

Instrukcja dla użytkownika

User Guide

GTT@home

Zestaw do wykonania badania
tolerancji glukozy

**Zacznij od przeczytania
tej instrukcji.**

Glucose Tolerance Test Kit

Read this first.

Obejrzyj nasz poradnik wideo pod adresem:
gtt-at-home.com/video

Please watch our video guide at:
gtt-at-home.com/video

Aby uzyskać pomoc, zadzwoń na naszą infolinię:

0330 113 0275

For assistance, please call our help line:

0330 113 0275

Dodatkowe informacje można znaleźć na stronie:

gtt-at-home.com/care

View our support information at:

gtt-at-home.com/care

Na początku pobierz aplikację GTT@home

First, download the GTT@home App

Możesz bezpiecznie przelać dane badania GTT@home do położnej za pomocą swojego smartfona.

You can securely send your GTT@home test data to your midwife using your smartphone.



Uwaga: Jeśli nie posiadasz smartfona, możesz przelać dane badania GTT@home do położnej, używając dołączonej koperty z opłaconą wysyłką (patrz strona 20).

Note: If you don't have a smartphone, you can send your GTT@home test data to your midwife using the provided pre-paid envelope (see page 20).

Aplikację GTT@home można pobrać na trzy sposoby:

There are three ways to download the GTT@home app:

1. Zeskanuj kod QR widoczny poniżej przy pomocy aparatu w smartfonie (zalecane)

Scan the QR code below with your smartphone camera (recommended)



2. Otwórz przeglądarkę w smartfonie i wpisz adres strony internetowej: **gtt-at-home.com/app**

Open your smartphone's browser and type **gtt-at-home.com/app**

3. Wpisz hasło „**GTT@home**” w wyszukiwarce sklepu z aplikacjami mobilnymi i rozpocznij wyszukiwanie

Type '**GTT@home**' and hit search in your mobile app store

Aby uzyskać pomoc, skontaktuj się z nami, korzystając ze strony internetowej:

gtt-at-home.com/support.

For assistance, contact

gtt-at-home.com/support.

Informacje ogólne

Overview

To badanie pomoże Twojej położnej ocenić, w jaki sposób Twój organizm wykorzystuje cukier.

This test will help your midwife assess how your body uses sugar.

W tym celu należy zmierzyć poziom cukru we krwi przed wypiciem i po wypiciu słodzonego napoju.

It does this by measuring your blood sugar levels before and after you take a sugar drink.

Zestaw testowy zawiera wszystkie elementy niezbędne do przeprowadzenia badania i przesłania uzyskanych danych do wglądu położnej.

The test kit contains everything you need to do the test and send a record of your test data back to your midwife for review.

Wykonanie badania zajmuje **dwie godziny i piętnaście minut.**

It takes **two hours and fifteen minutes** to complete the test.

W tym celu należy postępować zgodnie z instrukcjami z tej instrukcji.

Follow this guide.

Uwaga: pamiętaj, aby nie jeść nic w nocy i wykonać badanie zaraz po przebudzeniu.

Note: Remember to fast overnight and do the test on waking.

Nie jedz nic i do czasu ukończenia badania pij jedynie wodę.

Eat nothing and drink only water until you have completed your test.

Co jest potrzebne do wykonania badania:

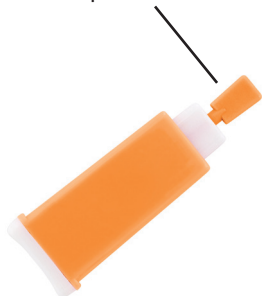
What you need to do the test:

Test The Tester

- 1 Wash your hands with warm water. Dry them.
- 2 Pull off protective cover A to switch on.
Remove cap from Pricker. Dispose of cap.
Press Pricker firmly against finger. Dispose of Pricker. Squeeze finger to form a blood drop this size
Place blood drop as shown until you hear a beep. The results will be sent to the blue data record.
- 3 Drink all of sugar drink provided.
- 4 After you take drink, press SET button. This sets a 2 hour timer.
Rest. Do not eat, drink or smoke.
When timer sounds press OFF button.
- 5 As before, wash your hands with warm water. Dry them.
- 6 Only open after 2 hours
Pull off protective cover B.
Remove cap from an unused Pricker. Dispose of cap.
Press Pricker firmly against a finger. Dispose of Pricker. Squeeze finger to form a blood drop this size
Place blood drop as shown until you hear a beep. The results will be sent to the blue data record.
- 7 Test is complete when this light flashes.
Now detach this blue Data Record.
Follow the test kit instructions to return the test data.

Nakłuwacze do palca Finger Prickers

Uwaga: są zabezpieczone nasadką ochronną
Note: protective tab



Napój zawierający glukozę Glucose Drink



Ważne informacje

Important notes

Pamiętaj, aby przed wykonaniem badania nie jeść nic w nocy.

Remember to fast overnight before doing the test.

Wykonaj badanie natychmiast po przebudzeniu.

Do the test immediately on waking.

Nie jedz nic i do czasu ukończenia badania pij jedynie wodę.

Eat nothing and drink only water until you have completed your test.

Wykonanie badania zajmuje około 2 godziny i 15 minut.

It takes approximately 2 hours and 15 minutes to do the test.

Nie używaj nakłuwacza do palca, jeśli zauważysz, że nasadka ochronna została już zdjęta.

Do not use a Finger Pricker if the protective tab has already been removed.

Uwaga: nie otwieraj torebki z testem, dopóki nie będziesz gotowa do przeprowadzenia badania.

Note: Do not open the Tester pouch until you do the test.

Przygotowanie

Getting ready

1. Znajdź wygodne miejsce do siedzenia w pobliżu płaskiej powierzchni.

Find somewhere comfortable to sit with a flat surface.

Uwaga: najlepiej sprawdzi się do tego celu stół kuchenny.
Note: The kitchen table is ideal.

2. Otwórz opakowanie zawierające:

Open the box, it contains:

- Instrukcję użytkownika
- A User Guide
- Test w torebce
- A Tester in a pouch
- Cztery nakłuwacze do palca
- 4 Finger Prickers
- Jeden napój zawierający glukozę
- 1 Glucose Drink
- Jedną kopertę z opłaconą wysyłką
- 1 Pre-paid envelope



x4

3. Możesz zacząć przeprowadzanie badania.

You are ready to begin.

4. Wymnij test z torebki.

Take the Tester out of the pouch.

Mycie rąk

Wash your hands

Na początku musisz umyć ręce.

First, you need to wash your hands.

- Aby wyniki badania były prawidłowe, musisz mieć czyste ręce.
- Your hands must be clean to produce good test results.
- Jeśli umyjesz je ciepłą wodą, łatwiej będzie uzyskać kroplę krwi.
- Using warm water will make it easier for you to make a blood drop.
- Dobrze je osusz.
- Make sure you dry them well.



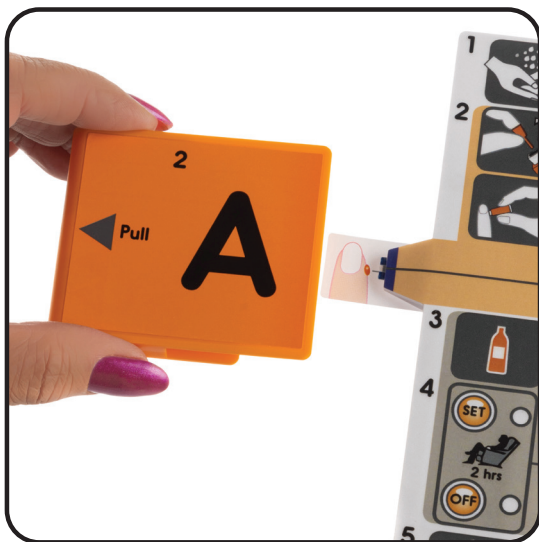
Zdejmowanie osłony A w celu uruchomienia testu

Remove protective cover A to switch on the Tester

Uwaga: NIE zdejmuj jeszcze osłony B.

Note: Do NOT remove cover B yet.

- Osłonę A zdejmuje się poprzez pociągnięcie, jak pokazano na ilustracji.
- Slide off cover A by pulling it as shown.
- Test wyda podczas uruchamiania sygnał dźwiękowy.
- The Tester will beep as it switches on.
- Możesz teraz przeprowadzić pierwsze badanie z krwi.
- You can now do the first blood test.



Nakłuwanie palca

Prick your finger

- Weź do ręki nakłuwacz do palca.
- Take a Finger Pricker.
- Przekręć, a następnie oderwij nasadkę ochronną.
- Twist and then pull off the protective tab.
- Mocno przyciśnij nakłuwacz do palca, jak pokazano na ilustracji.
- Press the Pricker firmly against your finger as shown in the photograph.
- Nakłuwacz automatycznie nakłuje palec.
- The Pricker will automatically prick your finger.



Pierwsze badanie z krwi

The first blood test

- Po nakłuciu palca dopilnuj, by uformowała się na nim kropla krwi o pokazanym tu rozmiarze.
- After you have pricked your finger, make a blood drop about this size.
- Dokonasz tego poprzez delikatne masowanie palca, co sprawi, że kropla krwi się powiększy.
- Gently massage the finger to increase the size of the blood drop.
- Umieść kroplę krwi na KOŃCU testu, jak pokazano na ilustracji.
- Put your blood drop on to the TIP of the Tester as shown.
- Po właściwym napełnieniu test wyda sygnał dźwiękowy.
- The Tester beeps when correctly filled.



Przyjęcie napoju zawierającego glukozę

Take the Glucose Drink

- Wypij **cały** napój zawierający glukozę w ciągu **10 minut**.
- Take **all** the Glucose Drink within **10 minutes**.



Ustawianie licznika czasu

Set the timer

- Naciśnij przycisk **SET** (Ustaw), aby uruchomić dwugodzinny licznik czasu przed odpoczynkiem.
- Press the **SET** button to start a 2 hour timer before you rest.
- Odpocznij. Nic nie jedz.
Jeśli odczuwasz pragnienie, pij wyłącznie wodę.
- Then Rest. Do not eat.
Drink only water if needed.
- Najlepiej poczytaj w tym czasie książkę lub gazetę, pooglądaj telewizję lub posłuchaj radia.
- We suggest you read a book or the paper, watch TV or listen to radio.
- W tym czasie licznik czasu będzie powoli migać.
- The timer will flash slowly during your rest.
- Po **dwóch godzinach** licznik czasu wyda sygnał dźwiękowy, informując, że nadszedł czas na przeprowadzenie drugiego badania z krwi.
- After **2 hours**, the timer beeps to tell you it's time to do the second blood test.



Wyłączenie licznika czasu

Turn the timer off

- Kiedy licznik czasu wyda sygnał dźwiękowy, nadszedł czas na przeprowadzenie drugiego badania z krwi.
- When the timer beeps, it is time to do your second blood test.
- Wyłącz licznik czasu, naciskając przycisk **OFF** (Wyłącz).
- Turn the timer off by pressing the **OFF** button.
- Teraz przygotuj się do drugiego badania z krwi.
- Now prepare for the second blood test.



Mycie rąk

Wash your hands

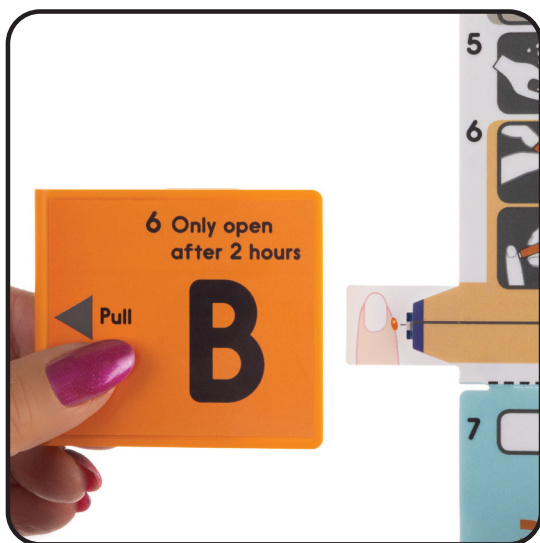
- Jeszcze raz umyj ręce.
- You need to wash your hands again.
- Aby wyniki badania były prawidłowe, musisz mieć czyste ręce.
- Your hands must be clean to produce good test results.
- Jeśli umyjesz je ciepłą wodą, łatwiej będzie uzyskać kroplę krwi.
- Using warm water will make it easier for you to make a blood drop.
- Dobrze je osusz.
- Make sure you dry them well.



Zdejmowanie osłony B w celu wykonania drugiego badania

Remove cover B to do the second test

- Osłonę B zdejmuje się poprzez pociągnięcie, jak pokazano na ilustracji.
- Slide off cover B by pulling it as shown.
- Test wyda sygnał dźwiękowy.
- The Tester will beep.
- Możesz teraz przeprowadzić drugie badanie z krwi.
- You can now do the second blood test.



Nakłuwanie palca

Prick your finger

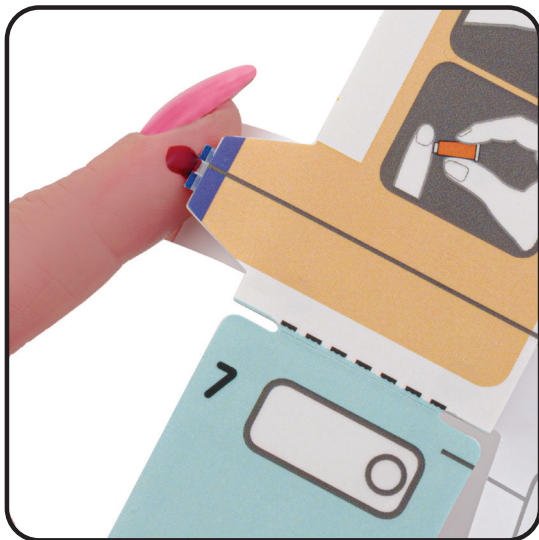
- Weź do ręki nakłuwacz do palca.
- Take a Finger Pricker.
- Przekręć, a następnie oderwij nasadkę ochronną.
- Twist and then pull off the protective tab.
- Mocno przyciśnij nakłuwacz do palca, jak pokazano na ilustracji.
- Press the Pricker firmly against your finger as shown in the photograph.
- Nakłuwacz automatycznie nakłuje palec.
- The Pricker will automatically prick your finger.



Drugie badanie z krwi

The second blood test

- Po nakłuciu palca dopilnuj, by uformowała się na nim kropla krwi o pokazanym tu rozmiarze.
- After you have pricked your finger, make a blood drop about this size.
- Dokonasz tego poprzez delikatne masowanie palca, co sprawi, że kropla krwi się powiększy.
- Gently massage the finger to increase the size of the blood drop.
- Umieść kroplę krwi na KOŃCU testu, jak pokazano na ilustracji.
- Put your blood drop on to the TIP of the Tester as shown.
- Po właściwym napełnieniu test wyda sygnał dźwiękowy.
- The Tester beeps when correctly filled.



Oderwij niebieską kartę danych

Snap off the blue Data Record

Uwaga: Poczekaj, aż test wyda sygnał dźwiękowy, a wskaźnik świetlny zacznie migać.

Note: Wait until the tester beeps and the light on the blue Data Record flashes.

- Dane badania zostały zapisane na niebieskiej karcie danych.
- The test data has now been recorded in the blue Data Record.
- Możesz teraz oderwać niebieską kartę danych.
- Now you can snap off the blue Data Record.
- Wyginaj kartę danych w górę i w dół, aż się oderwie.
- Flex the Data Record up and down until it snaps off.



Skowanie niebieskiej karty danych

Scan the blue Data Record

- Otwórz aplikację GTT@home na smartfonie.
- Open your GTT@home App on your smartphone.
- Naciśnij przycisk „I’m ready to scan” (Jestem gotowa do skanowania).
- Tap the “I’m ready to scan” button.
- Przesuń niebieską kartę danych po TYLNEJ stronie telefonu – zrób to powoli, od góry telefonu do dołu.
- Slide the blue Data Record against the BACK of your phone, moving it SLOWLY from the top of the phone to the bottom.

UWAGA: niebieska karta danych musi dotykać tylnej strony telefonu.

NOTE: Make sure the blue Data Record is touching the back of your phone.

- Otrzymasz wtedy potwierdzenie z aplikacji, że dane badania zostały pomyślnie przesłane do położnej.
- The App will then confirm that your test data has been successfully sent to your midwife.
- Powtórz etap skanowania, jeśli otrzymasz takie polecenie w aplikacji.
- Repeat the scan step if prompted to do so by the App.

Wysyłanie niebieskiej karty danych drogą pocztową

Returning the blue Data Record by post

- Jeśli nie możesz zeskanować niebieskiej karty danych przy pomocy smartfona, możesz przesłać dane badania drogą pocztową.
- If you are unable to scan the blue Data Record with your smartphone, you can return your test data by post instead.
- Umieść niebieską kartę danych w kopercie z opłaconą wysyłką i wyślij ją, korzystając z dostępnych usług pocztowych.
- Place the blue Data Record in the pre-paid envelope and post it using a Royal Mail post box.
- Nie potrzebujesz znaczka — **wysyłka jest już opłacona.**
- No stamp is needed — **postage is free.**



Gotowe – możesz zjeść śniadanie!

Finished – have breakfast!

- Po zakończeniu badania zjedz lekkie śniadanie.
- After completing the test, eat a light breakfast.
- Jeśli wysyłasz niebieską kartę danych drogą pocztową, wyślij kopertę z opłaconą wysyłką tak szybko, jak to możliwe.
- If returning the blue Data Record by post, put the pre-paid envelope in the post as soon as possible.
- Nakłuwacze do palca, test i pustą torebkę możesz bezpiecznie wyrzucić do kosza na śmieci. Pozostałe materiały podlegają recyklingowi.
- The Finger Prickers, the Tester and its clear pouch can safely be placed in household waste. The other materials are recyclable.



Niniejszy produkt jest przeznaczony do czasowego pomiaru glukozy we krwi włośniczkowej. **Używać natychmiast po otwarciu torebki z testem.**

This product is intended for the timed measurement of glucose in capillary blood. **Use immediately after opening The Tester pouch.**

Digostics Ltd

Harwell Innovation Centre, 173 Curie Avenue, Didcot,
Oxfordshire, UK, OX11 0QG.

Product Name: GTT@home

Product Name: **GTT@home**

REF DIG001



Digostics Ltd, Harwell Innovation Centre, Harwell,
Didcot, Oxfordshire, OX11 0QG, United Kingdom

EC **REP**

Advena Limited, Tower Business Centre,
2nd Flr, Tower Street, Swatar, BKR 4013, Malta

