les résultats inférieurs à ce seuil sont représentés en bleu
Seuil élevé Après le repas	Limite supérieure sur votre gamme des concentrations de glucose Après le repas	Seuil de déclenchement des tendances élevées (pour les résultats marqués d'un repère Après le repas)***	Les résultats supérieurs à ce seuil sont représentés en rouge

* Pour les résultats sans repère de repas :

- Le seuil le plus bas des seuils bas Avant ou Après le repas apparaît en bleu.
- Le seuil le plus élevé des seuils élevé Avant ou Après le repas apparaît en rouge.

** Pour les résultats sans repère de repas, le seuil le plus bas des seuils bas Avant ou Après le repas est utilisé pour détecter les tendances.

*** Pour les résultats sans repère de repas, le seuil le plus élevé des seuils élevé Avant ou Après le repas est utilisé pour détecter les tendances.

⚠ MISE EN GARDE :

- **N'utilisez pas** les messages de tendances pour apporter des changements immédiats et/ou importants à votre plan de soins du diabète sans avoir consulté préalablement votre professionnel de la santé.
- **N'attendez pas** les messages de tendances pour traiter des résultats bas ou élevés. Utilisez toujours le résultat en cours sur votre lecteur pour prendre des décisions de traitement immédiates.
- Les messages de tendances basses et élevées sont fondés sur les seuils bas et élevé que vous avez définis dans l'appli. Ces messages sont différents des messages LO et HI qui s'affichent lorsque la glycémie est inférieure à 1.1 mmol/L ou

supérieure à 33.3 mmol/L.

- **Ne laissez personne d'autre** utiliser votre lecteur OneTouch® pour tester sa glycémie. Vos tendances peuvent être affectées si vous laissez d'autres personnes utiliser votre lecteur et ces résultats sont envoyés à l'appli. Votre lecteur est destiné à un seul patient.

Affichage des détails des tendances

1. Sur l'onglet Tendances, appuyez sur n'importe quel message de tendances pour afficher les détails sur les résultats individuels ayant déclenché la tendance.

Chaque résultat de glycémie s'affiche avec un éventuel repère de repas. Les données relatives aux glucides, à l'activité physique ou à l'insuline s'affichent également si l'horodatage de ces événements se situe dans les 30 minutes précédant l'heure du résultat.

2. Appuyez sur n'importe quel résultat pour afficher toute remarque ayant été ajoutée.
Consultez la section [Ajout de remarques à vos résultats](#) pour obtenir des informations sur l'ajout de remarques aux résultats de glycémie.
3. Appuyez sur **Retour** pour revenir à l'écran précédent.

Tendances récurrentes

La fonction Tendances récurrentes analyse les tendances de glycémie basse ou élevée et vous informe si la même tendance se dégage des 14 derniers jours à la même heure de la journée. Voir [Détection des tendances](#). Outre de détecter et de vous notifier les tendances récurrentes, l'appli peut vous suggérer des mesures que vous pouvez prendre pour empêcher que le même type de tendance se reproduise. Par exemple, si l'appli détecte une tendance récurrente de glycémie basse le matin, cela peut être une indication que vous devez prendre une collation avant de vous coucher.

REMARQUE : L'appli mobile OneTouch Reveal® vous enverra des notifications lorsqu'elle détectera des tendances récurrentes de glycémie basse ou de glycémie élevée. Les notifications doivent être activées dans les réglages de votre appareil mobile. La synchronisation en arrière-plan doit également être activée dans l'appli mobile OneTouch Reveal®. Voir [Synchronisation en arrière-plan](#).

En cas de tendances récurrentes de glycémie basse, l'appli vous envoie un rappel que vous devez retester votre glycémie dans les 15 minutes suivantes. L'appli vous suggère également d'envisager les causes possibles des tendances récurrentes de glycémie basse et de discuter avec votre professionnel de la santé pour empêcher que votre glycémie ne tombe trop bas.

Fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC})

REMARQUE :

- Tous les lecteurs et toutes les fonctions ne sont pas disponibles dans tous les pays.
- Vous ne pouvez modifier l'ordre des repères d'événement que dans votre appli.
- Si vous utilisez un lecteur Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) compatible, seuls les cinq premiers repères d'événement commandés seront synchronisés avec votre lecteur.

La fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) fournit des conseils personnalisés, des informations et des encouragements basés sur vos résultats de glycémie actuels et précédents et sur les autres données suivies. Lorsque vous recevez votre résultat de glycémie, l'appli peut afficher des conseils via Conseils de mentor ou fournir des informations via les messages Tendance ou Tendance récurrente.

La modification des repères repas ou des repères d'événement de vos résultats aura une incidence sur le fonctionnement de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) et peut entraîner des changements dans les messages que vous recevrez.

de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}).

Réception des messages de tendances

Lorsque l'appli détecte une tendance basse ou élevée, l'appli affiche un indicateur sur la barre de navigation.

Appuyez sur l'onglet **Tendances** sur l'écran d'accueil ou **Tendances** dans le menu de navigation pour afficher vos nouvelles tendances.

REMARQUE : Lorsque l'appli détecte plus d'une tendance, l'écran d'accueil vous avertira que plusieurs tendances basse ou élevée ont été détectées.

Pour garantir une diffusion des messages de tendances basse/élevée en temps opportun :

- Assurez-vous fréquemment que tous les lecteurs envoient les résultats à l'appli de façon à ce que les tendances soient détectées en temps utile. Les résultats ne peuvent pas déclencher un message de tendance tant qu'ils ne sont pas envoyés à l'appli. Lorsque des résultats antérieurs à 14 jours sont synchronisés avec l'appli, elles ne déclenchent pas de message de tendances.
- Veillez à marquer soigneusement un repère sur vos résultats. Lorsque vous changez un repère de repas ou d'événement, l'appli passe en revue tous vos résultats pour voir si une nouvelle tendance est susceptible d'apparaître ou si une tendance existante est susceptible d'être supprimée.
- Assurez-vous de bien définir les seuils bas et élevé (consultez la section [Mes réglages](#)). Changer vos seuils aura une incidence sur les tendances.
- Effectuez un test quand vous avez la sensation d'être en hypoglycémie ou en hyperglycémie.
- Assurez-vous que la date et l'heure définies dans votre appareil sans fil compatible et votre lecteur sont réglées correctement. Un horodatage incorrect peut avoir une incidence sur vos modèles. Vous pourriez souhaiter mettre à jour l'heure de votre lecteur en cas de changement de fuseaux horaires (consultez la section [Menu Plus](#)). Si vous prenez de l'insuline, consultez votre professionnel de la santé au sujet du changement de l'heure de votre appareil mobile compatible quand vous voyagez.

Chapitre

7

Moyennes

Moyennes

En utilisant l'onglet Moyennes, l'appli vous permet de suivre votre moyenne globale de glycémie selon quatre intervalles de temps : 7, 14, 30 ou 90 jours.

Le bas de l'écran Moyennes inclut aussi le nombre moyen de tests par jour et le nombre de résultats mesurés en compte dans la moyenne durant l'intervalle de temps que vous choisissez.

Utilisation des moyennes avec marquages de repas par un repère

Lorsque la fonction Placer un repère de repas est activée, appuyer sur le diagramme en forme de beignet permet d'afficher une ventilation de chaque type de résultat, ainsi que la plage définie pour chaque repère.

Lorsque la fonction Placer un repère de repas est désactivée, appuyer sur le diagramme en forme de beignet ou près de cette zone permet d'afficher le nombre total de résultats et la plage globale.

Comparateur HbA1c

Qu'est-ce qu'un comparateur HbA1c?

Votre professionnel de la santé administrera le test HbA1c et vous communiquera le résultat. Le test analyse le niveau d'hémoglobine glyquée, ou liée au glucose, présent dans vos globules rouges. Comme vos globules rouges se renouvellent tous les trois mois, ce test est un bon indicateur des fluctuations de votre glycémie au cours de cette période. Le résultat du test est représenté en pourcentage.

L'appli trace le HbA1c sur le côté droit du graphique et affiche la moyenne sur 90 jours de l'appli pour la même période de référence sur le côté gauche du graphique. Toute différence entre les deux points du graphique est ombrée en jaune.

REMARQUE : Le graphique affiche les valeurs de 3.0 à 7.0%. Pour plus d'informations sur les valeurs en dehors de cette plage, appuyez sur l'icône ⚠ à côté du graphique. Vous pouvez ensuite appuyer sur **Afficher les antécédents HbA1c** pour obtenir des détails supplémentaires.

Avez-vous une unité de mesure HbA1c différente?

Le résultat de test HbA1c est exprimé en pourcentage (%) ou en quantité (mmol/mol). Si votre résultat est exprimé en mmol/mol, il devra être converti en % avant que vous puissiez utiliser le comparateur HbA1c. Vous pouvez consulter le site Web de Diabetes UK à l'adresse diabetes.co.uk pour en savoir plus ou utiliser un autre convertisseur d'unités en ligne HbA1c.

Utilisation du comparateur HbA1c

1. Appuyez sur l'icône en forme d'anneau correspondant aux **Moyennes** en haut à droite de l'écran, puis appuyez sur **Compateur**.
2. Au bas de l'écran, appuyez sur **+ Ajouter nouveau HbA1c**.
Une fenêtre contextuelle vous permet de saisir le résultat de votre test HbA1c.
3. Appuyez **Sélectionner** pour choisir la date du résultat du test HbA1c dans le calendrier.
4. Appuyez sur **Enregistrer le résultat HbA1c**.

L'appli mobile OneTouch Reveal® mettra en évidence la différence entre le HbA1c résultat de votre test et la moyenne de votre glycémie sur 90 jours dans l'appli.

Vous pouvez supprimer un résultat de test HbA1c dans l'écran de l'historique HbA1c en glissant vers la gauche sur le résultat HbA1c que vous souhaitez supprimer. Le bouton « Supprimer » s'affiche. Appuyez sur ce bouton pour terminer de supprimer votre HbA1c de l'appli. Une fenêtre contextuelle s'affiche pour vous demander de confirmer avant de supprimer le résultat du test HbA1c.

Chapitre

8

Votre Insulin Mentor^{MC}

Utilisation de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}

Examinez le tutoriel d'utilisation rapide dans le menu **Plus** pour commencer.

L'appli mobile OneTouch Reveal[®] contient une fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} indiquée pour les personnes diabétiques ayant besoin d'insuline (18 ans et plus) pour aider à la gestion du diabète en calculant une dose d'insuline en bolus à l'aide de la valeur de glycémie ou de l'apport en glucides synchronisé ou choisi par l'utilisateur et en tenant compte de l'insuline active calculée. Avant utilisation, un médecin ou un professionnel de la santé doit activer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} et programmer la configuration de paramètres spécifiques au patient tels que l'objectif de glycémie pour le dosage d'insuline (objectif de glycémie), le rapport insuline/glucides, la durée d'action de l'insuline et la sensibilité à l'insuline.

La fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} est destinée aux patients qui comptent les glucides qu'ils mangent et qui comprennent qu'une différence entre les quantités de glucides consommées et celles saisies dans l'application peut entraîner une hypoglycémie ou une hyperglycémie.

Votre professionnel de la santé a activé votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. La fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} recommande la quantité d'insuline à action rapide dont vous aurez besoin pour compenser les glucides que vous consommez, pour une glycémie hors plage, ou les deux. Ce type de dose d'insuline s'appelle un « bolus ». (Pour en savoir plus sur l'insuline basale et l'insuline bolus, voir [Terminologie de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}](#).) Si vous souhaitez enregistrer une dose d'insuline basale à action prolongée, vous pouvez le faire dans votre calendrier.

Plus les données que vous entrez dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} sont précises, plus la dose recommandée sera précise. La dose recommandée est basée sur la mesure de glycémie synchronisée ou saisie manuellement, les glucides saisis, les doses précédentes d'insuline à action rapide saisies dans votre appli et les paramètres saisis par votre professionnel de la santé. Certains de ces réglages incluent votre objectif de glycémie pour le dosage d'insuline (objectif de glycémie), votre rapport insuline/glucides et votre sensibilité à l'insuline.

La fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} fonctionne avec des insulines régulières (U100) et rapides (U100 ou U200) uniquement. Votre professionnel de la santé réglera la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} afin qu'elle sache quelle insuline vous prenez et si vous prenez des unités entières ou des demi-unités. Si elles doivent être arrondies, votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} arrondira à la baisse pour votre sécurité. Par exemple, si la dose calculée est de 2.7 unités et que vous prenez des unités entières, il est recommandé de prendre 2 unités. Si vous prenez des demi-unités, le lecteur vous recommandera de prendre 2.5 unités.

Avant de pouvoir l'utiliser, la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} doit être activée par votre professionnel de la santé, qui peut activer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} pour vous à distance sur le site Web OneTouch Reveal[®], ou il peut l'activer dans l'appli mobile OneTouch Reveal[®] de votre appareil mobile.

Pour calculer une dose d'insuline, vous avez besoin :

- Au moins un résultat de glycémie (saisi manuellement ou synchronisé à partir d'un lecteur) des 30 dernières minutes **ou**
- Au moins un événement de glucides consigné au cours des 30 dernières minutes **ou**
- Au moins un résultat de glycémie **et** un ou plusieurs événements de glucides consignés au cours des 30 dernières minutes.

REMARQUE :

- La fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} utilise vos derniers résultats de glycémie et les événements de glucides, ainsi que toute insuline active (effet de l'insuline d'une dose précédente qui peut continuer à réduire votre glycémie) et calcule une **Dose recommandée** d'insuline. Si votre glycémie actuelle se situe dans la plage cible, une dose d'insuline de correction n'est pas nécessaire et ne sera donc pas calculée. Si vous entrez des glucides sans mesure de la glycémie, ou si vous entrez des glucides avec des résultats dans l'intervalle cible, la dose d'insuline de correction ne sera pas calculée. L'insuline active ne sera calculée que lorsqu'une dose d'insuline de correction est nécessaire.
- Étant donné que les valeurs de glycémie changent avec le temps, il est important d'utiliser un résultat du taux de glycémie des 30 dernières minutes.
- Pour vous aider à préciser la dose recommandée, utilisez votre appli pour enregistrer toutes les doses d'insuline à action rapide que vous prenez. Cela permet également d'éviter d'accumuler vos doses. Vous « cumulez » les doses lorsque vous injectez une dose d'insuline à action rapide sans tenir compte de l'effet de l'insuline d'une dose précédente qui peut continuer à réduire votre glycémie.

L'appli mobile OneTouch Reveal[®] limitera votre utilisation de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} si votre glycémie des 30 dernières minutes est suffisamment basse pour qu'aucune dose de bolus d'insuline ne soit recommandée ou si votre glycémie des 30 dernières minutes est extrêmement basse.

- Si votre glycémie au cours des 30 dernières minutes est suffisamment basse pour que vos glucides et votre insuline active soient inclus dans le calcul et qu'aucune insuline n'est nécessaire, la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} affichera le message « **Aucune dose d'insuline recommandée.** ». Appuyez sur **Enregistrer** sur l'écran de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} et l'appli mobile OneTouch Reveal[®] vous rappellera de tester votre glycémie à nouveau dans 15 minutes.
- Si votre résultat de glycémie au cours des 30 dernières minutes est extrêmement bas, tel que représenté dans l'appli mobile OneTouch Reveal[®] comme **LO**, un message d'avertissement vous indiquera de suivre les instructions de votre professionnel de la santé pour traiter l'hypoglycémie. L'appli mobile OneTouch Reveal[®] vous rappellera de tester votre glycémie à nouveau dans 15 minutes. Vous serez incapable d'utiliser la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} pendant 60 minutes après la synchronisation ou la saisie manuelle d'un résultat extrêmement bas.
- Si votre résultat de glycémie au cours des 30 dernières minutes est extrêmement élevé, tel que représenté dans l'appli mobile OneTouch Reveal[®] comme **HI**, un message d'avertissement vous indiquera de suivre les instructions de votre professionnel de la santé pour traiter l'hyperglycémie. L'appli mobile OneTouch Reveal[®] vous rappellera de tester votre glycémie à nouveau dans 15 minutes.

1. Il y a plusieurs façons d'entrer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} :

- Appuyez sur **Insulin Mentor^{MC}** à partir de l'écran **Dernier résultat** lorsque le résultat de glycémie a été obtenu au cours des 30 dernières minutes.
- Appuyez sur **Insulin Mentor^{MC}** sur l'écran **Modifier un événement** après avoir ouvert un événement de glycémie ou de glucides de votre **Calendrier** lorsque l'événement de glycémie ou de glucides a été enregistré dans les 30 dernières minutes.
- Si vous ajoutez un événement de glycémie manuel ou un événement de glucides, vous pouvez appuyer sur **Insulin Mentor^{MC}** sur l'écran **Ajouter un événement**.
- Si vous ajoutez un événement d'insuline, vous pouvez immédiatement appuyer sur **Insulin Mentor^{MC}** sur l'écran **Ajouter un événement**, mais dès que vous entrez une valeur d'insuline, le lien **Insulin Mentor^{MC}** deviendra inactif.

2. Lorsque l'écran **Insulin Mentor^{MC}** se charge, tout relevé de glycémie ou tout événement de glucides des 30 dernières minutes qui n'a pas été inclus dans un calcul précédent de l'insuline apparaîtra sur l'écran de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

- Pour supprimer un résultat de glycémie, faites glisser votre doigt de droite à gauche sur le celui-ci et appuyez sur **Retirer**. Une fenêtre contextuelle vous demandera de confirmer que vous êtes certain de vouloir retirer le résultat de votre calcul de dose d'insuline. Il vous rappellera que si le résultat a été automatiquement intégré dans votre Insulin Mentor^{MC}, son retrait de votre calcul ne l'enlèvera pas de votre application. Appuyez sur **Oui** pour continuer, ou appuyez sur **Annuler** pour maintenir le résultat de glycémie de la fonctionnalité Insulin

Mentor^{MC}. Si vous avez enregistré un ou plusieurs résultats de glycémie supplémentaires au cours des 30 dernières minutes dans l'appli mobile, la fenêtre contextuelle identifiera ce résultat de glycémie par sa valeur et sa durée et vous donnera la possibilité de l'utiliser dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

- Vous recevrez un avertissement lorsque le résultat de glycémie expirera dans moins de cinq minutes.
- Si plus de 30 minutes se sont écoulées depuis le moment du résultat de glycémie, une fenêtre contextuelle vous informera qu'il a expiré. Faites une autre lecture de la glycémie.
- La limite de 30 minutes s'applique aux événements de résultat de glycémie enregistrés avant l'entrée dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Si vous entrez un résultat de glycémie sur l'écran de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, il expirera 30 minutes après avoir appuyé hors du champ de glycémie.

3. Tous les événements de glucides des 30 dernières minutes avant d'entrer dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} et toutes les quantités de glucides que vous avez saisies dans le calculateur d'insuline seront combinées et le nombre total de grammes de glucides que vous avez mangés ou que vous avez l'intention de manger apparaîtra sur une seule ligne.

- Si vous avez mangé au cours des 30 dernières minutes ou envisagez de le faire prochainement, ajoutez des glucides à la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.
- Appuyez sur la flèche de droite à côté du total des glucides pour afficher les événements individuels des glucides.
- Appuyez sur l'icône plus (+) pour ajouter un nouvel événement de glucides.
- Vous pouvez faire glisser votre doigt de droite à gauche sur un événement de glucides et appuyer sur **Retirer** pour exclure cet événement de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.
- Si plus de 30 minutes se sont écoulées depuis l'ajout d'un événement de glucides, une fenêtre contextuelle vous informera que la lecture a expiré et que l'événement de glucides disparaîtra de l'écran de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.
- La limite de 30 minutes s'applique aux événements de glucides enregistrés avant l'entrée dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Les glucides entrés sur l'écran de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne sont pas limités dans le temps.

4. Le Carbs Mentor^{MC} vous aide à calculer facilement les glucides dans votre alimentation. Pour utiliser le Carbs Mentor^{MC} :

- Appuyez sur l'icône plus (+) sur l'écran Insulin Mentor^{MC} pour ajouter un nouvel événement de glucides. Une barre de recherche s'affiche.
- Appuyez sur l'icône représentant une loupe sur l'écran **Ajouter un nouvel événement de glucides** dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.
- Appuyez sur la barre de recherche et entrez le nom de l'aliment que vous prévoyez manger.
- Le Carbs Mentor^{MC} affiche les résultats en fonction de votre terme de recherche. Trouvez les aliments que vous recherchez et appuyez sur l'icône plus (+) à droite du résultat de la recherche pour le sélectionner.
- Appuyez sur l'aliment sélectionné pour ajuster la taille de la portion. Cela modifiera la quantité de glucides. Lorsque vous sélectionnez des aliments et leurs portions, assurez-vous de bien choisir les bonnes tailles de portion et quantité de glucides.
- Si vous souhaitez ajouter des aliments, appuyez dans la barre de recherche à nouveau et répétez le processus pour rechercher les aliments sélectionnés et la portion. L'onglet **AJOUTÉ À L'INSTANT** inclut des aliments que vous avez ajoutés pour l'événement de glucides actuel. L'onglet **RÉCENT** inclut les 25 derniers aliments que vous avez choisis dans le Carbs Mentor^{MC}.
- Vous pouvez supprimer un aliment sélectionné en cochant la case.
- Vous pouvez appuyer sur l'étoile à gauche du résultat de la recherche pour ajouter l'aliment à vos favoris.
- Appuyez sur **Terminé**.
- Après avoir sélectionné un ou plusieurs éléments à partir du Carbs Mentor^{MC}, une icône représentant une flèche ascendante s'affiche à côté de la valeur des glucides. Si vous appuyez sur celle-ci, elle s'agrandit pour afficher les éléments Carbs Mentor^{MC} que vous avez sélectionnés et les glucides associés.

- Appuyez sur **Terminé** pour utiliser cet événement de glucides dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. L'appli mobile OneTouch Reveal[®] enregistrera uniquement les grammes de glucides à partir de votre entrée Insulin Mentor^{MC}. L'appli mobile n'enregistrera pas le type d'aliment, le nombre de portions ou toute information autre que la valeur en grammes dans votre calendrier, le journal ou tout rapport.

5. Lorsque vous ajoutez, supprimez ou modifiez des événements relatifs à la glycémie et aux glucides, la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} les utilise avec toute insuline active (effet de l'insuline d'une dose précédente qui peut continuer à réduire votre glycémie) et calcule une **Dose recommandée** d'insuline, représentée visuellement sur le graphique, qui vous aide à mieux comprendre comment la dose finale est calculée. Les icônes vous montrent comment chaque facteur (**Glycémie**, **Glucides**, **Insuline active** et tout **Ajustement manuel** que vous faites) a un impact sur vos besoins en insuline. Lorsque ces icônes apparaissent dans la moitié supérieure du graphique, c'est que vous avez besoin de plus d'insuline. Lorsqu'elles se trouvent dans la moitié inférieure du graphique, cela signifie que vous avez besoin de moins d'insuline.

- Selon vos paramètres, la **Dose recommandée** s'affichera en unités entières, par exemple 2.0 unités d'insuline, ou en demi-unités, comme 2.5 unités.
- La fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} arrondira **toujours** à la baisse. Par conséquent, si votre professionnel de la santé choisit des demi-unités, 3.8 unités d'insuline seront arrondies à 3.5, et 2.3 unités à 2.0. Si des unités entières sont utilisées, 2.7 unités deviendront 2.0 unités.
- Si la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} retourne une **Dose recommandée** qui n'est **pas** ce que vous attendiez :
 - Vérifiez à nouveau toutes les valeurs de glycémie ou de glucides que vous avez saisies.
 - Si la **Dose recommandée** est plus élevée que prévu, vérifiez votre résultat de glycémie—Est-elle élevée? Pensez à vous laver les mains et à refaire le test.
 - Vérifiez les paramètres de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Est-ce que certains réglages ont été modifiés?
 - Si vous avez vérifié vos entrées et les réglages, et que la **Dose recommandée** ne correspond toujours pas à ce que vous attendiez, calculez votre dose en utilisant votre méthode alternative. Si vous avez encore des inquiétudes, communiquez avec votre professionnel de la santé.

REMARQUE : l'abréviation « u » ou « U » indique les unités d'insuline.

6. Si vous le souhaitez, vous pouvez appuyer sur les icônes plus (+) ou moins (-) en bas de l'écran, à côté de **Je fournirai** pour ajuster la **Dose recommandée**. Si vous effectuez un ajustement, **Dose recommandée** passera à **Dose ajustée**. Si la dose recommandée ou ajustée dépasse la limite de dose unique maximale définie par votre professionnel de la santé, un avertissement s'affiche, et vous ne pouvez pas utiliser l'icône plus (+) pour augmenter la dose.
7. Si vous faites glisser votre doigt de droite à gauche sur l'écran, la partie inférieure de l'écran passera de l'affichage graphique à l'affichage **Calcul** sous forme de liste. Comme le graphique, cet écran vous montre comment l'**Insulin Mentor^{MC}** utilise la **Glycémie**, les **Glucides**, l'**Insuline active** et tout **Ajustement manuel** pour calculer la dose.
8. Appuyez sur **Enregistrer** sur l'écran **Insulin Mentor^{MC}** pour sauvegarder la dose dans votre **calendrier**.

REMARQUE : L'affichage de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} (graphique ou par liste **Calcul**) visible lorsque vous appuyez sur **Enregistrer** deviendra l'affichage par défaut de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

9. Après avoir sauvegardé l'événement de l'écran de l'**Insulin Mentor^{MC}**, il sera sauvegardé dans le **calendrier** et dans votre **journal de bord** comme un événement d'insuline que vous pourrez réviser à l'avenir.
10. Si vous avez ajusté votre dose d'insuline, la quantité ajustée apparaîtra comme la valeur de l'événement Insuline. Si la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} avait une **Dose recommandée** de 2.5 unités, mais que vous l'avez ajustée à 1.0 unités avant de le sauvegarder, **1.0 unités** serait la valeur de l'événement et **(2.5 unités recommandés)** apparaîtra sous la date et l'heure de l'événement d'insuline.
11. Vous pouvez tapoter sur **Détails** dans un événement d'insuline de votre **Calendrier** pour ouvrir l'événement d'insuline et voir les facteurs à l'origine de la **Dose recommandée**.

12. Si vous avez pris plus ou moins d'insuline que ce que vous avez enregistré initialement dans la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, vous pouvez appuyer sur l'événement d'insuline sur votre **Calendrier** afin de saisir la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, ajuster la dose originale et appuyer sur **Enregistrer**.

Fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} : Foire aux questions

Pourquoi ne vois-je pas les glucides que j'ai importés de mon appli de santé connectée?

Les glucides importés ne peuvent pas être utilisés dans votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Le OneTouch Reveal[®] n'est pas en mesure de confirmer la source des mesures de glucides pour les entrées importées d'une autre appli de santé. Ces entrées de glucides ne seront pas automatiquement transférées dans votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

Inscrire des glucides dans votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} pour les faire correspondre à vos glucides importés peut entraîner des entrées glucides doubles. Pour éviter cela, il peut être utile de désactiver la possibilité d'importer vos glucides à partir de l'appli de santé connectée que vous utilisez.

Pourquoi manque-t-il une icône et les informations de graphique associées?

Vous pouvez ne pas voir une ou plusieurs icônes dans votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} parce que vous n'avez pas saisi les données associées à une icône. Tout d'abord, rappelez-vous que les glucides importés ne peuvent pas être utilisés dans votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Si vous vous attendez à voir une icône représentant une fourchette et que vous ne la voyez pas, c'est peut-être pour cette raison. Vous manque-t-il une icône d'insuline active? N'oubliez pas que l'insuline active n'est calculée que si vous utilisez également un résultat de glycémie dans votre calcul. En outre, l'effet hypoglycémiant résiduel de l'insuline provenant des doses précédentes d'insuline en bolus peut ne pas être suffisante pour modifier la dose recommandée. Si tel est le cas, vous ne verrez pas les données d'insuline actives sur votre graphique.

Pourquoi est-ce que je ne vois pas une dose recommandée?

Si vous n'avez pas saisi de glucides et que votre résultat n'est pas assez récent, vous ne verrez pas la dose recommandée. Une autre raison possible est que vous n'avez pas besoin de plus d'insuline. Il se peut qu'il vous reste assez d'insuline active d'une dose d'insuline en bolus précédente. Votre taux de glycémie peut également être inférieur à l'objectif fixé par votre professionnel de la santé, et vous n'avez pas saisi suffisamment de glucides pour avoir besoin d'insuline. Peut-être que votre dernier résultat de glycémie synchronisé est extrêmement bas, ou LO, ou extrêmement élevé, ou HI. Comme ces valeurs ne sont pas associées à des valeurs de glycémie, elles ne peuvent pas être utilisées pour des calculs dans les limites de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

Pourquoi ma glycémie est-elle basse après avoir pris la dose recommandée?

- Avez-vous enregistré votre dose d'insuline récente? Si ce n'est pas le cas, la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne peut pas calculer avec précision l'effet de l'insuline d'une dose précédente qui peut continuer à réduire votre glycémie.
- Avez-vous entré un nombre de glucides trop élevé ou avez-vous mangé ou bu moins de glucides que prévu?
- Avez-vous pris votre dose de bolus d'insuline au moment recommandé par votre professionnel de la santé, en particulier si vous présentiez une hypoglycémie avant de manger?
- Si vous avez pris votre dose de bolus d'insuline après avoir mangé, avez-vous calculé celle-ci en vous basant sur la mesure de glycémie effectuée avant ou après votre repas? Lorsque vous calculez votre dose de bolus, utilisez un résultat qui est à la fois proche de votre repas et mesuré avant votre repas.

REMARQUE : Utiliser un résultat pris après avoir mangé peut donner lieu à un calcul qui recommande plus d'insuline que le corps n'en a besoin. Cela peut provoquer une hypoglycémie.

- Avez-vous fait de l'exercice récemment? L'exercice peut affecter votre glycémie jusqu'à 36 heures.
- Êtes-vous stressé, malade ou d'une humeur inhabituelle? Ce sont tous des éléments qui peuvent modifier votre glycémie de manière imprévisible.
- Avez-vous injecté votre insuline de la manière recommandée par votre professionnel de la santé? Avez-vous besoin de changer de site d'injection?

REMARQUE : Il existe une exception à cette recommandation. Disons que votre glycémie était basse à 3.4 mmol/L, mais que votre calcul avait suffisamment de glucides pour couvrir votre hypoglycémie. Vous avez un message indiquant **Aucune dose d'insuline recommandée pour le moment**. Au bout d'une heure, votre résultat n'était plus bas, à savoir 4.3 mmol/L, et vous pouviez revenir à votre calcul. Dans un tel cas, vous ne devriez **PAS** utiliser votre résultat le plus récent pour votre calcul. En fait, vous n'y serez même pas habilité. Vous devez utiliser votre hypoglycémie d'origine dans votre calcul. Disons qu'avant votre résultat qui n'était plus bas, vous aviez enregistré une glycémie de 3.2 mmol/L, soit un résultat inférieur à celui qui avait déclenché le message. Si tel est le cas, vous devez utiliser le plus bas des résultats (3.2 mmol/L) pour votre calcul. En utilisant un résultat plus élevé, vous obtiendrez une dose recommandée qui risque de faire baisser de nouveau votre glycémie.

Pourquoi ma glycémie est-elle élevée après avoir pris la dose recommandée?

- Avez-vous entré un nombre de glucides trop bas ou avez-vous mangé ou bu plus de glucides que prévu?
- Êtes-vous stressé, malade ou d'une humeur inhabituelle? Ce sont tous des éléments qui peuvent modifier votre glycémie de manière imprévisible.
- Avez-vous pris votre dose d'insuline en bolus au moment recommandé par votre professionnel de la santé?
- Avez-vous injecté votre insuline de la manière recommandée par votre professionnel de la santé? Avez-vous besoin de changer de site d'injection?

Et si ma dose d'insuline recommandée n'était pas celle à laquelle je m'attendais?

Si votre dose recommandée ne correspond pas à ce que vous attendiez, vérifiez vos chiffres. Avez-vous tout inscrit correctement? Si la dose recommandée est supérieure à celle prévue, examinez votre glycémie. Est-elle plus élevée que prévu? Pensez à vous laver les mains et à la vérifier à nouveau. Pensez également à revoir vos réglages. Si vous êtes en mesure de modifier vos paramètres, est-ce que quelque chose a été mal ajusté? Vous avez peut-être tout vérifié deux fois, mais vous vous rendez compte que la dose recommandée n'est toujours pas celle à laquelle vous vous attendiez. Si tel est le cas, contactez votre professionnel de la santé pour obtenir des conseils.

Lorsque mon lecteur affiche « très bas » ou « LO », puis-je tout de même utiliser la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}?

Si votre lecteur affiche « très bas » ou « LO », cela signifie que votre glycémie est très basse (moins de 1.1 mmol/L). Vous devez suivre les instructions de votre professionnel de la santé pour traiter les hypoglycémies. S'il s'agit d'une urgence, composez votre numéro d'urgence local. Pour votre sécurité, vous ne pourrez pas retourner à la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} jusqu'à une heure après un résultat extrêmement bas, ou LO. Cela est vrai même si votre taux de glycémie est supérieur à la limite inférieure pendant cette période de référence. De plus, votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne peut pas recommander en toute confiance une dose d'insuline en utilisant un résultat de glycémie extrêmement bas, ou LO. Ces résultats n'ont pas de valeur de glycémie.

Lorsque mon lecteur affiche « très élevé » ou « HI », puis-je tout de même utiliser la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}?

Si votre lecteur affiche « très élevé » ou « HI », cela signifie que votre glycémie est très élevée (supérieure à 33.3 mmol/L). La fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne peut pas recommander en toute confiance une dose en utilisant un résultat de glycémie extrêmement élevé ou HI. Ces résultats n'ont pas de valeur de glycémie. Même si vous incluez des glucides dans votre calcul, vous ne verrez pas la dose d'insuline recommandée sur votre graphique.

Peut-être que ce résultat extrêmement élevé, ou HI, ne vous semble pas exact. Pensez à vous laver les mains et à vérifier à nouveau votre glycémie. Peut-être qu'il y avait quelque chose sur votre doigt, comme du jus de fruits, lorsque vous avez vérifié votre glycémie. Si votre prochaine lecture est encore extrêmement élevée ou HI, demandez à votre professionnel de la santé de vous aider à calculer votre dose d'insuline.

Et si ma dose recommandée est supérieure à ma limite de dose unique maximale?

Votre limite de dose unique maximale est définie comme une fonction de sécurité. Étant donné que prendre trop d'insuline peut être dangereux, votre professionnel de la santé a défini une limite de dose unique pour assurer votre sécurité. Lorsque la

dose recommandée est supérieure à cette limite, un avertissement s'affiche à l'écran; procédez à un nouveau contrôle de la glycémie. Avez-vous inscrit quelque chose de manière incorrecte? Votre glycémie est-elle plus élevée que prévu? Pensez à vous laver les mains et à la vérifier à nouveau. Si vous constatez que la dose recommandée est toujours supérieure à votre limite de dose unique, contactez votre professionnel de la santé pour obtenir des conseils.

Terminologie de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}

Insuline basale et en bolus

L'insuline peut être dosée de deux manières pour contrôler votre glycémie : le dosage basal et le dosage en bolus. La dose d'insuline basale fournit un taux d'insuline bas et soutenu. À moins que vous n'utilisiez une pompe à insuline, cette opération est généralement réalisée avec une insuline à action prolongée. Ce type de dosage d'insuline suffirait à gérer votre glycémie tout au long de la journée si vous n'aviez pas à prendre en compte d'autres facteurs, tels que l'alimentation, les boissons ou le stress. C'est là que la dose d'insuline en bolus peut aider. L'insuline utilisée dans les dosages en bolus est généralement à action rapide. Une dose d'insuline en bolus agit rapidement en dose de « correction » ou de « repas ». Ensemble, les dosages d'insuline basale et en bolus peuvent aider à maintenir votre glycémie dans les limites.

Graphiques

Image illustrant les données utilisées pour calculer votre dose d'insuline recommandée. La moitié supérieure de votre graphique montre les facteurs qui expliquent que votre corps a besoin de plus d'insuline. La moitié inférieure de votre graphique montre les éléments qui font basculer l'échelle dans l'autre sens. Ceux-ci réduisent votre besoin d'insuline supplémentaire.

Horizon

Lors du calcul d'une dose d'insuline, l'horizon sépare la moitié supérieure de votre graphique de la moitié inférieure. La partie supérieure montre des éléments qui font augmenter le besoin de votre corps en insuline. La partie inférieure montre des éléments qui réduisent votre besoin d'insuline supplémentaire.

Insuline active

La quantité d'insuline d'une dose d'insuline en bolus précédemment enregistrée qui peut encore agir pour baisser votre glycémie.

Disons que vous avez besoin d'insuline pour votre glycémie. Le Insulin Mentor^{MC} baissera la dose recommandée si vous avez de l'insuline active.

Dose recommandée

La dose d'insuline suggérée à prendre en fonction des paramètres définis par votre professionnel de la santé et de la glycémie ou des glucides que vous avez spécifiés. Ce nombre apparaîtra au centre de votre horizon, sauf si vous ajustez la dose que vous administrez. Si vous ajustez votre dose, vous verrez alors votre dose ajustée au centre de votre graphique.

Si la dose recommandée et la dose calculée ne sont pas identiques, cela signifie que votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} a eu besoin d'arrondir votre dose calculée. Cette opération est effectuée pour recommander une dose adaptée à votre méthode d'administration d'insuline. Lorsque votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} arrondit, il le fait toujours à la baisse pour assurer votre sécurité afin que vous ne preniez pas plus d'insuline que nécessaire.

Dose calculée

La somme totale d'insuline dont vous avez besoin que votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} a calculée en fonction de votre glycémie, de votre apport en glucides et de votre insuline active. Ce nombre apparaîtra toujours à la droite de votre horizon, même si vous ajustez votre dose.

Si la dose recommandée et la dose calculée ne sont pas identiques, cela signifie que votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} a eu besoin d'arrondir votre dose calculée. Cette opération est effectuée pour recommander une dose adaptée à votre méthode

d'administration d'insuline.

Dose ajustée

La quantité d'insuline ajustée en fonction des modifications apportées à la dose recommandée. Lorsque vous ajustez votre dose, vous verrez une couleur supplémentaire sur votre graphique, ainsi qu'une icône plus ou moins (+/-). Si vous prenez plus d'insuline que ce qui est recommandé, le changement que vous verrez sur votre graphique sera au-dessus de l'horizon. L'icône affichée sera un plus (+). Si vous prenez moins d'insuline que ce qui est recommandé, le changement que vous verrez sur votre graphique sera en dessous de l'horizon. L'icône affichée sera un moins (-).

Accumulation de doses d'insuline

Injection d'une autre dose d'insuline à action rapide alors que l'effet de l'insuline d'une dose précédente peut encore réduire votre glycémie. L'accumulation de doses d'insuline augmente le risque d'hypoglycémie et doit donc être évitée. Une façon d'éviter que les doses d'insuline ne s'accumulent est de vous assurer que vous entrez toutes vos doses d'insuline à action rapide dans votre appli. Cela donne à votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} la possibilité de les prendre en compte lors du calcul de la dose recommandée.

Réglages d'Insulin Mentor^{MC}

Rappelez-vous : votre professionnel de la santé entre vos paramètres lorsque votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} est activée. Bien que cela ne soit pas possible dans tous les pays, votre professionnel de la santé peut vous autoriser à modifier les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Si vous avez des questions, contactez votre professionnel de la santé avant d'apporter des modifications.

Ajouter des créneaux horaires

Votre professionnel de la santé voudra peut-être que certains réglages de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} varient en fonction du moment de la journée. Pour votre objectif de glycémie cible, votre facteur de correction et votre rapport insuline/glucides, votre professionnel de la santé peut ajouter des créneaux horaires par incréments de 30 minutes. Les paramètres peuvent être ajustés dans chaque créneau horaire. Appuyez simplement sur le « + » dans ces sections pour ajouter des paramètres pour un créneau horaire différent.

Rapport insuline/glucides

Ce rapport vous indique combien de grammes de glucides sont couverts par une unité d'insuline prandiale.

Par exemple, si votre rapport d'unités d'insuline/glucides est de 1:20, cela signifie qu'une unité d'insuline couvrira 20 grammes de glucides.

Facteur de correction

Ceci est également connu comme facteur de sensibilité à l'insuline. Il s'agit d'une estimation faite par votre professionnel de la santé de l'effet d'une unité d'insuline sur votre glycémie.

Supposons que vous avez un facteur de correction d'une unité : 2.2 mmol/L. Votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} inclura une unité d'insuline dans votre dose recommandée pour chaque 2.2 mmol/L où votre glycémie est supérieure à votre objectif. Elle soustraira une unité pour chaque 2.2 mmol/L où votre glycémie est inférieure à votre objectif.

Objectif de glycémie pour le dosage d'insuline (Objectif de glycémie)

Votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} vise à rétablir votre glycémie à cet objectif et vous recommande une dose basée sur celui-ci. N'oubliez pas que votre professionnel de la santé peut également avoir inclus une zone tampon avec votre objectif dans vos paramètres. Si c'est le cas, votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} prendra en compte cette zone tampon lorsqu'il calculera une recommandation.

Supposons que votre objectif est de 6.7 mmol/L +/- 1.1 mmol/L. Si votre glycémie est supérieure à 7.8 mmol/L, votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} vous recommandera une dose de correction. Si votre glycémie est à 7.8 mmol/L, ce ne sera pas le cas. De même, si vous êtes en dessous de 5.6 mmol/L, la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} baissera votre dose de

correction. Si votre glycémie est à 5.6 mmol/L, ce ne sera pas le cas. Dans les deux cas, l'objectif est de ramener votre glycémie à votre objectif de 6.7 mmol/L.

Durée de l'insuline active

La durée de l'insuline active vous indique combien de temps votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} considérera une dose de bolus d'insuline précédemment enregistrée comme étant encore active. Une fois cette durée écoulée, votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} cessera d'inclure la dose dans les calculs. N'oubliez pas que cette valeur est définie initialement par votre professionnel de la santé.

Supposons que votre durée d'insuline active est de quatre heures et que vous avez pris un bolus d'insuline il y a trois heures. Votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} considérera toujours qu'une partie de cette dose d'insuline est encore active. En conséquence, la dose recommandée pour corriger votre glycémie sera réduite. Maintenant, supposons que vous ayez pris votre dernière dose d'insuline en bolus il y a cinq heures. Votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne considérera pas que l'insuline de votre dernière dose est encore active. Cette insuline ne sera pas incluse dans votre calcul, car votre insuline active est égale à zéro.

Votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} demande « **Voyez-vous votre insuline récente?** » en guise de rappel pour vous aider à éviter toute accumulation d'insuline, et ce, pour votre sécurité.

Limite maximale de dose unique

Votre limite maximale de dose unique est définie comme une fonction de sécurité. Étant donné que prendre trop d'insuline peut être dangereux, votre professionnel de la santé a défini une limite de dose unique pour assurer votre sécurité. Si votre dose recommandée est supérieure à cette limite, vous en serez informé.

Augmentation du dosage

Votre professionnel de la santé fixera l'augmentation de votre dosage (0.5 unité ou 1.0 unité) au cours de l'activation de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Discutez de vos questions avec votre professionnel de la santé.

Concentration d'insuline

Votre professionnel de la santé déterminera de manière appropriée votre concentration en insuline pendant l'activation de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Discutez de vos questions avec votre professionnel de la santé.

Réglages d'Insulin Mentor^{MC}

Votre professionnel de la santé peut vous donner la possibilité de modifier les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

- Avant de changer quoi que ce soit, parlez à votre professionnel de la santé si vous avez des questions ou des préoccupations.
- N'oubliez pas que votre professionnel de la santé a configuré ces paramètres spécialement pour vous et ne laissez personne d'autre modifier les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

Vous pouvez mieux comprendre les termes utilisés en vous référant aux réglages de fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Voir [Terminologie de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}](#).

Pour modifier les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} sur votre dispositif mobile :

1. Lancez l'appli mobile OneTouch Reveal®.
2. Dans le **Calendrier**, appuyez sur le menu **Plus** situé en haut et à droite de l'écran.
3. Appuyez sur **Mes réglages**.
4. Sur l'onglet **Réglages du système** de l'écran **Mes réglages**, appuyez sur **Réglages** dans Insulin Mentor^{MC}.

5. Si votre professionnel de la santé a désactivé votre capacité à modifier les réglages de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, l'écran **Réglages d'Insulin Mentor^{MC}** apparaîtra en mode « lecture seule » et tous les réglages apparaîtront en gris. Votre professionnel de la santé peut appuyer sur **Modifier** et inscrire un code d'activation afin d'activer votre capacité à modifier les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.
6. Réglez le **Rapport insuline/glucides**. Un rapport insuline/glucides de **1:10** signifie qu'une unité d'insuline couvrirait 10 grammes de glucides. Le **Rapport insuline/glucides** minimum est de 1:1; le maximum est de 1:100. Vous pouvez définir un seul rapport insuline/glucides pour une période de 24 heures ou vous pouvez cliquer sur l'icône plus (+) et définir jusqu'à 12 périodes différentes avec différents rapports insuline/glucides pour différentes heures de la journée.
7. Réglez **Facteur de correction** sur **1:x mmol/L**. Le rapport minimum **Facteur de correction** que vous pouvez régler est de 1:0.1 mmol/L; le rapport maximal est de 1:11.1 mmol/L. Vous pouvez définir un seul **Facteur de correction** pour une période de 24 heures, ou vous pouvez cliquer sur l'icône plus (+) et définir jusqu'à 12 périodes différentes avec différents facteurs de correction à différentes heures de la journée.
8. L'**Objectif de glycémie** est le taux de glycémie que votre professionnel de la santé souhaite que vous atteigniez après l'administration d'une dose d'insuline en bolus. Le nombre qui suit le **+/-** représente l'écart acceptable par rapport à cet objectif. Si votre professionnel de la santé règle votre **Objectif de glycémie** sur **6.5 mmol/L** avec un écart **(+/-)** de **1.0 mmol/L**, alors la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne calculera une correction de la glycémie négative ou positive que si votre lecture de la glycémie est inférieure à 5.5 mmol/L ou supérieure à 7.5 mmol/L, respectivement. Vous pouvez définir un seul **Objectif de glycémie** et un écart pour une période de 24 heures ou vous pouvez cliquer sur l'icône plus (+) et définir jusqu'à 12 périodes différentes avec des valeurs d'**Objectif de glycémie** et des écarts différents à différentes heures de la journée.
9. Choisissez une **Durée de l'insuline active** en appuyant sur **heures** et en sélectionnant une valeur à partir du menu. La plage des options s'étend de **2.0** heures à **6.5** heures, avec des paliers de 30 minutes.
10. Choisissez une **Limite maximale de dose unique** en appuyant sur **unités (u)**. Il s'agit de la dose maximale en bolus que votre professionnel de la santé souhaite que vous preniez en même temps. La valeur minimale est de 1 unité; la valeur maximale est de 150 unités.
11. Sélectionnez une **Augmentation du dosage** en appuyant sur **unités (u)** pour sélectionner une **Augmentation du dosage** que votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} utilisera : choisissez des demi-unités (**0.5**) ou des unités entières(**1.0**) dans le menu.
12. Choisissez une valeur pour la **Concentration d'insuline** en tapant dans le champ situé à côté. Les options sont :
 - **Régulière (U100)**
 - **U100 (action rapide)**
 - **U200 (action rapide)**
13. Sur l'écran **Réglages d'Insulin Mentor^{MC}**, l'interrupteur **Permettre la modification patient** indique si vous pouvez, en tant que patient, modifier les paramètres de votre **Réglages d'Insulin Mentor^{MC}**. Si l'interrupteur apparaît en gris et à gauche, c'est que votre professionnel de la santé vous a empêché de modifier les réglages de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Si l'interrupteur apparaît en vert et à droite, c'est qu'au contraire, vous pouvez les modifier.
 Si l'interrupteur **Permettre la modification patient** est allumé, vous pouvez l'éteindre pour vous empêcher de modifier les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. On vous demandera si vous êtes certain de vouloir supprimer la possibilité pour le patient de modifier ces réglages. Vous pouvez appuyer sur **Annuler** ou appuyer sur **Oui** pour désactiver votre permission de faire des modifications, puis appuyer sur **Enregistrer** dans le coin supérieur droit pour désactiver votre capacité à modifier vos paramètres. Si vous désactivez la fonction **Permettre la modification patient** et que vous souhaitez modifier vos propres paramètres à l'avenir, vous devrez contacter votre professionnel de la santé pour les réactiver.
14. Quand vous avez fini de mettre à jour les paramètres de votre fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, appuyez sur **Enregistrer** dans le coin supérieur droit de l'écran.

Si un jour vous souhaitez cesser d'utiliser ou désactiver la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, retournez à l'onglet **Réglages du système** de l'écran **Mes réglages** et appuyez sur l'interrupteur situé à côté de l'Insulin Mentor^{MC}. Un avertissement vous rappellera que si vous souhaitez retrouver l'accès à la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}, votre professionnel de la santé devra le réactiver pour vous. Appuyez sur **Désactiver** pour cesser d'utiliser la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.

Chapitre

9

Carbs MentorMC

Fonction Carbs MentorMC

La fonction Carbs Mentor^{MC} vous fournit des informations plus précises et des conseils sur la nourriture afin de mieux gérer vos repas. Les informations provenant de la fonction Carbs Mentor^{MC} vous aident à mieux comprendre les glucides dans votre alimentation afin de prendre des décisions plus éclairées.

La fonction Carbs Mentor^{MC} accroît la fonctionnalité de la façon dont vous ajoutez des événements de glucide. Voir [Ajouter des glucides](#). Lorsque vous sélectionnez des aliments et leurs portions, assurez-vous de bien choisir les bonnes tailles de portion et quantité de glucides. Lorsque vous créez ou vous modifiez un événement de glucides :

1. Appuyez sur l'icône de la loupe sur l'écran **Ajouter un événement** ou **Modifier un événement**. Une barre de recherche s'affiche.
2. Une fois dans l'écran de recherche, appuyez sur la barre de recherche et entrez le nom de l'aliment que vous souhaitez consommer. Appuyez ensuite sur l'icône de la loupe située à côté de la barre de recherche pour obtenir les résultats de la recherche. Pour utiliser la fonction de lecture des codes-barres, appuyez sur l'icône du code-barres dans l'écran d'accueil Carbs Mentor^{MC} et ayez à portée de main l'emballage du repas que vous souhaitez consommer, prêt à être numérisé.
 - La fonction Carbs Mentor^{MC} affiche les résultats en fonction de votre terme de recherche. Trouvez les aliments que vous recherchez et appuyez sur l'icône plus à droite du résultat de la recherche pour le sélectionner.
 - Appuyez sur l'aliment que vous avez sélectionné pour afficher un sélecteur ajustable. Ce sélecteur peut être utilisé pour modifier la taille de la portion, ce qui change la quantité de glucides.
3. Vous pouvez également numériser le code-barres d'un produit en appuyant sur l'icône du numériseur de codes-barres.
Une fois la numérisation réussie, ajustez la taille de votre portion.
4. L'onglet **AJOUTÉ À L'INSTANT** inclut des aliments que vous avez ajoutés pour l'événement de glucides actuel. L'onglet **Récent** inclut les 25 derniers aliments que vous avez choisis à partir de la fonction Carbs Mentor^{MC}. Si vous souhaitez ajouter des aliments, appuyez dans la barre de recherche ou sur le numériseur de codes-barres à nouveau et répétez le processus.
5. Vous pouvez supprimer un aliment sélectionné en cochant la case.
6. Vous pouvez appuyer sur l'étoile à gauche du résultat de la recherche pour ajouter l'aliment à vos favoris.
7. Appuyez sur **Terminé**.
8. Après avoir sélectionné un ou plusieurs éléments à partir de la fonction Carbs Mentor^{MC}, une icône représentant une flèche ascendante s'affiche à côté de la valeur des glucides. Si vous appuyez sur celle-ci, elle s'agrandit pour afficher les éléments Carbs Mentor^{MC} que vous avez sélectionnés et les glucides associés.
9. Appuyez sur **Enregistrer** pour ajouter l'événement de glucides à votre calendrier.

REMARQUE :

- L'appli mobile OneTouch Reveal[®] enregistrera uniquement les grammes de glucides à partir de votre entrée Carbs Mentor^{MC}. L'appli mobile n'enregistrera pas le type d'aliment, le nombre de portions ou toute information autre que la valeur en grammes dans votre calendrier, le journal ou tout rapport.
- Lorsqu'une entrée est enregistrée, le nombre de grammes de glucides est arrondi au nombre entier le plus proche.

Chapitre

10

Menu Plus

Menu Plus

Le menu **Plus** fournit un accès aux réglages de base et à l'information concernant votre appli. Les options suivantes sont disponibles :

- **Mes réglages**—Vous permet de personnaliser l'appli et de modifier l'information entrée au moment de l'inscription.
- **Mes lecteurs**—Vous permet de gérer quels lecteurs sont jumelés avec votre appareil mobile.
- **Mes rappels**—Vous permet de gérer vos rappels. Voir [Rappels](#).
- **Mon compte**—Vous permet de gérer vos coordonnées, vos préférences de connexion, vos communications et votre mot de passe.
- **Connexions**—Vous permet de gérer vos connexions aux applications externes et à votre équipe soignante.
- **Aide**—Fournit un accès au fichier d'aide.
- **Communiquer avec nous**—Fournit les coordonnées à utiliser si vous avez des questions concernant l'appli.
- **Conditions d'utilisation**—Affiche les conditions d'utilisation de l'appli.
- **Politique de confidentialité**—Affiche la politique de confidentialité accompagnant l'appli.

Mes réglages

Mes réglages

Vous pouvez personnaliser plusieurs réglages de l'appli de manière à afficher les informations selon vos préférences.

Réglages du système

Conseils de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC})

Fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC})

REMARQUE : Tous les lecteurs et toutes les fonctions ne sont pas disponibles dans tous les pays. Cette fonction est disponible et configurable pour les utilisateurs qui ont jumelé leur lecteur compatible Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) avec leur appli mobile.

1. Appuyez sur le menu **Plus**.
2. Appuyez sur **Mes réglages**.

Vous arriverez dans la section **Réglages du système** de **Mes réglages**.

3. Appuyez sur **Appli** si vous souhaitez que les conseils de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) apparaissent dans l'appli mobile OneTouch Reveal[®] uniquement.
4. Appuyez sur **Lecteur** si vous souhaitez que les conseils de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) apparaissent seulement sur votre lecteur.
5. Appuyez sur **Les deux** si vous souhaitez que les conseils de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) apparaissent sur votre lecteur et dans l'appli mobile.
6. Appuyez sur **Désactivé** si vous ne souhaitez pas recevoir les conseils de la fonction Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}).

Consignation des événements

Si vous n'enregistrez pas vos doses d'insuline dans l'appli mobile OneTouch Reveal[®], vous pouvez supprimer l'événement Insuline pour libérer de l'espace sur les écrans Jour et Semaine de votre journal. La consignation des événements Insuline est activée par défaut. Pour activer ou désactiver les événements Insuline, appuyez sur le menu **Plus**, puis **Mes réglages** et **Réglages du système**. Sous **Consignation des événements**, vous pouvez désactiver **Insuline** en tapotant sur le bouton de bascule.

Repères d'événement

REMARQUE :

- Tous les lecteurs et toutes les fonctions ne sont pas disponibles dans tous les pays.
- Vous ne pouvez modifier l'ordre des repères d'événement que dans votre appli.
- Si vous utilisez un lecteur Coach de Glycémie (Blood Sugar Mentor^{MC}) compatible, seuls les cinq premiers repères d'événement commandés seront synchronisés avec votre lecteur.

Les patients qui ont jumelé un lecteur de glycémie compatible avec un repère d'événement avec l'application mobile OneTouch Reveal[®] peuvent appliquer jusqu'à huit repères d'événement à chaque lecture de glycémie. Les repères d'événement tels que **Insuline** ou **Exercice** décrivent brièvement ce que vous faisiez ou comment vous vous sentiez au moment du relevé du résultat. Vous pouvez commander des repères d'événement en appuyant sur le menu **Plus**, **Mes réglages** et ensuite **Réglages du système**. Appuyez et maintenez votre doigt sur une icône de repère d'événement, puis faites-la glisser vers la gauche ou la droite dans votre ordre de préférence.

Si vous ne souhaitez pas utiliser de repères d'événement, vous pouvez appuyer sur le repère d'événement que vous souhaitez supprimer et le maintenir enfoncé, puis faites-le glisser vers le bas et sous la barre. Le contour d'une icône représentant une corbeille apparaîtra pour vous indiquer que vous le supprimez. Lorsque vous voyez l'icône de la corbeille, retirez votre doigt. Cette nouvelle commande s'affiche sur les écrans **Ajouter un événement** et **Modifier un événement** de l'appli.

Réglages classiques des repas dans le journal

La fonction Réglages classiques des repas dans le journal consiste en une roue dans laquelle vous pouvez sélectionner des créneaux horaires dans votre journal, et en un tableau indiquant le début et la fin de ces créneaux horaires. Les créneaux horaires par défaut pour l'appli mobile OneTouch Reveal[®] sont :

Nuit : Minuit à 5 h

Déjeuner : 5 h à 11 h

Dîner : 11 h à 17 h

Souper : 5 p.m. à 9 p.m.

Coucher : de 9 p.m. à minuit

Vous pouvez modifier le créneau horaire afin de mieux refléter votre propre emploi du temps et vos heures de repas habituelles. Pour modifier un créneau horaire, appuyez sur la cellule du tableau contenant l'heure que vous souhaitez changer, puis choisissez une nouvelle heure dans la roue de défilement et appuyez sur **OK**.

Suivi des objectifs

Suivez les étapes ci-dessous pour configurer chaque objectif. Vous pouvez suivre vos objectifs quotidiens ou hebdomadaires en appuyant sur le bouton radio qui apparaît au bas de l'outil **Suivi des objectifs**.

Régler les objectifs de test de glycémie

Appuyez sur le menu **Plus**, puis **Mes réglages** pour aller au menu **Réglages du système**. Balayez vers le bas vers **Suivi des objectifs** et appuyez sur **Activé** pour commencer à suivre vos objectifs. Appuyez sur ensuite le champ à côté de **Tests de glycémie**. Lorsque le clavier apparaît, entrez le nombre de résultats de glycémie que vous souhaitez tester pour atteindre votre objectif, puis appuyez sur **Terminé**. Vous avez également l'option de suivre votre objectif dans l'application mobile OneTouch Reveal® en appuyant sur **Appli**, sur votre OneTouch Ultra Plus Reflect^{MC} ou sur le lecteur OneTouch Verio Reflect® en appuyant sur **Lecteur** ou sur l'application mobile OneTouch Reveal® et votre OneTouch Ultra Plus Reflect^{MC} ou le lecteur OneTouch Verio Reflect® en appuyant sur **Les deux**.

Définir un objectif de pas

Appuyez sur le menu **Plus**, puis **Mes réglages** pour aller au menu **Réglages du système**. Balayez vers le bas vers **Suivi des objectifs**. Si le suivi des objectifs n'est pas déjà réglé sur **Activé**, tapotez sur **Activé**. Tapez sur le champ à côté de **Pas**, et lorsque le clavier apparaît, entrez le nombre de **Pas** que vous souhaitez marcher pour atteindre votre objectif et tapez sur **Terminé**.

REMARQUE : La source du décompte **Pas** dans l'appli mobile OneTouch Reveal® est Fitbit ou votre appli de santé approuvée.

Définir un objectif de glucides

Appuyez sur le menu **Plus**, puis **Mes réglages** pour aller au menu **Réglages du système**. Balayez vers le bas vers **Suivi des objectifs**. Si **Suivi des objectifs** n'est pas déjà réglé sur **Activé**, tapotez sur **Activé**.

Appuyez sur le champ à côté de **Glucides**. Lorsque le clavier s'affiche, entrez le nombre de fois que vous souhaitez enregistrer votre apport en glucides pour atteindre votre objectif et tapotez sur **Terminé**.

Définir un objectif d'activité

Appuyez sur le menu **Plus**, puis **Mes réglages** pour aller au menu **Réglages du système**. Balayez vers le bas vers **Suivi des objectifs**. Si **Suivi des objectifs** n'est pas déjà réglé sur **Activé**, appuyez sur **Activé**.

Appuyez sur le champ à côté de **Activité**. Lorsque le clavier s'affiche, entrez le nombre de minutes d'activité que vous souhaitez effectuer pour atteindre votre objectif, puis tapotez sur **Terminé**.

Réglages utilisateur

Plage (y compris le repère de repas)

L'intervalle est défini par un seuil de glycémie bas et un seuil de glycémie élevé. Ces valeurs ont une incidence sur l'affichage des résultats dans l'appli.

REMARQUE : Les seuils bas et élevé que vous avez réglés dans l'appli peuvent être différents de ceux définis dans votre lecteur. Si l'appli détecte une différence entre les deux, elle vous invitera à choisir la plage d'objectifs du lecteur ou celle de l'appli pour le stockage des résultats dans le lecteur et l'affichage de vos résultats dans l'appli. Une fois la plage de valeurs choisie, le lecteur et l'appli utiliseront la même plage d'objectifs.

⚠ MISE EN GARDE : Assurez-vous de consulter votre professionnel de la santé au sujet des seuils de glycémie bas et élevé qui vous conviennent. Lors de la sélection ou du changement de vos seuils, vous devez prendre en compte d'autres facteurs tels que vos habitudes de vie et votre traitement du diabète.

N'apportez jamais de changements importants à votre plan de soins du diabète sans avoir consulté préalablement votre professionnel de la santé.

Les réglages du seuil bas et du seuil élevé seront différents si **Marquage repas** est activé ou désactivé. **Marquage repas** est activé s'il est vert et basculé vers la droite et est désactivé s'il est gris et basculé vers la gauche.

REMARQUE : Si vous avez jumelé votre appli mobile avec un lecteur OneTouch Ultra Plus Reflect^{MC} ou OneTouch Verio Reflect[®], vous ne pourrez pas désactiver le Marquage des repas.

Appuyez sur le menu **Plus**, puis sur **Mes réglages** et sur **Réglages utilisateur**. L'option **Marquage repas** apparaît sous **Plage**. Lorsque **Marquage repas** sera activé, vous verrez deux séries de pages : **Avant le repas** et **Après le repas**, **Globale** étant grisé. Si **Marquage repas** est désactivé, seul **Globale** apparaît.

Pour définir vos seuils **Basse** et **Élevée** :

1. Sous **Plage**, appuyez sur la valeur que vous souhaitez modifier (**Avant le repas**, **Après le repas** ou **Globale**).
2. Une roue de défilement s'affichera. Elle sera définie sur le seuil bas actuel de cette valeur. Par défaut, votre appli **Seuil bas** est réglée sur 4.0 mmol/L. Faites défiler vers le haut ou vers le bas pour sélectionner le **Seuil bas** souhaité, puis appuyez sur **OK**.
3. La valeur affichée dans la roue de défilement sera modifiée pour refléter votre **Seuil élevé** actuel. Pour les valeurs **Après le repas** et **Globale**, le paramètre par défaut de l'application pour votre **Seuil élevé** est 10.0 mmol/L. En ce qui concerne **Avant le repas**, le réglage par défaut de l'appli est 7.0 mmol/L. Sélectionnez un nouveau **Seuil élevé** et appuyez sur **OK**.

Sexe, Type de diabète, Gestion du diabète

L'écran **Réglages utilisateur** vous permet également de sélectionner ou de changer votre **Sexe**, de sélectionner ou de changer **Type de diabète**, et d'entrer des renseignements relatifs à la façon dont vous gérez votre diabète.

Mes lecteurs

Affichage de tous les lecteurs actuellement jumelés avec cet appareil mobile compatible, y compris la date et l'heure de la dernière synchronisation de chacun d'eux avec cet appareil. Cela vous permet de suivre vos transferts de données et contribue à garantir la synchronisation en temps utile de toutes les données souhaitées du lecteur avec l'appareil mobile compatible.

Vous pouvez également jumeler des lecteurs supplémentaires avec cet appareil mobile compatible à partir de cet écran.

Mes rappels

Mes rappels

Créez et configurez des rappels concernant la réalisation des tests, la prise d'insuline ou d'autres actions importantes. Voir [Rappels](#).

Veuillez prendre toutes les décisions de traitement en fonction des informations provenant de votre lecteur et consulter votre professionnel de la santé pour ce qu'il convient de faire dans votre cas.

Rappels

Vous pouvez définir des rappels personnels dans l'appli pour vous inviter à effectuer un test, à prendre une collation, à pratiquer une activité, à faire de l'exercice ou à accomplir d'autres actions importantes. Les rappels sont définis pour vous inviter à entreprendre ces actions à une date et une heure particulières, et peuvent être réglés pour vous le rappeler régulièrement. Les rappels fonctionnent beaucoup comme les autres rappels que vous avez définis dans votre appareil mobile compatible.

REMARQUE : Plusieurs types de rappels sont prédéfinis dans l'appli. Les notifications doivent être activées dans les réglages de votre appareil mobile pour que vous puissiez recevoir les rappels.

Ajout d'un rappel

1. Appuyez sur **Mes rappels** sur le menu **Plus** pour afficher l'écran Rappels.
2. Appuyez sur le bouton + pour ajouter un rappel.
L'écran **Choisir un rappel** s'affiche avec une liste de rappels prédéfinis. Vous pouvez ajouter un rappel personnalisé en tapotant sur **Nouveau rappel** et en lui donnant un nom.
3. Sélectionnez un rappel de la liste.
L'écran **Définir un rappel** s'affiche.
4. Entrez une description, si besoin est.
5. Utilisez la roue du calendrier pour définir une date et une heure pour le rappel.
6. Appuyez sur **Répéter** pour régler la fréquence des rappels.
7. Appuyez sur **Enregistrer** lorsque vous avez terminé.

Vous serez invité(e) à autoriser les notifications, si vous configurez un rappel pour la première fois. Vous pouvez être invité à autoriser les « Alarmes et rappels » dans les réglages de votre appareil mobile. Le nouveau rappel apparaîtra alors sur l'écran Rappels.

Suppression de rappels

Appuyez sur le rappel pour voir les détails, puis sur **Supprimer**.

Réception des rappels

Votre appareil mobile compatible affichera le rappel à la date et à l'heure appropriées. Appuyez sur **OK** pour omettre.

REMARQUE : Les notifications doivent être activées dans les réglages de votre appareil mobile pour que vous puissiez recevoir les rappels.

Rappels automatiques

L'appli peut vous envoyer des rappels si vous n'avez pas synchronisé vos résultats ou démarré l'appli depuis un moment. Le réglage Rappel automatique est activé par défaut.

Pour recevoir un rappel automatique, le réglage Rappel automatique doit être **ACTIVÉ** dans l'appli et les notifications doivent être activées dans les réglages de votre appareil mobile. Si les notifications sont **DÉSACTIVÉES** dans les réglages de l'appareil mobile, l'appli n'enverra pas de rappel automatique, même si les rappels automatiques sont bien **ACTIVÉS** dans l'appli.

REMARQUE : si l'option de rappel automatique est grisée, il se peut que vous deviez autoriser les notifications ou les permissions « Alarmes et rappels » dans les réglages de votre appareil mobile. Appuyez sur le bouton à bascule pour suivre les instructions.

Mon compte

Nom d'utilisateur

Cet écran affiche votre nom d'utilisateur/adresse de courriel associés à votre compte. Il comprend une option de déconnexion.

Détails du compte

Mettez à jour votre nom, vos coordonnées ou votre mot de passe.

Dernière synchronisation

Affichez la dernière synchronisation avec votre lecteur et avec votre compte. Appuyez sur **Synchronisation avec un compte** pour synchroniser les résultats mis à jour ou les modifications apportées à vos réglages avec le nuage OneTouch®.

Préférences de connexion

Vous pouvez choisir ici de rester connecté ou d'utiliser empreintes digitales. Si vous désactivez ces fonctions, vous devrez vous connecter à chaque fois.

Communications

Abonnez-vous pour recevoir régulièrement des courriels récapitulatifs présentant vos données de glycémie sur une période de 14 ou 30 jours.

Informations et offres

Vous pouvez choisir de recevoir des renseignements sur le diabète et des offres promotionnelles de la part de OneTouch Reveal®.

Supprimer le compte

Appuyez sur le bouton à l'écran pour supprimer votre compte. Voir [Suppression de votre compte OneTouch Reveal®](#).

Connexions

Connexions

Les connexions vous permettent de partager vos informations de santé avec d'autres applications ou avec votre professionnel de la santé. En appuyant sur Connexions dans le menu **Plus**, vous affichez un aperçu de vos connexions.

REMARQUE : si vous utilisez un compte de tuteur OneTouch Reveal®, assurez-vous que vous vous connectez à une appli de santé qui n'utilise que les données personnelles de votre personne à charge.

Applis

Produits Fitbit

Les produits Fitbit sont des marques déposées de Fitbit LLC et de ses filiales aux États-Unis et dans d'autres pays.

Vous connecter à un produit Fitbit vous permet de partager vos données relatives au produit Fitbit avec OneTouch Reveal®.

1. Appuyez sur le menu **Plus**, puis **Connexions**.
2. Touchez le bouton à bascule pour les produits Fitbit sur le côté droit de l'écran pour activer la connexion avec les produits Fitbit.
3. Sur l'écran suivant, connectez-vous à votre compte produit Fitbit.
4. Ensuite, sélectionnez les données que vous souhaitez partager depuis votre produit Fitbit vers OneTouch Reveal®.
L'affichage des données relatives aux carburants du produit Fitbit n'est pas pris en charge pour le moment, mais il est prévu pour une prochaine version.
5. Appuyez sur **Autoriser**.

REMARQUE : Pour désactiver la connexion avec votre produit Fitbit, appuyez à nouveau sur le bouton à bascule. Vous ne pourrez plus partager vos données Fitbit relatives au produit avec l'appli mobile OneTouch Reveal®.

Se connecter avec une appli de santé

Cette fonction est seulement disponible sur les dispositifs qui prennent en charge Partage de données.

Lorsqu'elle est disponible, la fonction Connexions vous permet de partager vos données de glycémie avec des applis de santé approuvées. Cela permet également à l'application mobile OneTouch Reveal® d'importer les données d'exercice (pas et activité) de votre appli de santé approuvée.

1. Appuyez sur le menu **Plus**, puis **Connexions**.
2. Appuyez sur le bouton à bascule sur le côté droit de l'écran pour activer la connexion avec l'appli de santé approuvée.
Si l'appli de santé n'est pas installée sur votre appareil mobile, vous serez redirigé vers Google Play pour la télécharger avant de continuer.
3. Examinez les informations relatives au partage des données entre l'appli mobile OneTouch Reveal® et l'appli de santé approuvée.
Appuyez sur **Autoriser** pour confirmer la connexion.
4. Si vous souhaitez désactiver la connexion, appuyez sur le bouton pour la désactiver. Vous ne pourrez plus partager vos informations OneTouch Reveal® avec l'appli de santé.

REMARQUE :

- Vous pouvez modifier vos réglages dans l'appli de santé pour désactiver complètement l'accès à l'appli mobile OneTouch Reveal®.
- Les applis santé connectées peuvent afficher vos résultats dans une unité de mesure différente de celle de l'appli mobile OneTouch Reveal®.

Équipe soignante

Vous pouvez partager vos renseignements sur la santé avec votre équipe soignante comme la clinique de votre médecin ou d'autres professionnels de la santé. Utilisez cette section pour voir à quelles cliniques vous êtes connecté(e) et pour partager vos informations sur la santé avec d'autres cliniques. Vous pouvez commencer le partage avec votre équipe soignante en obtenant un code clinique. Communiquez avec votre équipe soignante pour voir si elle est inscrite.

Pour cesser de partager vos informations sur la santé avec une clinique, veuillez communiquer directement avec la clinique.

Aide

Dans le menu **Plus**, appuyez sur **Aide** pour accéder à ce fichier d'aide.

Communiquer avec nous

Dans le menu **Plus**, appuyez sur **Nous contacter** pour les principales coordonnées, y compris l'adresse de courriel et le numéro de téléphone pour joindre le service à la clientèle LifeScan et l'adresse URL LifeScan. Les versions de l'appli et du système d'exploitation Android sont également affichées ici.

Conversation du service à la clientèle

Appuyez sur **Clavarder maintenant** pour ouvrir une boîte de dialogue avec OneTouch® où vous pourrez obtenir de l'aide et en savoir plus sur nos produits.

Conditions d'utilisation

Dans le menu **Plus**, appuyez sur **Conditions d'utilisation** pour afficher les informations.

Politique de confidentialité

Dans le menu **Plus**, appuyez sur **Politique de confidentialité** pour afficher les informations.

Chapitre

11

Dépannage

Foire aux questions

Pourquoi est-ce que je ne peux pas modifier le résultat de glycémie dans la section Modifier un résultat?

La valeur des résultats de glycémie envoyés par un lecteur à l'appli ne peut pas être changée. Vous ne pouvez changer que la valeur des résultats saisis manuellement.

Pourquoi est-ce que je ne peux pas changer la date ou l'heure d'un résultat de glycémie dans la section Modifier un résultat?

La date et l'heure des mesures envoyées par un lecteur à l'appli ne peuvent pas être changées. Vous ne pouvez changer que la date et l'heure des résultats entrés manuellement.

Pourquoi est-ce que je ne vois pas les boutons Avant le repas et Après le repas?

La fonction Repère des repas est peut-être DÉSACTIVÉE. Allez au menu **Plus > Mes réglages** et assurez-vous que la fonction Placer des repères de repas est ACTIVÉE.

Pourquoi est-ce que je ne vois pas les icônes d'insuline sur l'écran Ajouter un événement?

Cette fonction est peut-être désactivée. Allez au menu **Plus > Mes réglages** et activez le bouton à bascule **Consignation des événements**.

Quelle est la différence entre les mesures qui s'affichent sous la forme de chiffres bleus et rouges et celles qui s'affichent avec la mention LO et HI?

Les chiffres bleus (glycémie basse) et rouges (glycémie élevée) apparaissent quand vos résultats de glycémie se situent à l'extérieur de votre plage. LO ou HI apparaît lorsqu'un résultat se situe hors de la plage que le lecteur peut mesurer avec précision (en dessous de 1.1 mmol/L ou au-dessus de 33.3 mmol/L).

Comment dois-je m'y prendre pour jumeler le lecteur avec mon appareil mobile?

Suivez les instructions de jumelage figurant dans ce fichier d'aide. Voir [Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile](#).

Assurez-vous que :

- Les batteries/piles du dispositif et du lecteur sont suffisamment chargées.
- La fonction **Bluetooth®** du lecteur et du dispositif est activée.
- Aucun autre appareil doté de la fonction **Bluetooth®** n'est actif à proximité de l'appareil mobile.

Si l'appareil mobile ne parvient pas à trouver le lecteur, vérifiez l'écran du lecteur pour vous assurer que l'icône de synchronisation clignote. Si l'icône de synchronisation ne clignote pas, il se peut alors qu'un autre dispositif sans fil doté de la fonction **Bluetooth®** provoque des interférences. Éteignez le lecteur, puis réessayez après quelques minutes.

Que puis-je faire pour mieux protéger mon compte OneTouch Reveal®?

Améliorez la sécurité de votre compte OneTouch Reveal® et de ses données en suivant les meilleures pratiques décrites dans la section Cybersécurité du fichier d'aide. Voir [Cybersécurité](#).

Qu'advient-il de mes données lorsque l'appli ne sera plus disponible sur le marché?

Vous recevrez une notification préalable de la suppression de l'appli dans votre pays. Veuillez télécharger toutes les données que vous souhaitez conserver. Lorsque l'appli n'est plus disponible, toutes les données associées au compte seront supprimées et ne pourront pas être récupérées.

Quelle est la différence entre le jumelage et la synchronisation?

Le jumelage du lecteur et de l'appareil mobile permet d'établir une connexion sans fil par l'intermédiaire de l'appareil mobile **Bluetooth®**. Une fois le lecteur jumelé, l'appli effectue une synchronisation pour la première fois. La synchronisation de vos appareils jumelés envoie les résultats de glycémie de votre lecteur à l'appli.

Comment dois-je m'y prendre pour jumeler le lecteur avec mon appareil mobile?

Pour les instructions de jumelage, voir [Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile](#).

Pourquoi mon lecteur ne se jumèle-t-il pas avec mon appareil mobile?

Avant de jumeler vos appareils, la fonction **Bluetooth®** doit être activée à la fois sur le lecteur et sur l'appareil mobile.

- Vérifiez votre connexion **Bluetooth®**. Voir ci-dessous.
- Vérifiez que les batteries de l'appareil mobile et du lecteur sont suffisamment chargées.
- Fermez l'appli mobile OneTouch Reveal®, puis ouvrez-la de nouveau.
- Désactivez la fonction **Bluetooth®** sur votre appareil mobile, puis réactivez-la. Attendez un moment pour que la fonction **Bluetooth®** s'active.
- Une fois que l'appli a recherché votre lecteur, assurez-vous qu'il figure sur l'écran des **lecteurs détectés** dans l'appli. Si vous ne voyez pas votre lecteur, recommencez le processus de jumelage. Voir [Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile](#).
- Vérifiez le NIP affiché sur l'écran du lecteur et réessayez de taper le code.
- Lorsque vous saisissez votre NIP, celui-ci ne s'affiche sur le lecteur que pendant 30 secondes environ, puis disparaît. Si vous n'avez pas le temps de saisir votre NIP avant qu'il ne disparaisse, relancez le processus de jumelage.

Comment puis-je vérifier ma connexion Bluetooth®?

- Assurez-vous que la fonction **Bluetooth®** est activée à la fois sur le lecteur et sur l'appareil mobile.
- Désactivez la fonction **Bluetooth®** sur votre appareil mobile, puis **Bluetooth®** réactivez-la.
- Désactivez le **Bluetooth®** sur votre lecteur, puis réactivez **Bluetooth®**.
- Placez les deux appareils à moins de 1.5 mètres l'un de l'autre, sans rien entre eux, comme votre corps, des murs ou de l'eau.
- Les connexions **Bluetooth®** peuvent être affectées par des interférences de radiofréquences (RF). Si vous suspectez des interférences, essayez de déplacer le lecteur et l'appareil mobile vers un autre endroit. Les routeurs WI-FI, les fours à micro-ondes et d'autres appareils sont des exemples d'interférences possibles **Bluetooth®**.
- La fonction **Bluetooth®** sera désactivée dans votre lecteur pendant le test de glycémie. Retirez et éliminez correctement votre bandelette de test une fois le test de glycémie terminé.

Pourquoi mes résultats de glycémie ne sont-ils pas synchronisés avec l'appli?

- Vous devez jumeler votre lecteur avec votre appareil mobile avant de procéder à la synchronisation. Voir [Jumelage de votre lecteur avec votre appareil mobile](#).
- Votre appareil mobile doit être allumé et l'appli doit être lancée.
- S'assurer que la fonction **Bluetooth®** est activé sur votre appareil mobile et votre lecteur.
- Vérifiez votre connexion **Bluetooth®**. Voir ci-dessus.
- Commencez une nouvelle synchronisation en balayant vers le bas depuis le haut de l'écran d'accueil de l'appli.
- Vérifiez que les batteries de l'appareil mobile et du lecteur sont suffisamment chargées.
- Essayez d'éteindre et de rallumer votre lecteur pour commencer à synchroniser les résultats avec l'appli.
- L'insertion d'une bandelette de test pendant la synchronisation annule le transfert de tous les résultats. Vous pouvez réessayer la synchronisation une fois que vous avez terminé votre test de glycémie et que vous avez retiré et éliminé

correctement la bandelette de test.

- La synchronisation peut prendre quelques minutes, en fonction de la quantité de données envoyées par le lecteur à votre appli. Veillez à ce que les deux appareils restent allumés et à portée l'un de l'autre jusqu'à la fin de la synchronisation.
- Vérifiez si des mises à jour sont disponibles pour votre appli ou le système d'exploitation de votre appareil mobile. Cela peut aider à résoudre les problèmes de synchronisation.
- Pour éviter toute confusion et garantir l'exactitude des données visualisées dans l'appli mobile, cette dernière masquera les résultats du lecteur s'ils sont détectés plus de 24 heures à l'avance.
- Les problèmes de connexion peuvent être résolus en supprimant le lecteur de l'appli et le jumelant de nouveau. Voir [Supprimez votre lecteur de l'appli](#).

Besoin d'aide? Appelez-nous au 1 800 663-5521 ou envoyez-nous un courriel à contact@onetouch.ca si vous rencontrez des problèmes de jumelage ou de synchronisation avec votre appareil mobile. Si possible, veuillez appeler en utilisant un autre appareil mobile.

Pourquoi les résultats de solutions de contrôle se synchronisent-ils avec mon appli?

- Certains lecteurs exigent que vous marquiez vos résultats en tant que solution de contrôle pour éviter qu'ils ne soient envoyés à l'appli. Voir les instructions du lecteur pour le test de la solution de contrôle.
- Une fois que les résultats sont envoyés à l'appli, ils ne peuvent plus être supprimés. Ils peuvent entraîner des changements de vos moyennes, vos tendances, votre journal ou vos conseils de mentor.

Pourquoi l'appli affiche-t-elle des résultats inconnus?

- Ne partagez **pas** votre lecteur. Tous les résultats de glycémie enregistrés dans votre lecteur seront synchronisés avec l'appli.
- Une fois que les résultats sont envoyés à l'appli, ils ne peuvent plus être supprimés. Ils peuvent entraîner des changements de vos moyennes, vos tendances, votre journal ou vos conseils de mentor.

Messages d'erreur de l'appli et autres messages

L'appli affiche des messages quand vous avez entré des données non valides, mais aussi pour vous inviter à vérifier certains réglages de l'appli lorsque cela est nécessaire.

Erreur d'accès aux données

Signification

L'appli est incapable d'accéder aux données demandées.

Mesure à prendre

Vous devriez être en mesure de restaurer vos données à partir de votre compte OneTouch Reveal®. Supprimez et réinstallez l'appli, puis connectez-vous de nouveau à votre compte OneTouch Reveal®.

L'appli ne démarre pas

Signification

L'appli mobile OneTouch Reveal® est corrompue.

Mesure à prendre

Supprimez et réinstallez l'appli.

L'appli et le lecteur utilisent des unités de mesure différentes

Signification

Le lecteur que vous jumelez utilise une unité de mesure différente de celle de l'appli.

Mesure à prendre

Veuillez utiliser un lecteur qui est compatible avec l'unité de mesure de l'appli.

Plage différente

Signification

La plage d'objectifs définie dans le lecteur est différente de celle définie dans l'appli.

Mesure à prendre

Confirmez la plage que vous souhaitez utiliser à la fois pour le lecteur et pour l'appli.

Valeur de glycémie incorrecte

Signification

Vous avez saisi une valeur de glycémie qui est supérieure ou inférieure à la plage de valeurs autorisée.

Mesure à prendre

Appuyez sur **OK** et entrez une autre valeur de glycémie comprise entre 1.1 à 33.3 mmol/L

Valeur de glucides incorrecte

Signification

Vous avez entré une quantité de glucides qui est supérieure à la valeur de 999 grammes autorisée.

Mesure à prendre

Appuyez sur **OK**, puis entrez une valeur comprise entre 0 (zéro) et 999 grammes.

Valeur d'insuline incorrecte

Signification

Vous avez saisi une dose d'insuline qui est supérieure à la valeur de 250 unités autorisée.

Mesure à prendre

Appuyez sur **OK**, puis entrez une valeur comprise entre 0 (zéro) et 250 unités.

Valeur de glycémie manuelle incorrecte

Signification

Vous avez changé manuellement un résultat de glycémie par une valeur qui est supérieure ou inférieure à la plage de valeurs autorisée.

Mesure à prendre

Appuyez sur **Annuler la commande** pour afficher le résultat qui s'affichait avant que vous ne le modifiiez. Ou bien, appuyez sur **OK** pour entrer une nouvelle valeur comprise entre 1.1 à 33.3 mmol/L

Chapitre

12

À l'attention de votre professionnel de la santé uniquement

Activation de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} par votre professionnel de la santé

Les professionnels de la santé qui n'utilisent pas l'application Web OneTouch Reveal[®] ont la possibilité d'activer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} pour un patient dans l'appli mobile OneTouch Reveal[®] de l'appareil mobile du patient en suivant les étapes ci-dessous.

Vous aurez besoin d'un code d'activation qui vous sera fourni par votre représentant OneTouch[®]. Dans le cadre de la configuration des réglages de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} du patient, vous pouvez lui donner la possibilité de modifier ses propres réglages. Vous aurez également besoin du code d'activation si vous ne donnez pas au patient la possibilité de modifier ses propres paramètres, ou si vous-même ou le patient désactivez la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Si vous avez besoin d'aide, communiquez avec le service à la clientèle.

Pour configurer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} d'un patient sur son appareil mobile :

1. Lancez l'appli mobile OneTouch Reveal[®].
2. Dans le **Calendrier**, appuyez sur le menu **Plus** situé en haut et à droite de l'écran.
3. Appuyez sur **Mes réglages**.
4. Sur l'onglet **Réglages du système** de l'écran **Mes réglages**, déroulez jusqu'à **Insulin Mentor^{MC}**.
5. Pour activer la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} du patient, appuyez sur l'interrupteur.
6. Inscrivez le code d'activation qui vous a été fourni par votre représentant OneTouch[®] sur l'écran **Entrer le code**.
7. Cochez la case pour confirmer que le patient dispose des connaissances nécessaires pour compter les glucides et calculer un bolus d'insuline, et que vous avez discuté avec lui des moments appropriés pour modifier les paramètres de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}.
8. Appuyez sur **Configurer**.
9. Réglez le **Rapport insuline/glucides**. Un rapport insuline/glucides de **1:10** signifie qu'une unité d'insuline couvrirait 10 grammes de glucides. Le **Rapport insuline/glucides** minimum est de 1:1; le maximum est de 1:100. Vous pouvez définir un seul rapport insuline/glucides pour une période de 24 heures ou vous pouvez cliquer sur l'icône plus (+) et définir jusqu'à 12 périodes différentes avec différents rapports insuline/glucides pour différentes heures de la journée.
10. Choisissez le **Facteur de correction** que vous souhaitez que votre patient respecte, comme **1:x mmol/L**. Le rapport minimum **Facteur de correction** que vous pouvez régler est de 1:0.1 mmol/L; le rapport maximal est de 1:11.1 mmol/L. Vous pouvez définir un seul **Facteur de correction** pour une période de 24 heures, ou vous pouvez cliquer sur l'icône plus (+) et définir jusqu'à 12 périodes différentes avec différents facteurs de correction à différentes heures de la journée.
11. L'**Objectif de glycémie** est le taux de glycémie que vous souhaitez que le patient atteigne après l'administration d'une dose d'insuline en bolus. Si vous configurez l'**Objectif de glycémie** de votre patient sur **6.5 mmol/L** avec un écart (+/-) de **1.0 mmol/L**, alors la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} ne calculera une correction de la glycémie négative ou positive que si votre lecture de la glycémie est inférieure à 5.5 mmol/L ou

supérieure à 7.5 mmol/L, respectivement. Vous pouvez définir un seul **Objectif de glycémie** et un écart pour une période de 24 heures ou vous pouvez cliquer sur l'icône plus (+) et définir jusqu'à 12 périodes différentes avec des valeurs d'**Objectif de glycémie** et des écarts différents à différentes heures de la journée.

12. Choisissez une **Durée de l'insuline active** en appuyant sur **heures** et en sélectionnant une valeur à partir du menu. La plage des options s'étend de **2.0** heures à **6.5** heures, avec des paliers de 30 minutes.
13. Choisissez une **Limite maximale de dose unique** en appuyant sur **unités (u)**. Il s'agit de la dose maximale de bolus que vous souhaitez administrer au patient en même temps. La valeur minimale est de 1 unité; la valeur maximale est de 150 unités.
14. Sélectionnez une **Augmentation du dosage** en appuyant sur **unités (u)** pour sélectionner une **Augmentation du dosage** que la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} du patient utilisera : choisissez des demi-unités (**0.5**) ou des unités entières (**1.0**) dans le menu.
15. Choisissez la valeur Type et la concentration d'insuline en appuyant sur le champ situé à côté de **Concentration d'insuline**. Les options sont :
 - **Régulière (U100)**
 - **U100 (action rapide)**
 - **U200 (action rapide)**
16. Sur l'écran **Réglages d'Insulin Mentor^{MC}**, l'interrupteur **Permettre la modification patient** permet au patient de modifier les paramètres de sa fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Si le commutateur est gris et à gauche, le patient ne peut pas modifier les paramètres de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC}. Appuyez sur l'interrupteur pour le glisser à droite et qu'il devienne vert, pour ainsi permettre à un patient de modifier ses propres paramètres.
17. Lorsque vous avez terminé de configurer les réglages de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} du patient, appuyez sur **Activer** dans le coin supérieur droit de l'écran.

S'il devient nécessaire de modifier tout réglage de la fonctionnalité Insulin Mentor^{MC} du patient, vous pouvez le faire en revenant à l'onglet **Réglages du système** de l'écran **Mes réglages** et en appuyant sur **Insulin Mentor^{MC}**.

Tendances

Des messages de tendances Basse et Élevée apparaissent quand l'appli détecte une tendance de résultats de glycémie qui se situent, de façon répétée, au-dessous du seuil Basse ou en au-dessus du seuil Élevée bas de glycémie cible que votre patient a défini dans l'appli. Consultez [Mes réglages](#) pour obtenir des renseignements sur le réglage des seuils bas et élevé de glycémie cible. Les tendances des 14 derniers jours s'affichent.

REMARQUE :

- Les résultats qui sont LO (inférieurs à 1.1 mmol/L) et HI (au-dessus de 33.3 mmol/L) sont inclus dans les tendances.
- Tout résultat de glycémie unique ne peut être inclus que dans une seule tendance.
- Les résultats de glycémie saisis manuellement ne sont pas inclus dans les tendances.
- Changer les seuils Basse et Élevée réinitialisera les tendances. Lorsque l'un des seuils est modifié, l'appli réévalue les résultats de glycémie afin d'établir de nouvelles tendances.

Définition des tendances basse et élevée :

1. Tendance basse—au moins **2 résultats** qui sont supérieurs au seuil bas à **des jours différents** au cours des 5 derniers jours, tous relevés dans un intervalle de **3 heures**.
2. Tendance élevée—au moins **3 résultats** qui sont supérieurs au seuil élevé à **des jours différents** au cours des 5 derniers jours, tous relevés dans un intervalle de **3 heures**.

Ces définitions des tendances sont cohérentes avec la documentation clinique reconnue¹⁻⁵.

Définition des tendances basse récurrente et élevée récurrente :

1. Tendance basse récurrente : Un minimum de 2 tendances basses ayant été enregistrées sur une période de 4 heures au cours des 14 derniers jours.
2. Tendance élevée récurrente : Un minimum de 2 tendances élevées ayant été enregistrées sur une période de 4 heures au cours des 14 derniers jours.

1. Nathan D., Buse J., Davidson M., Heine R., Holeman R., Sherwin R., Zenman B. (2009). Medical Management of Hyperglycemia in Type 2 Diabetes: A Consensus Algorithm for the Initiation and Adjustment of Therapy; A Consensus Statement of the American Diabetes Association and the European Association for the Study of Diabetes. *Diabetes Care Vol. 32*, pp 1-11.
2. International Diabetes Centre; (2008). *Insulin Basics (Second Edition)*. 3800 Park Nicolett Boulevard, Minneapolis, pp 82-84.
3. Hirsch B., Bergenstal R., Parkin C., Wright E. Jr., Buse B. (2005). *A Real-World Approach to Insulin Therapy in Primary Care Practice Clinical Diabetes Vol. 23(2)*.
4. Davies, M. J., D'Alessio, D. A., Fradkin, J., Kernan, W. N., Mathieu, C., Mingrone, G., ... & Buse, J. B. (2018). Management of hyperglycemia in type 2 diabetes, 2018. A consensus report by the American Diabetes Association (ADA) and the European Association for the Study of Diabetes (EASD). *Diabetes care*, 41 (12), 2669-2701.
5. ADA Guidelines; (2020). *Introduction: Standards of medical care in diabetes—2020*. *Diabetes Care* 2020 Jan; 43 (Supplement 1): S1-S2.

À propos de

© 2018–2025 LifeScan IP Holdings, LLC.

AW# 07222001N



Fabriqué par:
LifeScan Europe GmbH
Dammstrasse 19
6300 Zug
Switzerland

Brevet: <https://www.onetouch.com/patents>

Le programme logiciel OneTouch Reveal® mobile app est protégé par des droits d'auteur. Le téléchargement ou l'achat du logiciel n'a pas pour effet d'accorder une licence d'utilisation pour tout autre produit LifeScan.

Date rév. : 07/2025

Index

A

[Accueil](#)
[Activation d'Insulin Mentor](#)
[Activité, Ajouter](#)
[Affichage classique](#)
[Affichage de la légende du journal](#)
[Affichage de la semaine](#)
[Affichage du jour](#)
[Afficher et ajouter des détails pour chaque journée](#)
[Ajout d'un rappel](#)
[Ajouter des événements](#)
[Ajouter un résultat \(ajout manuel d'un résultat de glycémie\)](#)
[Alertes de réglage du lecteur et de l'application](#)
[Applis](#)

B

[Bluetooth](#)

C

[Changement de date/d'heure sur le dispositif mobile](#)
[Comparateur HbA1c](#)
[Conditions d'utilisation](#)
[Connexion en tant que tuteur pour une personne à charge](#)
[Connexions](#)
[Conseils de la fonction du mentor de glycémie](#)
[Consignation des événements](#)
[Cybersécurité](#)

D

[Dernier résultat](#)
[Dispositifs pris en charge](#)

E

[Envoi de données par courriel](#)
[Équipe soignante](#)
[Erreur d'accès aux données](#)
[Exigences système](#)

F

[FitBit](#)
[Foire aux questions](#)
[Fonction Aide](#)
[Fonction de partage des données](#)
[Fonction du mentor de glucides](#)
[Fonctionnalité Insulin Mentor](#)
[Fonctionnalité Insulin Mentor, Foire aux questions](#)

G

[Gestion du diabète](#)
[Glucides, Ajouter](#)

I

[Icônes](#)
[Inscription en tant que tuteur pour une personne à charge](#)
[Inscription pour un compte](#)
[Inscription pour vous-même](#)

[Installation de l'appli](#)
[Insuline à action intermédiaire](#)
[Insuline à action prolongée](#)
[Insuline à action rapide](#)
[Insuline NPH](#)
[Insuline prémélangée](#)
[Insuline, ajouter](#)
[Introduction](#)

J

[Journal](#)
[Jumelage](#)

L

[L'appli et le lecteur utilisent des unités de mesure différentes](#)
[L'appli ne démarre pas](#)

M

[Ma plage d'objectifs globale](#)
[Marquage des événements](#)
[Marquage des repas par repère](#)
[Mention légale d'Android](#)
[Mentor de glycémie](#)
[Menu Plus](#)
[Mes lecteurs](#)
[Mes rappels](#)
[Message de tendance basse](#)
[Message de tendance élevée](#)
[Messages d'erreur de l'appli](#)
[Messages de tendances](#)
[Mise à jour de l'application](#)
[Mon compte](#)
[Moyennes](#)

N

[Notes \(ajouter\)](#)
[Nous contacter](#)

O

[Objectifs](#)
[OneTouch Reveal® Tutoriel d'utilisation rapide](#)

P

[Paramètres de la fonctionnalité Insulin Mentor](#)
[Plage différente](#)
[Politique de confidentialité](#)
[Pour désinstaller l'application](#)
[Progrès par rapport aux objectifs](#)

Q

[Quand votre personne à charge atteint l'âge de 18 ans](#)

R

[Rappels](#)
[Rappels automatiques](#)
[Réception des rappels](#)
[Réglages](#)

Réglages classiques des repas dans le journal
Repères d'événement

S

Seuil bas
Seuil élevé
Seuil élevé Avant le repas
Sexe
Sortie de l'appli mobile OneTouch Reveal®
Suivi des objectifs
Suppression de rappels
Suppression de votre compte OneTouch Reveal®
Supprimez votre lecteur de l'appli
Symboles
Synchronisation
Synchronisation des données
Synchronisation en arrière-plan

T

Tendances
Tendances récurrentes
Terminologie de la fonctionnalité Insulin Mentor
Type de diabète
Types d'insuline

U

Utilisation des moyennes avec marquages de repas par un repère
Utilisation prévue

V

Valeur d'insuline incorrecte
Valeur de glucides incorrecte
Valeur de glycémie incorrecte
Valeur de glycémie manuelle incorrecte