

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT

rtCGM-Profi-Check

Mit den folgenden Fragen können Sie erkennen, wie gut Sie auf den Gebrauch eines rtCGM-Systems zur kontinuierlichen Glukosemessung vorbereitet sind.

Jeweils eine Antwort ist richtig oder trifft am besten zu. Wenn Sie die Antwort noch nicht kennen, kreuzen Sie das Kästchen „ das kann ich noch nicht beantworten“ an. Es geht bei den folgenden Fragen darum, was Sie schon wissen und was wir Ihnen noch erklären oder zeigen sollten.

Heutiges Datum: _____

Zunächst einige Fragen zu Ihrer Person:

Ihr Alter: _____ (Jahre)

Ihr Geschlecht: weiblich männlich

Ihr Diabetestyp: Typ 1 Typ 2 andere Diabetesform: _____

Ihre Diabetesdauer: _____ (Jahre)

Ihr Schulabschluss: Hauptschule Realschule (Fach-)Abitur
 (noch) kein Schulabschluss

Ihre derzeitige berufliche Tätigkeit: vollzeit teilzeit ___% arbeitssuchend
 Ausbildung (Schule / Studium) Elternzeit berentet anderes _____

Ihr aktueller HbA1c-Wert: _____ %

Welches rtCGM-System werden Sie in Zukunft nutzen oder nutzen es bereits?

Dexcom _____ Medtronic _____ Roche Eversense _____

ein anderes: _____

Seit wann nutzen Sie das rtCGM-System? Monat / Jahr: _____

Hatten Sie zuvor ein anderes CGM-System? Nein Ja, nämlich _____

Nutzen Sie eine Insulinpumpe?

Nein Ja Welche Insulinpumpe: _____

Ist bei Ihrem System sensorunterstützte Insulinpumpentherapie möglich?

Nein Ja das kann ich noch nicht beantworten

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT

Jetzt geht es um Ihr Wissen zu Ihrem aktuellen rtCGM-System

Bitte kreuzen Sie pro Frage nur **eine** Antwort an! Sie sollte sich nur auf **Ihr geplantes oder schon vorhandenes rtCGM-System** beziehen.

Wenn Sie die Antwort noch nicht sicher wissen, wählen Sie jeweils die letzte Antwortmöglichkeit.

1. Was misst der Glukosesensor?

- den aktuellen Blutzuckerwert
- den aktuellen Gewebezuckerwert
- den Anstieg des Blutzuckerwerts in den nächsten 5 Minuten
- den Zuckerwert in einem großen Blutgefäß
- das kann ich noch nicht beantworten*

2. Wie stehen der Gewebe- und der Blutzuckerwert zueinander?

- der Gewebezuckerwert läuft dem Blutzuckerwert um etwa 5 – 15 Minuten voraus
- der Blutzuckerwert läuft dem Gewebezuckerwert um etwa 30 Minuten voraus
- der Gewebe- und der Blutzuckerwert sind zu jeder Zeit etwa gleich
- der Blutzuckerwert läuft dem Gewebezuckerwert um etwa 5 – 15 Minuten voraus
- das kann ich noch nicht beantworten*

3. Welches Medikament kann die Genauigkeit Ihrer Glukosemessung beeinträchtigen?

- die Pille
- Paracetamol
- Aspirin
- kein Medikament bekannt, das mein System beeinflusst
- das kann ich noch nicht beantworten*

4. Wo sollten Sie die Ersatzsensoren am besten aufbewahren?

- im Gefrierschrank
- im Gemüsefach des Kühlschranks
- die Temperatur ist unwichtig
- bei Zimmertemperatur
- das kann ich noch nicht beantworten*

5. Wann sollten Sie bei Ihrem rtCGM-System Blutglukose-Kontrollmessungen im Alltag durchführen?

- alle 2 Stunden und zum Kalibrieren
- vor jeder Therapieentscheidung und zum Kalibrieren
- bei jeder Hypoglykämie und zum Kalibrieren
- nur zum Kalibrieren
- das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT**6. Welcher Zeitpunkt ist zum täglichen Kalibrieren am besten geeignet?**

- morgens nach dem Frühstück
- Zeiten mit einem waagerechten Trendpfeil
- kurz nach einer Hypoglykämie
- alle Zeiten sind gut geeignet
- das kann ich noch nicht beantworten*

7. Wann sind der Blut- und der Gewebezucker etwa gleich hoch?

- beim Sport
- während des Anstiegs des Blutzuckers
- meistens vormittags
- wenn der Trendpfeil einen stabilen Glukosewert anzeigt
- das kann ich noch nicht beantworten*

8. Wie lange dauert es etwa, bis sich eine Änderung des Blutzuckers auch im Gewebezucker zeigt?

- etwa 30 Sekunden
- etwa 5 - 15 Minuten
- etwa 30 Minuten
- morgens etwa 5 Minuten, abends 3 Minuten
- das kann ich noch nicht beantworten*

9. Wann sind die Unterschiede zwischen Blut- und Gewebezucker besonders groß?

- nach Mahlzeiten mit steilem Blutzuckeranstieg
- in der zweiten Nachthälfte im Schlaf
- vor dem Sport bei waagerechtem Trendpfeil
- direkt beim Aufwachen
- das kann ich noch nicht beantworten*

10. Was sollten Sie bei Untersuchungen mit einem Kernspintomographen (CT) oder einem MRT beachten?

- Sie sollten vorher viel trinken, damit die rtCGM-Messung bei der Untersuchung genau bleibt
- das gesamte rtCGM-System sollte entfernt und in einem anderen Raum gelagert werden
- nur der Transmitter sollte kurz vor der Untersuchung entfernt werden
- da es bei der Untersuchung nicht zu heiß wird, muss das rtCGM-System nicht abgelegt werden
- das kann ich noch nicht beantworten*

11. Was sollten Sie wegen Ihres rtCGM beachten, wenn Sie ins Krankenhaus müssen?

- rtCGM-System vorher vollständig ablegen
- nichts, da die Ärzte sich dort um alles kümmern
- ausreichend Verbrauchsmaterialien (z. B. Sensoren, Aufladegerät) mitnehmen
- Blutzuckerteststeifen reichen aus, alles andere organisiert die Klinik
- das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT

- 12. Wo findet die Glukosemessung bei rtCGM-Systemen genau statt?**
- in einem sehr feinen Blutgefäß
 - in den oberen Hautzellen
 - im Unterhautfettgewebe
 - in den Muskelzellen
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 13. Was sollte vor einer anstrengenden sportlichen Aktivität, z. B. Jogging, gemacht werden?**
- den Sender ablegen, damit er nicht verloren geht
 - das rtCGM-System kalibrieren
 - den Sensor mit dem Sender z. B. mit einem Tape befestigen
 - es ist keine besondere Vorbereitung nötig
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 14. Was ist vor allem beim Duschen zu beachten, wenn Ihr rtCGM-System getragen wird?**
- mein System (Sensor und Sender) ist wasserfest, Duschen ist problemlos möglich
 - mein System (Sensor und Sender) ist nicht wasserfest, es sollte vor dem Baden oder Duschen abgenommen werden
 - den Sensor und den Sender immer z. B. mit einem wasserdichten Tape befestigen
 - nur der Sender muss vor dem Duschen oder Baden abgenommen werden
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 15. Was ist vor allem zu beachten, wenn Sie mit Ihrem rtCGM-System Schwimmen wollen?**
- mein System (Sensor und Sender) ist nur 10 Minuten wasserfest, deshalb sollte es vor dem Schwimmen vollständig abgelegt werden
 - die Daten, die während des Schwimmens an das Display übermittelt werden, sind nicht zuverlässig
 - bis etwa 30 Minuten liefert das rtCGM-System genaue Daten aus dem Wasser
 - man kann mit meinem rtCGM-System bis zu einer Tiefe von 30 Metern ohne Probleme tauchen und verlässliche Daten erhalten
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 16. Was kann Ihr rtCGM-System leisten?**
- Es passt die Insulindosis automatisch an zu hohe Glukosewerte an
 - Es bestimmt den Gewebeglukosewert Tag und Nacht
 - Es misst den Blutzuckerwert genau
 - Es gibt automatisch die richtige Insulinmenge für jede Mahlzeit ab
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 17. Was kann man auf dem Display Ihres rtCGM-Systems nicht sehen?**
- Den Verlauf der Gewebeglukose in den letzten Stunden
 - Einen Trendpfeil für die Gewebeglukose
 - Den aktuellen Blutzuckerwert
 - Die Uhrzeit
 - das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT**18. Wie hängen der Blutglukose- und der Gewebuglukosewert zusammen?**

- Die Werte sind fast immer gleich
- Der Gewebuglukosewert ist um ca. 20 mg/dl (1,1 mmol/l) niedriger als der Blutzuckerwert
- Nur bei hohen Werten sind sie fast gleich, bei niedrigen unterscheiden sie sich um ca. 30 mg/dl (1,6 mmol/l)
- In Phasen stabiler Glukosewerte (waagerechter Trendpfeil) sind beide fast gleich
- das kann ich noch nicht beantworten*

19. Was zeigen die Trendpfeile auf dem Display Ihres Empfängers an?

- Den Glukosewert, den Sie in einer Stunde erreichen werden
- Wann Sie eine Hypoglykämie bekommen werden
- Den Trend der Gewebuglukose im Moment
- Die Insulinwirkung in den nächsten 2 Stunden
- das kann ich noch nicht beantworten*

20. Was gehört zu einer perfekten Kalibrierung?

- Den Blutzuckerwert genau nach 10 Minuten ins rtCGM-System eingeben
- Nur den zweiten Blutstropfen für die Messung verwenden
- Alle 14 Tage ein neues, genaues Messgerät verwenden
- Die Finger vor der Messung mit einem sauberen Papiertaschentuch abwischen
- das kann ich noch nicht beantworten*

21. Wo kann der Glukosesensor bei Ihrem System am ehesten gesetzt werden?

- In direkter Nähe zum Insulinkatheter der Pumpe
- Jede Stelle am Körper, die man gut erreichen kann
- Areale, bei denen kein Druck auf den Sensor kommt (im Schlaf, durch Gürtel)
- Lipome (härtere Hautstellen), da die Sensoren hier nicht schmerzen und genau messen
- das kann ich noch nicht beantworten*

22. Was sollten Sie am besten tun, wenn der Glukosewert eine halbe Stunde nach dem Frühstück steil ansteigt und der/die Trendpfeile nach oben weisen?

- Vorsichtshalber 2 Einheiten Insulin zusätzlich geben, damit der Wert nicht weiter ansteigt
- Das Basalinsulin für die nächsten 2 Stunden um 20 % erhöhen
- Die nächste Zwischenmahlzeit weglassen
- Frühestens zwei Stunden nach der Mahlzeit korrigieren und das noch wirksame Insulin bedenken
- das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT**23. Wie sollte die Haut vor dem Setzen des Sensors vorbereitet werden?**

- Sie sollte sorgfältig desinfiziert und wieder trocken sein, bevor der Sensor gesetzt wird
- Es reicht aus, wenn die Haut mit klarem Wasser gewaschen ist, bevor der Sensor gesetzt wird
- Die Einstichstelle sollte direkt vor dem Einstich massiert werden
- Der Sensor sollte direkt nach dem Aufsprühen des Desinfektionsmittels durch die noch feuchte Haut gesetzt werden
- das kann ich noch nicht beantworten*

24. Wie sollte das Wiederholungsintervall für den Niedrig-Alarm am besten eingestellt werden?

- ein Wiederholungsintervall von 1 Stunde schützt vor ständigen Alarmen
- ein Wiederholungsintervall von 15 Sekunden sorgt für optimale Sicherheit
- ein Wiederholungsintervall von 10-20 Minuten hilft, wenn der erste Alarm überhört wurde
- ein Wiederholungsintervall nach 60 Minuten ist günstig
- das kann ich noch nicht beantworten*

25. Wo wird Ihr Glukosewert etwa nach 10 Minuten liegen, wenn auf Ihrem rtCGM-System ein Trendpfeil nach oben zeigt?

- in 10 Minuten wird der Wert um etwa 20 – 30 mg/dl (1,1 – 1,7 mmol/l) angestiegen sein
- in 10 Minuten wird der Wert um etwa 10 – 20 mg/dl (0,5 – 1,1 mmol/l) angestiegen sein
- in 10 Minuten wird der Wert um etwa 60 – 70 mg/dl (3,3 – 4,0 mmol/l) angestiegen sein
- in 10 Minuten wird der Wert um etwa 100 mg/dl (5,6 mmol/l) angestiegen sein
- das kann ich noch nicht beantworten*

26. Wie sollte der Niedrigalarm meist eingestellt sein, damit er Sie weder zu früh noch zu spät warnt?

- ein Wert von 100 mg/dl (5,6 mmol/l)
- ein Wert von 50 mg/dl (2,8 mmol/l)
- ein Wert von 80 mg/dl (4,4 mmol/l)
- ein Wert von 120 mg/dl (6,7 mmol/l)
- das kann ich noch nicht beantworten*

27. Wie sollte das Wiederholungsintervall für den Hoch-Alarm am besten eingestellt werden?

- ein Wiederholungsintervall von 30 Minuten schützt vor ständigen Störungen
- ein Wiederholungsintervall von 60 Sekunden sorgt für optimale Sicherheit
- ein Wiederholungsintervall von 10 Minuten hilft, wenn der erste Alarm überhört wurde
- ein Wiederholungsintervall von 90-120 Minuten ist günstig
- das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT

- 28. Wo wird Ihr Glukosewert etwa in 5 Minuten liegen, wenn auf Ihrem rtCGM-System ein Trendpfeil nach unten zeigt?**
- in 5 Minuten wird der Wert um etwa 10 – 15 mg/dl (0,6 – 0,8 mmol/l) abgesunken sein
 - in 5 Minuten wird der Wert um etwa 5 – 10 mg/dl (0,3 – 0,6 mmol/l) abgesunken sein
 - in 5 Minuten wird der Wert um etwa 30 – 35 mg/dl (1,6 – 2,0 mmol/l) abgesunken sein
 - in 5 Minuten wird der Wert um etwa 50 mg/dl (2,8 mmol/l) abgesunken sein
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 29. Was zeigt ein Tortendiagramm bei der Datenauswertung an?**
- den mittleren Gewebeglukosewert
 - den Anteil der Zeit, in der der Glukosewert im Zielbereich, zu niedrig oder zu hoch war
 - die Anzahl der schweren Unterzuckerungen
 - die Tageszeit, zu der der Glukosewert meist zu hoch liegt
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 30. Wann ist es morgens besonders günstig, Ihr rtCGM-System zu kalibrieren?**
- direkt nach dem Aufwachen, wenn Sie noch nicht aufgestanden sind
 - etwa eine halbe Stunde nach dem Frühstück
 - kurz vor dem Frühstück nach dem Duschen
 - möglichst immer genau um 7.00 Uhr
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 31. Sie möchten überprüfen, ob Ihr KE-Faktor mittags stimmt. Welche Daten sollten Sie dazu unbedingt dokumentieren?**
- die KE-Mengen an drei Tagen mittags
 - die KE-Mengen mittags grob schätzen und über eine Woche eingeben
 - die Insulindosis, genaue KE-Menge und weitere Besonderheiten (Sport, Krankheit, Stress) über 14 Tage
 - die kontinuierlichen Gewebeglukosewerte reichen dafür vollkommen aus
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 32. Welche Informationen liefert das Liniendiagramm der rtCGM-Daten vor allem?**
- es zeigt die Zeiten des Tages, an denen die Werte besonders hoch oder besonders niedrig liegen
 - es zeigt den mittleren Glukosewert der letzten Woche an
 - es zeigt an, ob der Blutzuckerwert sehr geschwankt hat
 - man kann an den Linien etwa das HbA1c erkennen
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 33. Nachts sinkt der Glukosewert im Schlaf plötzlich steil ab. Was könnte die Ursache sein?**
- das Mahlzeiteninsulin zum Abendessen wirkt verzögert
 - Sie hatten einen Albtraum
 - Sie haben auf dem Sensor gelegen und das Gewebe dort wurde schlecht durchblutet
 - das Basalinsulin zur Nacht wirkt stärker, weil es in ein Lipom abgegeben wurde
 - das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT

- 34. Bei einer Hypo haben Sie sofort 20 Gramm Traubenzucker gegessen. Nach fünf Minuten gibt es wieder einen Tiefalarm mit einem Pfeil nach unten. Was ist die Ursache?**
- der Traubenzucker ist zu alt und wirkt nicht richtig
 - es gibt eine zeitliche Verzögerung zwischen Gewebe- und Blutglukosewert
 - es dauert länger als 5 Minuten, bis der Traubenzucker den Gewebezuckerwert erhöht
 - in einer Hypo ist der Gewebezuckerwert immer deutlich niedriger als der Blutzuckerwert
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 35. Wann braucht Ihr Sensor *nicht* vorzeitig gewechselt zu werden?**
- wenn die Gewebeglukosewerte ständig stark von den Blutglukosewerten abweichen
 - wenn es zu Juckreiz und Entzündungen an der Einstichstelle kommt
 - wenn der Sensor in Kontakt mit Spritzwasser gekommen ist
 - wenn trotz mehrfachen Kalibrierens große Abweichungen zum Blutzuckerwert bestehen bleiben
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 36. Was ist erforderlich, um die Sensordaten optimal für die Therapie nutzen zu können?**
- die Insulinmengen sollten zusätzlich eingegeben/von der Pumpe übernommen werden
 - es reicht aus, wenn die KE-Mengen über eine Woche eingegeben werden
 - über die Tagebuchfunktion sollten Insulinmenge, Nahrung, Sport und andere Besonderheiten kontinuierlich eingegeben werden
 - die kontinuierlichen Gewebeglukosewerte reichen vollkommen aus
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 37. Bei einer Hypo haben Sie sofort 20 Gramm Traubenzucker gegessen. Nach fünf Minuten gibt es wieder einen Tiefalarm mit einem Pfeil nach unten. Was sollten Sie zuerst tun?**
- sofort noch einmal 20 Gramm Traubenzucker essen
 - sofort eine kleine Flasche Cola trinken
 - sofort den Blutzuckerwert messen und dann in Ruhe handeln
 - nichts tun, 20 Gramm Traubenzucker reichen immer
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 38. Sie haben Ihren Hochalarm auf 160 mg/dl (8,9 mmol/l) eingestellt. Nach den Mahlzeiten werden Sie oft alarmiert. Welche Reaktion wäre besonders ungünstig?**
- sofort den hohen Wert mit zusätzlich Insulin korrigieren
 - abwarten und in Ruhe bedenken, ob noch Insulin wirksam ist
 - über einen längeren Spritz-Ess-Abstand nachdenken
 - über einen höheren KE-Faktor nachdenken
 - das kann ich noch nicht beantworten*

ID: _____

rtCGM-Profi-Check
© AGPD & AGDT

- 39. In welcher Graphik können Sie am ehesten erkennen, ob Ihre Insulinmenge für eine Mahlzeit (KE-Faktor)stimmt?**
- das Tortendiagramm über drei ganze Tage bietet dazu einen guten Überblick
 - das Liniendiagramm jeweils etwa über 3-4 Stunden nach den Mahlzeiten
 - der mittlere Glukosewert vor dem Einschlafen
 - die Standardabweichung der Glukosewerte im Lauf des Tages
 - das kann ich noch nicht beantworten*
- 40. In welcher Graphik können Sie am ehesten erkennen, ob Ihre basale Insulinversorgung nachts stimmt?**
- das Tortendiagramm bietet dazu einen guten Überblick
 - das mittlere Liniendiagramm nachts über eine Woche
 - der mittlere Glukosewert beim Aufwachen
 - der mittlere Glukosewert nachts gegen 2.00 Uhr
 - das kann ich noch nicht beantworten*

Sie haben es geschafft!

Bitte prüfen Sie noch einmal, ob Sie keine Frage übersehen haben!

Vielen Dank!