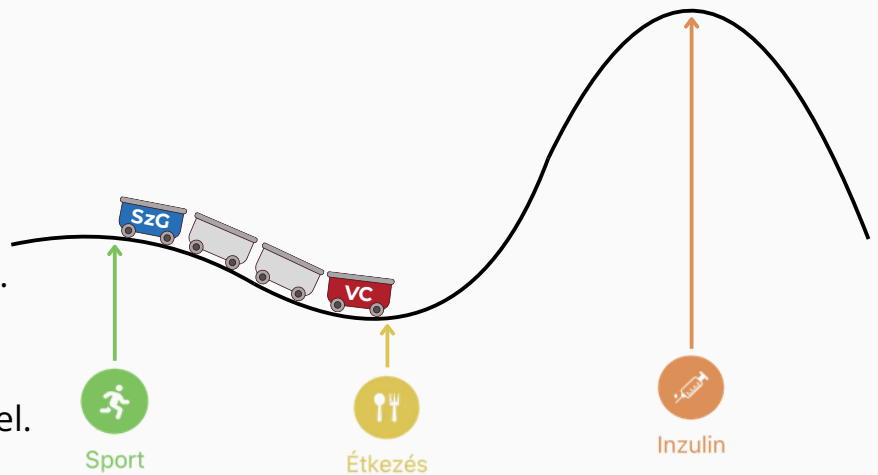


Mit mutat a CGM?

A CGM szenzor nem közvetlenül a vércukrot méri, hanem a bőr alatti **szöveti folyadék glükózsintjét (SzG)**.

Ez ugyanazt a változást követi, mint a **vércukor (VC)**, csak egy kicsit késéssel.

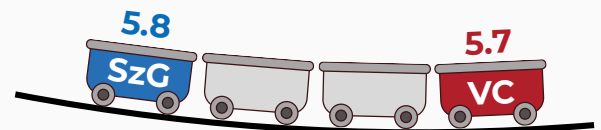


Olyan, mint egy hullámvasút eleje és hátulja. Amikor a vércukor gyorsan emelkedik vagy csökken (étkezés, sport, inzulin után), a szöveti cukor 15-20 perccel később követi ezt.

Stabil cukor – Nyugalmi állapot

5.8 mmol/L →

A szervezet nyugalmi állapotában – például éhgyomorra vagy 2–3 órával étkezés után – a **vércukor** és a **szöveti cukor** értékei egymáshoz nagyon közel vannak, mint egy sík terepen haladó hullámvasút.



Ha a HiPPO H1 applikációban a glükózérték mellett vízszintes nyilat (→) látsz, az azt jelenti, hogy a glükózsint stabil, percenként alig változik.

Ha ujjbegyes méréssel szeretnéd összehasonlítani a CGM-et, azt stabil állapotban, vízszintes nyílnál tedd, mert ilyenkor a vércukor és a szöveti cukor közel azonos – ez adja a legmegbízhatóbb összevetést. Készíts fényképet az ujjbegyes vércukormérő kijelzőjén látható értékről, majd az alkalmazás „Új esemény hozzáadása” menüpontjában rögzítsd a mért vércukorértéket, és töltsd fel a készített képet is.

Emelkedés – amikor a vér gyorsabban változik

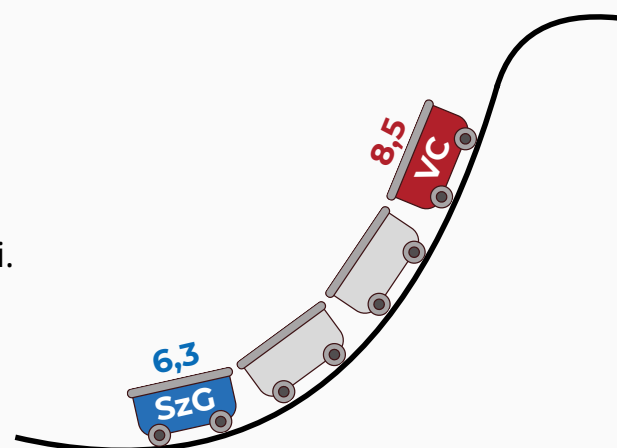
6.3 mmol/L ↗

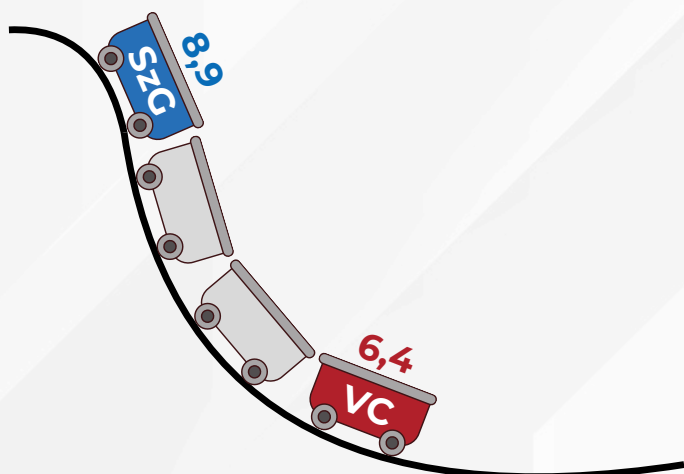
Ha a HiPPO H1 applikációban a glükózérték mellett felfelé mutató nyilat (↗ vagy ↗) látsz, az azt jelzi, hogy a cukor emelkedik.



A **vércukor** ilyenkor már „előrébb jár”, a **szöveti cukor** (amit a CGM mér) még csak követi.

Ezért előfordulhat, hogy az ujjbegyes vércukor magasabb, mint a CGM-en látott érték – ez nem hiba, hanem a test természetes késése.





Ha a HiPPO H1 applikációban a glükózérték mellett lefelé mutató nyilat (↘ vagy ↓) látsz, a cukor csökken.

A **vércukor** már hamarabb esik,
 a **szöveti cukor** pár perccel később követi.

Ilyenkor a vércukor gyakran már alacsonyabb, mint amit a CGM mutat.

Mit jelentenek a nyilak a glükózérték mellett?

→	Stabil A glükóz stabil (percenként legfeljebb 0,06 mmol/l emelkedés vagy csökkenés)	<p>Ha össze szeretnéd hasonlítani a CGM-et ujjbegyes méréssel, azt stabil állapotban vízszintes nyílnál tudd.</p> <p>Ilyenkor halad együtt a „hullámvasút eleje és vége”, ezért a vércukor és a szöveti cukor közel azonos.</p> <p>Emelkedő vagy csökkenő nyilaknál a vércukor már előrébb jár, a CGM pedig követi – ezért itt természetes, hogy nagyobb az eltérés.</p>
↗	Lassú növekedés A glükóz percenként 0,06-0,11 mmol/l-rel nő	
↑	Növekedés A glükóz percenként több mint 0,11 mmol/l-rel emelkedett	
↘	Lassú csökkenés A glükóz percenként 0,06-0,11 mmol/l-rel csökkent	
↓	Csökkenés A glükóz percenként több mint 0,11 mmol/l-rel csökkent	

Ha a tested mást jelez, mint a CGM, mindig az ujjbegyes mérés az irányadó!

