

راهنمای کاربر

User Guide

GTT@home

GTT@home

کیت تست تحمل گلوکز
Glucose Tolerance Test Kit
ابتدا این مطلب را بخوانید.
Read this first.

لطفا راهنمای ویدیویی ما را در آدرس زیر تماشا کنید:

gtt-at-home.com/video

Please watch our video guide at:

gtt-at-home.com/video

لطفاً برای راهنمایی با خط تلفن راهنمای ما تماس بگیرید:

0275 113 0330

For assistance, please call our help line:

0275 113 0330

مشاهده اطلاعات پشتیبانی ما به آدرس:

gtt-at-home.com/care

View our support information at:

gtt-at-home.com/care

www.digostics.com

031-fa-Farsi

ابتدا، برنامه GTT@home را دانلود کنید

First, download the GTT@home App

می‌توانید اطلاعات تست GTT@home خود را از طریق تلفن هوشمندتان به طور ایمن برای مامای خود ارسال کنید.

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



نکته: اگر تلفن هوشمند ندارید، می‌توانید اطلاعات تست GTT@home خود را با استفاده از پاکت پیش‌پرداخت‌شده برای مامای خود ارسال کنید (به صفحه 20 مراجعه کنید).

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).

سه روش برای دانلود برنامه GTT@home وجود دارد:

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

1. کد QR زیر را با دوربین تلفن هوشمند خود اسکن کنید (پیشنهادی)

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



2. جستجوگر تلفن هوشمند خود را باز کنید و این

عبارت را تایپ کنید **gtt-at-home.com/app**

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

3. «GTT@home» را تایپ کنید و در app store تلفن خود دکمه جستجو را بزنید

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

برای راهنمایی با بخش پشتیبانی در آدرس زیر ارتباط برقرار کنید

.gtt-at-home.com/support

For assistance, contact

gtt-at-home.com/support.

Overview

این تست به مامای شما کمک می‌کند که نحوه مصرف قند توسط بدنتان را بسنجد.

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

این کار با اندازه‌گیری سطح قند خون قبل و بعد از مصرف نوشیدنی قندی انجام می‌دهد.

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

کیت آزمایش شامل همه وسایلی است که برای انجام آزمایش و ارسال سوابق اطلاعات آزمایش خود به ماما برای بررسی، به آن نیاز دارید.

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.

انجام آزمایش دو ساعت و پانزده دقیقه زمان می‌برد.

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

این راهنما را دنبال کنید.

Follow this guide.

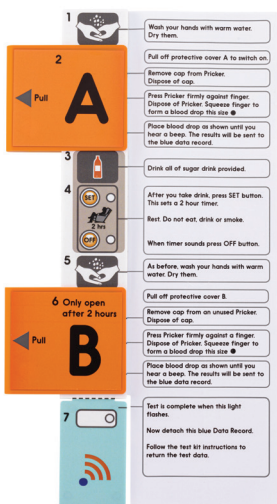
نکته: به یاد داشته باشید که یک شب ناشتا باشید و آزمایش را پس از بیداری انجام دهید. تا زمان تکمیل آزمایش فقط آب بنوشید و چیز دیگری نخورید.

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

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

برای انجام آزمایش به چه چیزی نیاز دارید؟

What you need to do the test:



تستر The Tester

نوشیدنی گلوکز Glucose Drink



سوزن انگشت Finger Prickers

توجه: زبانه محافظ
Note: protective tab



Important notes

به یاد داشته باشید که شب قبل از آزمایش ناشتا بمانید.
Remember to fast overnight before doing the test.

آزمایش را فوراً پس از بیداری انجام دهید.
Do the test immediately on waking.

تا زمان تکمیل آزمایش فقط آب بنوشید و چیز دیگری
نخورید.
**Eat nothing and drink only water until you have
completed your test.**

انجام آزمایش تقریباً 2 ساعت و 15 دقیقه زمان می برد.
**It takes approximately 2 hours and 15 minutes to do
the test.**

اگر زبانه محافظ از قبل برداشته شده است، از سوزن
انگشت استفاده نکنید.

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

نکته: تا قبل از انجام آزمایش، کیسه تستر را باز نکنید.
.Note: Do not open the Tester pouch until you do the test

Getting ready

1. جایی برای نشستن راحت با یک سطح صاف پیدا کنید.

1. Find somewhere comfortable to sit with a flat surface.

نکته: میز آشپزخانه گزینه‌ای ایده‌آل است.

Note: The kitchen table is ideal.

2. بسته را باز کنید، بسته محتوی وسایل زیر است:

2. Open the box, it contains:

- راهنمای کاربر
- تستر در کیسه‌ای کوچک
- A User Guide
- A Tester in a pouch
- 4 سوزن انگشت
- 4 Finger Prickers
- 1 نوشیدنی گلوکز
- 1 Glucose Drink
- 1 پاکت پیش‌پرداخت‌شده
- 1 Pre-paid envelope



3. برای شروع آزمایش آماده هستید.

3. You are ready to begin.

4. تستر را از کیسه خارج کنید.

4. Take the Tester out of the pouch.

6.

دستان خود را بشوئید

Wash your hands

ابتدا باید دستان خود را بشوئید.

First, you need to wash your hands.

- برای اینکه نتایج درستی از آزمایش حاصل شود، دست‌ها باید تمیز باشند.
- Your hands must be clean to produce good test results.
- استفاده از آب گرم، گرفتن قطره خون را برایتان آسان‌تر می‌کند.
- Using warm water will make it easier for you to make a blood drop.
- از خشک کردن کامل دست‌ها اطمینان حاصل کنید.
- Make sure you dry them well.



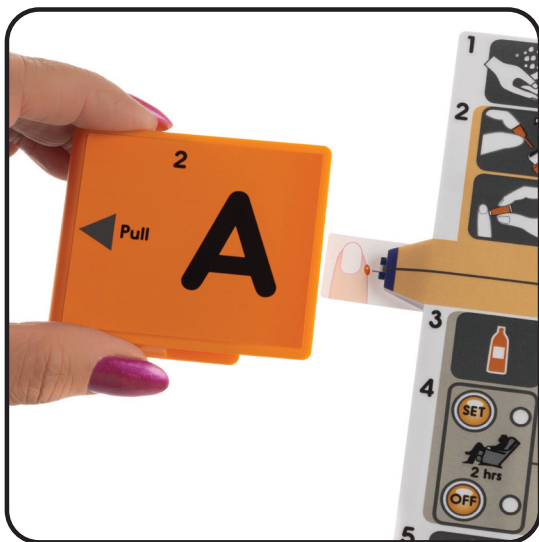
روکش محافظ A را برداشته و تستر را روشن کنید.

Remove protective cover A to switch on the Tester

نکته: هنوز روکش B را برنندارید.

Note: Do NOT remove cover B yet.

- طبق تصویر، پوشش A را با کشیدن آن به صورتی که نشان داده شده است، خارج کنید.
- Slide off cover A by pulling it as shown.
- تستر به محض روشن شدن، بوق می‌زند.
- The Tester will beep as it switches on.
- اکنون می‌توانید اولین آزمایش خون را انجام دهید.
- You can now do the first blood test.



سوزن زدن به انگشت

Prick your finger

- یک (خودکار) سوزنی بردارید.
- Take a Finger Pricker.
- زبانه محافظ را بچرخانید، سپس آن را بکشید و جدا کنید.
- Twist and then pull off the protective tab.
- طبق تصویر، سوزن را محکم روی انگشت خود فشار دهید.
- Press the Pricker firmly against your finger as shown in the photograph.
- (خودکار) سوزنی به طور خودکار به انگشت شما سوزن می‌زند.
- The Pricker will automatically prick your finger.



آزمایش اول خون

The first blood test



• پس از اینکه به انگشت خود سوزن زدید، یک قطره خون با این اندازه بگیرید.

• After you have pricked your finger, make a blood drop about this size.

• انگشت را به آرامی ماساژ دهید تا اندازه قطره خون بزرگتر شود.

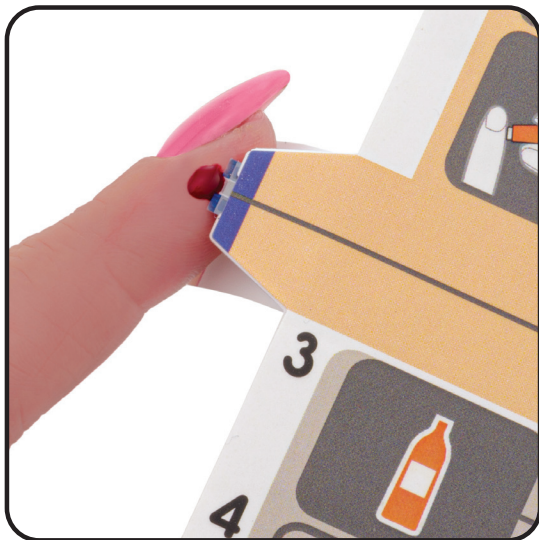
• Gently massage the finger to increase the size of the blood drop.

• طبق تصویر، قطره خون را روی نوک (TIP) تستر قرار دهید.

• Put your blood drop on to the TIP of the Tester as shown.

• تستر زمانی که به درستی پُر شود، بوق می‌زند.

• The Tester beeps when correctly filled.



نوشیدنی گلوکز را مصرف کنید. Take the Glucose Drink

- همه نوشیدنی گلوکز را ظرف 10 دقیقه مصرف کنید.
- Take **all** the Glucose Drink within **10 minutes**.



تایمر تنظیم کنید.

Set the timer

- دگمه **SET** را فشار دهید تا یک تایمر 2 ساعته قبل از استراحت شروع شود.
- Press the **SET** button to start a 2 hour timer before you rest.
- سپس استراحت کنید. چیزی نخورید.
در صورت نیاز فقط آب بنوشید.
- Then Rest. Do not eat.
Drink only water if needed.
- پیشنهاد می‌کنیم که کتاب یا مقاله‌ای بخوانید،
تلویزیون تماشا کنید یا به رادیو گوش بدهید.
- We suggest you read a book or the paper, watch TV or listen to radio.
- تایمر در طول استراحت شما به آرامی.
- The timer will flash slowly during your rest.
- پس از 2 ساعت، تایمر بوق می‌زند و به شما اعلام می‌کند که زمان انجام آزمایش دوم قند خون رسیده است.
- After **2 hours**, the timer beeps to tell you it's time to do the second blood test.



تایمر را خاموش کنید

Turn the timer off

- هنگامی که تایمر بوق می‌زند، زمان انجام آزمایش دوم قند خونتان است.
- When the timer beeps, it is time to do your second blood test.
- تایمر را با فشردن دکمه **OFF** خاموش کنید.
- Turn the timer off by pressing the **OFF** button.
- حالا برای آزمایش دوم قند خون آماده شوید.
- Now prepare for the second blood test.



دستان خود را بشویید

Wash your hands

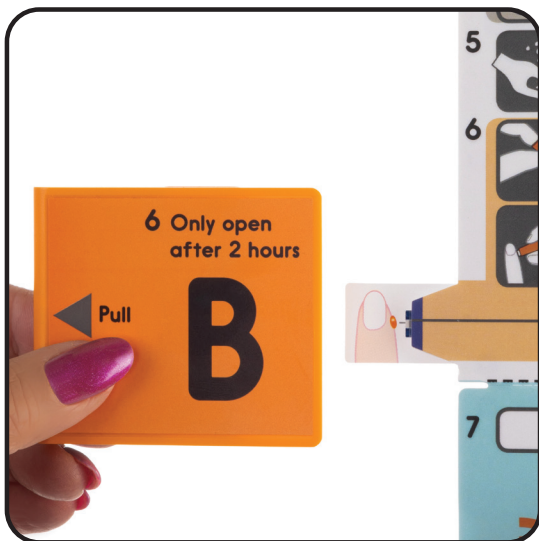
- باید دوباره دستان خود را بشویید.
- You need to wash your hands again.
- برای اینکه نتایج درستی از آزمایش حاصل شود، دست‌ها باید تمیز باشند.
- Your hands must be clean to produce good test results.
- استفاده از آب گرم، گرفتن قطره خون را برایتان آسان‌تر می‌کند.
- Using warm water will make it easier for you to make a blood drop.
- از خشک کردن کامل دست‌ها اطمینان حاصل کنید.
- Make sure you dry them well.



برای انجام آزمایش دوم، روکش B را بردارید.

Remove cover B to do the second test

- طبق تصویر، پوشش B را با کشیدن آن خارج کنید.
- Slide off cover B by pulling it as shown.
- تستر بوق می‌زند.
- The Tester will beep.
- اکنون می‌توانید آزمایش دوم قند خون را انجام دهید.
- You can now do the second blood test.



سوزن زدن به انگشت

Prick your finger

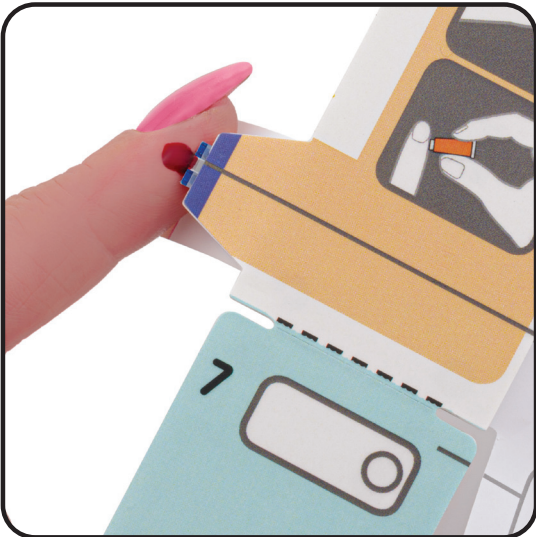
- یک (خودکار) سوزنی بردارید.
- Take a Finger Pricker.
- زبانه محافظ را بچرخانید، سپس آن را بکشید و جدا کنید.
- Twist and then pull off the protective tab.
- طبق تصویر، سوزن را محکم روی انگشت خود فشار دهید.
- Press the Pricker firmly against your finger as shown in the photograph.
- (خودکار) سوزنی به طور خودکار به انگشت شما سوزن می‌زند.
- The Pricker will automatically prick your finger.



آزمایش دوم خون

The second blood test

- پس از اینکه به انگشت خود سوزن زدید، یک قطره خون با این اندازه بگیرید.
- After you have pricked your finger, make a blood drop about this size.
- انگشت را به آرامی ماساژ دهید تا اندازه قطره خون بزرگتر شود.
- Gently massage the finger to increase the size of the blood drop.
- طبق تصویر، قطره خون را روی نوک (TIP) تستر قرار دهید.
- Put your blood drop on to the TIP of the Tester as shown.
- تستر زمانی که به درستی پُر شود، بوق می‌زند.
- The Tester beeps when correctly filled.



سابقه اطلاعات آبی رنگ (Data Record) را جدا کنید

Snap off the blue Data Record

نکته: صبر کنید تا تستر بوق بزند و چراغ سابقه اطلاعات آبی چشمک بزند.

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

- حالا اطلاعات آزمایش روی صفحه سابقه اطلاعات آبی ثبت شده است.
- The test data has now been recorded in the blue Data Record.
- حالا می‌توانید صفحه آبی رنگ سابقه اطلاعات را جدا کنید.
- Now you can snap off the blue Data Record.
- سابقه اطلاعات را به سمت بالا و پایین خم کنید تا جدا شود.
- Flex the Data Record up and down until it snaps off.



سابقه اطلاعات آبی رنگ را اسکن کنید

Scan the blue Data Record

- برنامه GTT@home را روی تلفن هوشمند خود باز کنید.
- Open your GTT@home App on your smartphone.
- روی دکمه I'm ready to scan (آماده اسکن هستم) ضربه بزنید.
- Tap the "I'm ready to scan" button.
- سابقه اطلاعات آبی رنگ را به «پشت» تلفن خود بکشید و «به آرامی» از بالای تلفن به پایین حرکت دهید.
- Slide the blue Data Record against the BACK of your phone, moving it SLOWLY from the top of the phone to the bottom.

نکته: مطمئن شوید که سابقه اطلاعات آبی رنگ با پشت تلفن شما تماس پیدا می کند.

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

- سپس برنامه تأیید می کند که اطلاعات آزمایشتان به طور موفقیت آمیز برای ماما ارسال شده است.
- The App will then confirm that your test data has been successfully sent to your midwife.
- اگر برنامه پیامی مبنی بر اسکن دوباره داد، مرحله اسکن را تکرار کنید.
- Repeat the scan step if prompted to do so by the App.

بازگرداندن سابقه اطلاعات آبی رنگ از طریق پست

Returning the blue Data Record by post

- اگر نمی‌توانید سابقه اطلاعات آبی رنگ را با تلفن هوشمند خود اسکن کنید، می‌توانید اطلاعات آزمایشتان را از طریق پست بازگردانید.
- If you are unable to scan the blue Data Record with your smartphone, you can return your test data by post instead.
- سابقه اطلاعات آبی رنگ را در پاکت پیش‌پرداخت‌شده قرار دهید و با استفاده از صندوق پستی Royal Mail آن را پست کنید.
- Place the blue Data Record in the pre-paid envelope and post it using a Royal Mail post box.
- نیازی به تمبر نیست – پست رایگان است.
- No stamp is needed – **postage is free.**



تمام شد - صبحانه خود را میل کنید! Finished – have breakfast!

- پس از تکمیل آزمایش، صبحانه‌ای سبک میل کنید
- After completing the test, eat a light breakfast.
- در صورت بازگرداندن سابقه اطلاعات آبی رنگ از طریق پست، پاکت پیش‌پرداخت‌شده را در اسرع وقت به پست تحویل دهید.
- If returning the blue Data Record by post, put the pre-paid envelope in the post as soon as possible.
- خودکارهای سوزنی، تستر و کیسه شفاف آن را می‌توانید به طور ایمن در زباله خانگی دفع کنید. سایر وسایل قابل بازیافت هستند.
- The Finger Prickers, the Tester and its clear pouch can safely be placed in household waste. The other materials are recyclable.



این محصول برای سنجش زمان بندی شده گلوکز در خون مویرگی در نظر گرفته شده است. بلافاصله پس از باز کردن کیسه «تستر» را استفاده کنید.

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, OX0 11QG.

Product Name: **GTT@home**

REF DIG001



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



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

