

Руководство пользователя
User Guide

GTT@home
GTT@home

Комплект для тестирования на
толерантность к глюкозе

**Прочтите это в первую
очередь.**

Glucose Tolerance Test Kit
Read this first.

Посмотрите наше видеоруководство по ссылке:
gtt-at-home.com/video

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

Для получения помощи позвоните в нашу службу поддержки:

0330-113-0275

For assistance, please call our help line:

0330 113 0275

Справочная информация представлена на странице:

gtt-at-home.com/care

View our support information at:

gtt-at-home.com/care

Сначала загрузите приложение GTT@home

First, download the GTT@home App

Результаты теста GTT@home можно безопасно отправить вашей акушерке с помощью смартфона. You can securely send your GTT@home test data to your midwife using your smartphone.



Примечание. Если у вас нет смартфона, отправить результаты теста GTT@home вашей акушерке можно с использованием входящего в комплект конверта с предоплаченной пересылкой (см. стр. 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).

Существует три способа загрузки приложения **GTT@home:**

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

1. Отсканируйте указанный ниже QR-код с помощью камеры смартфона (рекомендуется)
1. Scan the QR code below with your smartphone camera (recommended)



2. Откройте браузер смартфона и введите адрес **gtt-at-home.com/app**
2. Open your smartphone's browser and type **gtt-at-home.com/app**
3. В магазине мобильных приложений введите название «**GTT@home**» и выполните поиск
3. Type '**GTT@home**' and hit search in your mobile app store

За помощью обращайтесь по адресу:

gtt-at-home.com/support.

For assistance, contact

gtt-at-home.com/support.

Общая информация

Overview

Этот тест поможет вашей акушерке оценить, как ваш организм усваивает сахар.

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

Для этого измеряется уровень сахара в крови до и после приема сладкого напитка.

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

В комплект для тестирования входит все необходимое для выполнения теста и отправки результатов вашей акушерке для ознакомления.

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.

На выполнение теста требуется **два часа пятнадцать минут**.

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

Следуйте инструкциям данного руководства.

Follow this guide.

Примечание. Не забывайте, что следует исключить прием пищи в течение предшествующей ночи и выполнять тест сразу после пробуждения утром.

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

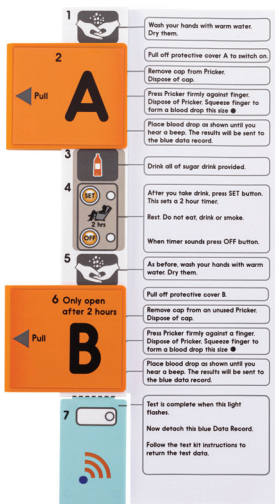
Пока не завершите тест, ничего не ешьте и пейте только воду.

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

Что потребуется для выполнения теста:

What you need to do the test:

Устройство для теста The Tester



Иглы для прокалывания пальца Finger Prickers

Обратите внимание:
защитный язычок
Note: protective tab



Сладкий напиток Glucose Drink



Важные примечания

Important notes

Не забывайте, что в течение ночи перед выполнением теста следует исключить прием пищи.
Remember to fast overnight before doing the test.

Выполняйте тест сразу после пробуждения.
Do the test immediately on waking.

Пока не завершите тест, ничего не ешьте и пейте только воду.
Eat nothing and drink only water until you have completed your test.

На выполнение теста требуется приблизительно 2 часа 15 минут.
It takes approximately 2 hours and 15 minutes to do the test.

Не используйте иглу для прокалывания пальца, если защитный язычок уже был удален.
Do not use a Finger Pricker if the protective tab has already been removed.

Примечание. Вскрывайте пакет с устройством для теста только непосредственно перед началом выполнения теста.

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

Подготовка

Getting ready

1. Выберите место с плоской поверхностью, рядом с которым вам будет удобно сидеть.
1. Find somewhere comfortable to sit with a flat surface.

Примечание. Оптимальный вариант — кухонный стол.
Note: The kitchen table is ideal.

2. Откройте коробку, содержащую следующее:
2. Open the box, it contains:
 - Руководство пользователя
 - A User Guide
 - Устройство для теста в пакете
 - A Tester in a pouch
 - 4 иглы для прокалывания пальца
 - 4 Finger Prickers
 - 1 сладкий напиток
 - 1 Glucose Drink
 - 1 конверт с предоплаченной пересылкой
 - 1 Pre-paid envelope



3. Можно начинать.
3. You are ready to begin.
4. Достаньте устройство для теста из пакета.
4. Take the Tester out of the pouch.

Вымойте руки

Wash your hands

Сначала необходимо вымыть руки.

First, you need to wash your hands.

- Для получения достоверных результатов теста руки должны быть чистыми.
- Your hands must be clean to produce good test results.
- Чтобы облегчить получение капли крови, мойте руки теплой водой.
- Using warm water will make it easier for you to make a blood drop.
- Насухо вытрите руки.
- Make sure you dry them well.



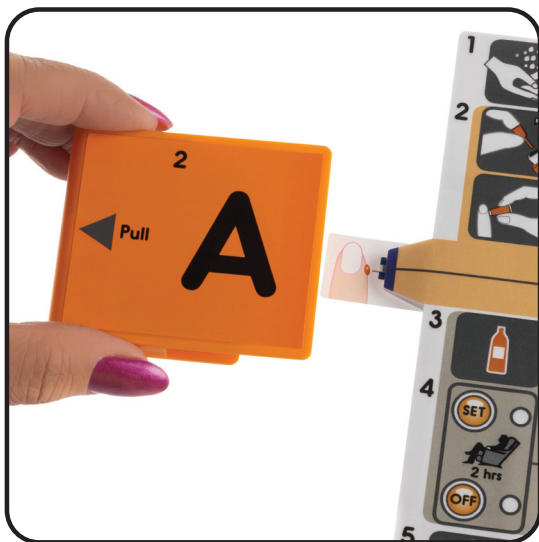
Снимите защитную крышку А, чтобы активировать устройство для теста

Remove protective cover A to switch on the Tester

Примечание. Пока что не снимайте крышку В.

Note: Do NOT remove cover B yet.

- Снимите крышку А, потянув ее, как показано на рисунке.
- Slide off cover A by pulling it as shown.
- При активации устройство для теста подает звуковой сигнал.
- The Tester will beep as it switches on.
- Теперь можно выполнить первый анализ крови.
- You can now do the first blood test.



Проколите палец

Prick your finger

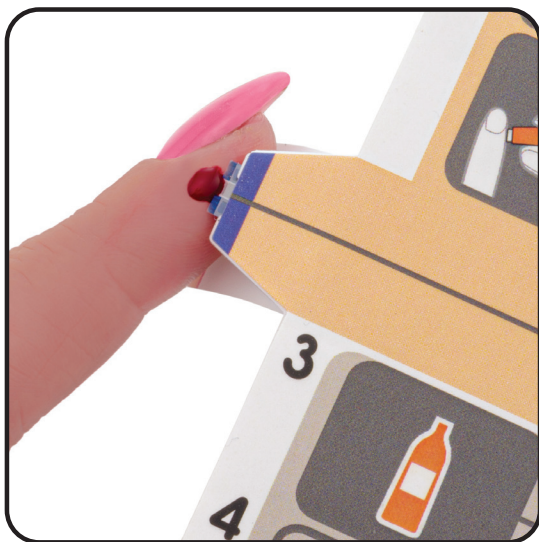
- Возьмите иглу для прокалывания пальца.
- Take a Finger Pricker.
- Поверните и снимите защитный язычок.
- Twist and then pull off the protective tab.
- Плотнo прижмите иглу к пальцу, как показано на фотографии.
- Press the Pricker firmly against your finger as shown in the photograph.
- Устройство с иглой автоматически проколёт кожу на пальце.
- The Pricker will automatically prick your finger.



Первый анализ крови

The first blood test

- После прокола пальца сформируйте каплю крови примерно такого размера.
- After you have pricked your finger, make a blood drop about this size.
- Чтобы увеличить размер капли крови, осторожно помассируйте палец.
- Gently massage the finger to increase the size of the blood drop.
- Прикоснитесь к капле крови НАКОНЕЧНИКОМ устройства для теста, как показано на фотографии.
- Put your blood drop on to the TIP of the Tester as shown.
- После правильного заполнения устройство для теста подает звуковой сигнал.
- The Tester beeps when correctly filled.



Выпейте сладкий напиток

Take the Glucose Drink

- В течение последующих **10 минут** выпейте **весь** сладкий напиток.
- Take **all** the Glucose Drink within **10 minutes**.



Установите таймер

Set the timer

- Перед тем как отдохнуть, нажмите кнопку «**SET**» (Начать), чтобы запустить таймер на 2 часа.
- Press the **SET** button to start a 2 hour timer before you rest.
- После этого отдыхайте. Не принимайте пищу. При необходимости пейте только воду.
- Then Rest. Do not eat. Drink only water if needed.
- Вы можете почитать книгу или газету, посмотреть телевизор или послушать радио.
- We suggest you read a book or the paper, watch TV or listen to radio.
- Во время вашего отдыха индикатор таймера будет мигать с небольшой частотой.
- The timer will flash slowly during your rest.
- Через **2 часа** таймер подаст звуковой сигнал, сообщающий, что пришло время выполнить второй анализ крови.
- After **2 hours**, the timer beeps to tell you it's time to do the second blood test.



Выключите таймер

Turn the timer off

- Когда таймер подаст звуковой сигнал, это будет означать, что пришло время выполнить второй анализ крови.
- When the timer beeps, it is time to do your second blood test.
- Выключите таймер, нажав кнопку «**OFF**» (Выключить).
- Turn the timer off by pressing the **OFF** button.
- Теперь подготовьтесь ко второму анализу крови.
- Now prepare for the second blood test.



Вымойте руки

Wash your hands

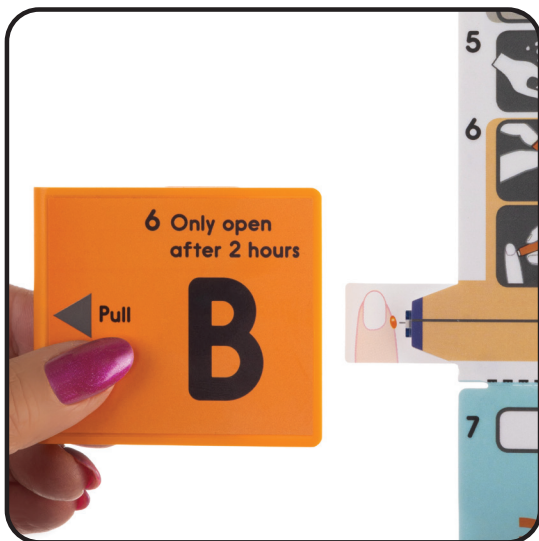
- Необходимо снова вымыть руки.
- You need to wash your hands again.
- Для получения достоверных результатов теста руки должны быть чистыми.
- Your hands must be clean to produce good test results.
- Чтобы облегчить получение капли крови, мойте руки теплой водой.
- Using warm water will make it easier for you to make a blood drop.
- Насухо вытрите руки.
- Make sure you dry them well.



Снимите крышку B, чтобы выполнить второй анализ

Remove cover B to do the second test

- Снимите крышку B, потянув ее, как показано на рисунке.
- Slide off cover B by pulling it as shown.
- Устройство для теста подаст звуковой сигнал.
- The Tester will beep.
- Теперь можно выполнять второй анализ крови.
- You can now do the second blood test.



Проколите палец

Prick your finger

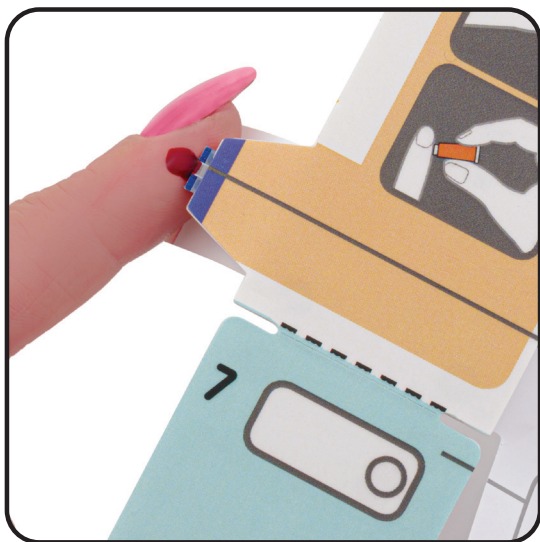
- Возьмите иглу для прокалывания пальца.
- Take a Finger Pricker.
- Поверните и снимите защитный язычок.
- Twist and then pull off the protective tab.
- Плотно прижмите иглу к пальцу, как показано на фотографии.
- Press the Pricker firmly against your finger as shown in the photograph.
- Устройство с иглой автоматически проколёт кожу на пальце.
- The Pricker will automatically prick your finger.



Второй анализ крови

The second blood test

- После прокола пальца сформируйте каплю крови примерно такого размера.
- After you have pricked your finger, make a blood drop about this size.
- Чтобы увеличить размер капли крови, осторожно помассируйте палец.
- Gently massage the finger to increase the size of the blood drop.
- Прикоснитесь к капле крови НАКОНЕЧНИКОМ устройства для теста, как показано на фотографии.
- Put your blood drop on to the TIP of the Tester as shown.
- После правильного заполнения устройство для теста подает звуковой сигнал.
- The Tester beeps when correctly filled.



Отсоедините синий накопитель данных

Snap off the blue Data Record

Примечание. Дождитесь, пока устройство для теста не подаст звуковой сигнал, а индикатор на синем накопителе данных не начнет мигать.

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

- Теперь результаты теста записаны на синий накопитель данных.
- The test data has now been recorded in the blue Data Record.
- Теперь можно отсоединить синий накопитель данных.
- Now you can snap off the blue Data Record.
- Сгибайте накопитель данных вверх и вниз, пока он не отсоединится.
- Flex the Data Record up and down until it snaps off.



Отсканируйте содержимое синего накопителя данных

Scan the blue Data Record

- Откройте приложение GTT@home на смартфоне.
- Open your GTT@home App on your smartphone.
- Коснитесь кнопки «I'm ready to scan» (Я готов(-а) сканировать).
- Tap the "I'm ready to scan" button.
- Приложите синий накопитель данных к ЗАДНЕЙ панели смартфона и МЕДЛЕННО переместите его в направлении от верхней части смартфона к нижней.
- Slide the blue Data Record against the BACK of your phone, moving it SLOWLY from the top of the phone to the bottom.

ПРИМЕЧАНИЕ. Следите за тем, чтобы синий накопитель данных касался задней панели телефона.

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

- Приложение отобразит подтверждение того, что результаты теста были успешно отправлены вашей акушерке.
- The App will then confirm that your test data has been successfully sent to your midwife.
- При появлении соответствующего запроса приложения повторите этап сканирования.
- Repeat the scan step if prompted to do so by the App.

Возврат синего накопителя данных по почте

Returning the blue Data Record by post

- Если вам не удастся отсканировать содержимое синего накопителя данных с помощью смартфона, вместо этого можно отправить результаты теста по почте.
- If you are unable to scan the blue Data Record with your smartphone, you can return your test data by post instead.
- Положите синий накопитель данных в конверт с предоплаченной пересылкой и отправьте его с использованием почтового ящика Королевской почты.
- Place the blue Data Record in the pre-paid envelope and post it using a Royal Mail post box.
- Почтовая марка не требуется — **отправка для вас бесплатна.**
- No stamp is needed — **postage is free.**



Готово — можно завтракать!

Finished – have breakfast!

- После завершения теста съешьте легкий завтрак.
- After completing the test, eat a light breakfast.
- Если синий накопитель данных предполагается возвращать по почте, как можно скорее отправьте его в конверте с предоплаченной пересылкой.
- If returning the blue Data Record by post, put the pre-paid envelope in the post as soon as possible.
- Иглы для прокалывания пальца, устройство для теста и прозрачный пакет для него безопасно утилизировать вместе с бытовыми отходами. Остальные материалы пригодны для вторичной переработки.
- The Finger Prickers, the Tester and its clear pouch can safely be placed in household waste. The other materials are recyclable.



Данный продукт предназначен для измерения уровня глюкозы в капиллярной крови в определенный период времени. **Используйте сразу же после вскрытия пакета с устройством для теста.**

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**

REF DIG001



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



Psephos Limited, ATU iHub Galway,
Dublin Road, Galway, H91 DCH9, Ireland

