

## ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਤਕਨਾਲੋਜੀਂ ਸਮਝਣਾ ।

ਇਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਦਰਸਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਲੇ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੂਨੂੰਚਿ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੁੱਧਰ (HbA1c) ਬਿਹਤਰ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜੋ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੂਨੂੰਚਿ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਪੁੱਧਰ (ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਤਕਨੀਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ) ਛੱਕ C YPਨੂੰ ਦਿਲ, ਗੁਰਦੇ, ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੁੱਸਿਆਂ ਸਮੇਤ ਘੁੱਣ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਸਮੁੱਸਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿਹਤਮੂੰਦ ਜੀਨ ਜਿਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜੀਨ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਗੁਣਤਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਕਨੀਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੂਸ਼ਣ ਲਈ ਅਲਾਰਮ ਜਾਏਗੀ ਕਿ ਬੁੱਡ ਸੂਗਰੂ ਦਾ ਪੁੱਧਰ ਕਦੋਂ ਉੱਚਾ ਜਾਂ ਘੁੱਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕੋ।

ਛੱਕ ਬਿਹਤਰ ਰਾਤ ਦੀ ਨੀਂਦ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਤਕਨੀਕੀ ਛੁਾਬੀਸਾਂ ਚਿੰਚ ਅਲਾਰਮ ਕੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕੋਈ ਸਮੁੱਸਿਆ ਹੋਣ 'ਤੇਜ਼ ਦੇ ਹਨ।



## Introduction

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੂਗਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੈਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੂਗਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਆਮ ਅਭਿਆਸ ਵਜੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਗਾਈਡ ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਤਕਨਾਲੋਜੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖੋਗੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਹੈਲਥਕੋਏਰ ਟੀਮ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੂਗਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੋ।

## ਸਮੱਗਰੀ

### ਤਕਨਾਲੋਜੀ

#### ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ

- ਨਿਰੰਤਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ
- ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ
- ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ

## ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ

- ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪ
- ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਟਾਇਡੇ  
ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ
- ਯੰਤਰ ਇਕੱਠੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ

## ਨਿਰੰਤਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਮਾਨੀਟਰ



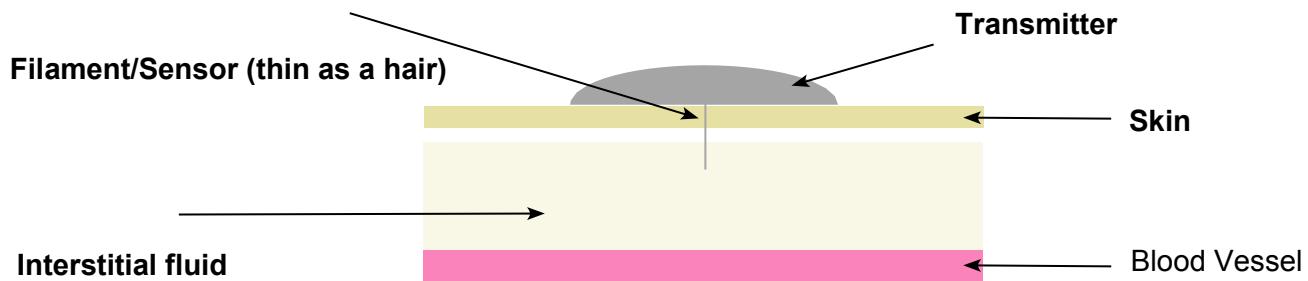
ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ  
ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪ

ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ  
ਵਾਲਾ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਤਰੀਕਾ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਮੀਟਰ ਅਤੇ  
ਇੱਕ ਪੱਟੀ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਉੱਗਲੀ ਚੁਭਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ  
ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ।



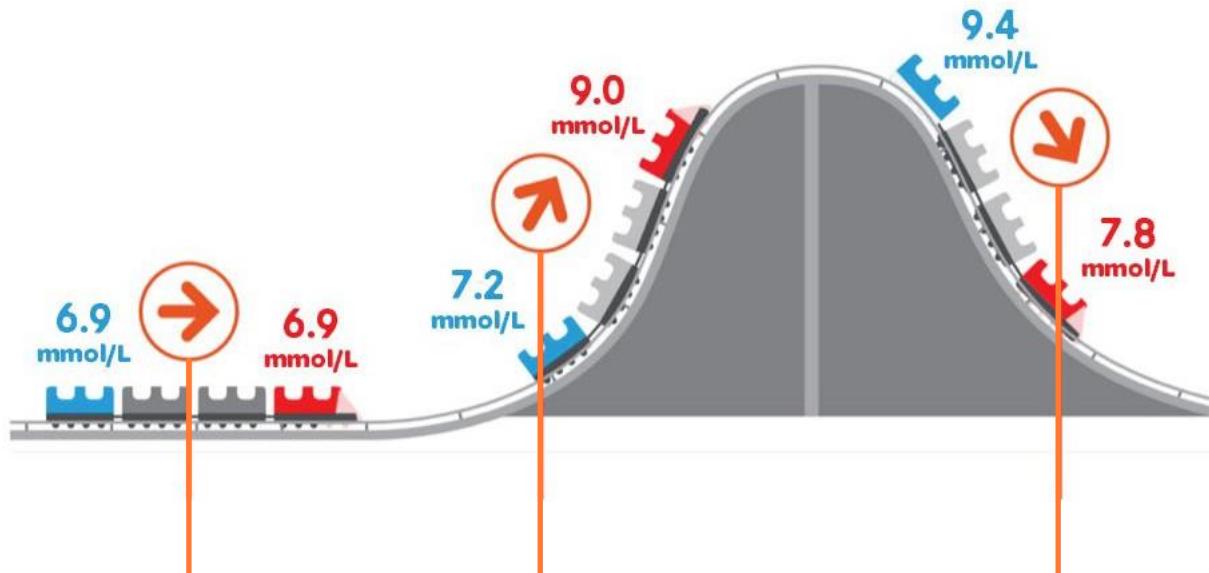
ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਤਕਨੀਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਅਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ 'ਬੈਕ-ਅੱਪ' ਵਜੋਂ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਉਪਰੋਕਤ ਫਿੰਗਰ ਪਰਿਕਰ ਦੇ ਉਲਟ, ਨਵੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਖੂਨ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਉਹ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਫਿਲਾਮੈਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਵਾਲਾਂ ਵਾਂਗ ਪਤਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਸੈਮਰ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹੇਠਾਂ ਇੰਟਰਸਟੀਸ਼ੀਅਲ ਤਰਲ ਤੋਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।



ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੈਂਸਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਦੇਣ ਲਈ ਇੰਟਰਸਟੀਸੀਅਲ ਤਰਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਰੀਡਿੰਗ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਅੰਤਰ ਨੂੰ 'ਲੈਗ ਟਾਈਮ' ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਰਫ 5 ਮਿੰਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਸੁਰੂ ਵਿੱਚ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਮੁੱਲ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਫਿਰ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਮੁੱਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਵੇਗੀ।



**ਜਦੋਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਸਥਿਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ**, ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਸਮਾਨ ਹਨ।

**ਜਦੋਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ**, ਤਾਂ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**ਜਦੋਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ**, ਤਾਂ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**ਲਾਲ ਟਰੇਨ ਬਲੱਡ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨੀਲੀ ਟਰੇਨ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ।**

ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਯੰਤਰ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਨਿਰੰਤਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ (ਸੀ.ਜੀ.ਐਮ) ਅਤੇ ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ (iCGM) ਜੋ ਫਲੈਸ਼ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

## ਨਿਰੰਤਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ - ਸੀ.ਜੀ.ਐਮ

ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਸੈਂਸਰ ਇੰਟਰਸਟੀਸ਼ੀਅਲ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫੜੀ, ਜੇਬ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਮਸੀਨ/ਰੀਡਰ ਜਾਂ ਮੇਬਾਈਲ ਫੋਨ ਨੂੰ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੀਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਸਥਿਰ ਹੈ, ਉੱਪਰ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲਾ ਉੱਚ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੇਠਲੇ ਪੱਧਰਾਂ ਲਈ ਅਲਾਰਮ ਸੈਂਟ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਡਿਵਾਈਸ 'ਤੇ ਅਲਾਰਮ ਸੈਂਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਨ ਕਿ ਨਿਰੰਤਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਮਾਨੀਟਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:



ਨਿਰੰਤਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਮਾਨੀਟਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿੰਨ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1. ਸੈਂਸਰ ਪਾਊਂਟ ਲਈ ਇੱਕ ਡਿਵਾਈਸ



**2. ਸੈਂਸਰ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਮੀਟਰ** - ਸੈਂਸਰ ਨੂੰ ਹਰ 7-10 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਮੀਟਰ ਦਾ ਜੀਵਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਨਾਲ ਬਦਲਦੀ ਹੈ



**3. ਰੀਡਰ (ਜਾਂ ਫੋਨ)** - ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ



## ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਲਗਾਤਾਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ - iCGM ਜਾਂ ਫਲੈਸ਼

ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਸੈਂਸਰ ਇੰਟਰਸਟੀਜ਼ੀਅਲ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰੀਡਰ ਜਾਂ ਫੋਨ ਨਾਲ ਸਬੈਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਏਗਾ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਤੀਰ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪੱਧਰ ਸਥਿਰ ਹਨ, ਉੱਪਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਦਾ ਡੇਟਾ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਉੱਚ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਘੱਟ ਰੀਡਿੰਗ ਲਈ ਅਲਾਰਮ ਸੈਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।



iCGM ਕੋਲ CGMs ਵਾਂਗ ਹੀ ਇੱਕ ਸੰਮਿਲਨ ਯੰਤਰ, ਸੈਂਸਰ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਮੀਟਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਰੀਡਰ (ਜਾਂ ਫੋਨ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

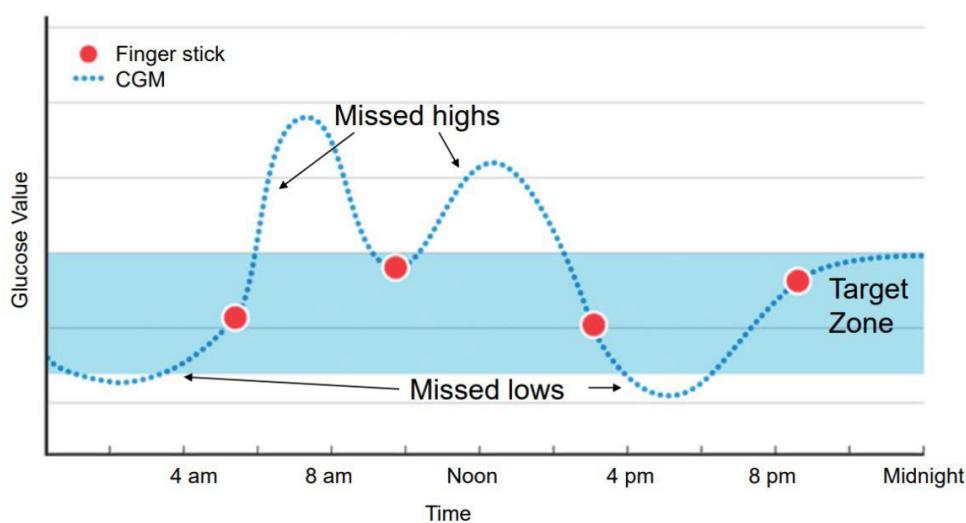
CGM ਅਤੇ iCGM ਵਿਚਕਾਰ ਮੁੱਖ ਅੰਤਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ CGM ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਕੀਤੇ ਪਾਠਕ ਜਾਂ ਫੋਨ 'ਤੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ iCGM ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ ਇੱਕ ਗੀਡਰ ਜਾਂ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕੈਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਅਨੁਕੂਲ ਫੋਨ ਯੰਤਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।

## ਨਿਰੰਤਰ ਅਤੇ ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਲਾਭ

### 1. ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨਾਲ ਹਰ ਸਮੇਂ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਾਰਟ ਨੂੰ ਦੇਖੋ:

- ਗ੍ਰਾਫ ਦੇ ਪਾਰ ਨੀਲਾ ਬੈਂਡ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਲਈ ਟੀਚਾ ਖੇਤਰ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਲਾਲ ਬਿੰਦੀਆਂ ਉੱਗਲ ਦੀ ਚੁਭਣ ਨਾਲ 4 ਗਲੂਕੋਜ਼ ਜਾਂਚਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ
- ਨੀਲੀ ਬਿੰਦੀ ਵਾਲੀ ਲਾਈਨ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ CGMs ਜਾਂ iCGMs ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕੀ ਦੇਖਦੇ ਹੋ



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਰਫ ਉੱਗਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਇਹ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਸ ਪਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਕਿ ਬਾਬੀ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ CGMs ਜਾਂ iCGMs ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹਰ ਸਮੇਂ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ

ਉੱਚੀਆਂ ਅਤੇ ਨੀਵੇਂ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਛੱਡੋਗੇ।

## 2. ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ

ਬੱਚੇ/ਨੋਜਵਾਨ ਦੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਅਲਾਰਮ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਯੰਤਰ 'ਤੇ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਸਾਜ਼ੇ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ), ਇਹ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੈ ਕਿ ਉੱਚ ਅਤੇ ਨੀਵੇਂ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਭੁਲਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ।

## 3. ਉੱਗਲੀ ਤੇ ਸੂਈ ਚੁਭਉਣਾ ਘੱਟ ਹੋਣਾ

CGMs ਅਤੇ iCGMs 'ਤੇ ਨਿਯਮਤ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਉੱਗਲਾਂ ਦੀ ਚੁਭਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇੱਕ ਉੱਗਲੀ ਚੁਭਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਸੈਂਸਰ ਰੀਡਿੰਗ ਕਿਸੇ ਉੱਚ ਜਾਂ ਘੱਟ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਿਯਮਤ ਉੱਗਲਾਂ ਦੇ ਚੁਭਣ ਦੀ ਅਸੁਵਿਧਾ ਅਤੇ ਦਰਦ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਸੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਹਰ 7-14 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

## 4. ਜਾਣੋ ਕਿ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਰੀਡਰ/ਫੋਨ 'ਤੇ ਤੀਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਸੂਲਿਨ ਦੇ ਸਮਾਘੋਜਨ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨੰਬਰ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ  
ਕਰੋਗੇ?



ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਹ ਦੇਖਿਆ,  
ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਵੱਖਰਾ ਕਰੋਗੇ?

## 5. ਪੈਟਰਨ ਅਤੇ ਰੁਝਾਨ ਦੇਖੋ

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਗੇ ਕਿ ਭੋਜਨ, ਗਤੀਧਿ, ਮੌਸਮ, ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਰਗੀਆਂ ਖੋੜਕਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੂੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਕ੍ਰਿਪਿਊਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਸ਼ਿੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਗੇ ਕਿ ਇਨਸੂਲਿਨ ਦੇ ਸਮਾਘੋਜਨ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕ੍ਰਿੰਕਰਾਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।

## ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ



## ਇਨਸੂਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਕਰਣ

ਇਨਸੂਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਰਵਾਇਤੀ ਤਰੀਕਾ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਚਰਬੀ (ਉਪ-ਚਮੜੀ) ਦੀ ਪਰਤ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ-ਐਕਟਿੰਗ (ਬੇਸਲ) ਅਤੇ ਸ਼ਾਰਟ-ਐਕਟਿੰਗ (ਬੋਲਸ) ਇਨਸੂਲਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੈਨ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਸੂਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ...



ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ ਉਹ ਯੰਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਟੀਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ 1978 ਤੋਂ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ, ਪਰ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਾਜ਼ੇ-ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਤੱਕ ਵਿਕਸਤ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ...



## ਇੱਕ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ

### 1. ਬੇਸਲ ਇਨਸੁਲਿਨ (ਕਈ ਵਾਰ ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ ਇਨਸੁਲਿਨ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

ਬੇਸਲ ਇਨਸੁਲਿਨ ਉਹ ਇਨਸੁਲਿਨ ਹੈ ਜੋ ਦਿਨ ਭਰ ਨਿਰੰਤਰ ਵਹਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਵਾਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾ ਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ 12-24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੰਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੇਸਲ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਪੰਪ ਨੂੰ ਦਿਨ ਭਰ ਲਗਾਤਾਰ ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਬੇਸਲ ਇਨਸੁਲਿਨ ਨੂੰ ਦਿਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਆਦਿ ਦੌਰਾਨ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾਤਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਐਡਜ਼ਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਇਨਸੁਲਿਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੁਝ ਪੰਪਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਮੇਂ ਤੇ ਡਿਸਕਨੈਕਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ

1. ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ
2. ਤੈਰਾਕੀ ਵੇਲੇ
3. ਖੇਡਾਂ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ (2 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ) ਲਈ ਡਿਸਕਨੈਕਟ ਹੋ, ਤਾਂ ਉੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਕੀਟੋਨਸ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### 2. ਬੋਲਸ ਇਨਸੁਲਿਨ

ਬੋਲਸ ਇਨਸੁਲਿਨ, ਭੇਜਨ, ਸਨੈਕਸ ਅਤੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਸੁਧਾਰਾਂ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਤੇਜ਼-ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਟੀਚੇ ਦੀ ਸੀਮਾ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਪੈਨ ਨਾਲ ਤੇਜ਼-ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਪੰਪ ਖਾਧੇ ਗਏ ਕਾਰਬੋਈਡਰੇਟ ਦੇ ਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਮੁੱਲਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਸਹੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਗਣਨਾ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੰਪ ਜਾਂ ਰੈਂਡਸੈਟ ਵਿੱਚ ਕਾਰਬੋਈਡਰੇਟ ਦੇ ਗ੍ਰਾਮ ਦਾਖਲ ਕਰਨੇ ਪੈਂਫਰਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਮੁੱਲ ਵੀ ਦਾਖਲ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੰਪ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਕੈਨੁਲਾ ਰਾਹੀਂ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

## ਪੰਪ ਦੀ ਕਿਸਮਾਂ

ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪਾਂ ਦੀਆਂ ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ :

- 1) ਟਿਊਬਡ/ਟੀਬਰਡ ਪੰਪ
- 2) ਟਿਊਬ ਰਹਿਤ/ਪੈਚ ਪੰਪ ਜਾਂ ਪੋਡ

### ਟਿਊਬਡ/ਟੀਬਰਡ ਪੰਪ

ਇੱਕ ਟਿਊਬਡ/ਟੀਬਰਡ ਪੰਪ ਨਾਲ, ਇਨਸੁਲਿਨ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਪੰਪ ਯੰਤਰ ਤੋਂ ਡਿਲੀਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਜੇਬ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਕਲਿੱਪ ਜਾਂ ਪੰਪ ਪਾਊਂਚ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਹੇਠਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖੋ)। ਇਨਸੁਲਿਨ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਕੈਨੂਲਾ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਚਮੜੀ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਹੇਠਾਂ ਬੈਠਦਾ ਹੈ।



ਉਹ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਪੰਪ ਡਿਵਾਈਸ 'ਤੇ ਬਟਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੈਨੂਲਾ ਨੂੰ ਹਰ 2-3 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਟਿਊਬਡ/ਟੀਬਰਡ ਪੰਪ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਮੁੱਖ ਭਾਗ ਹੋਣਗੇ:

**1.**

ਕੈਨੂਲਾ ਸੰਮਿਲਨ ਡਿਵਾਈਸ



**2.**

ਕੈਨੂਲਾ ਅਤੇ ਟਿਊਬ



**3.**

ਪੰਪ (ਇਨਸੁਲਿਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ



## ਟਿਊਬ ਰਹਿਤ/ਪੈਚ ਪੰਪ ਅਤੇ ਪੋਡ

ਇੱਕ ਟਿਊਬਲੈਸ/ਪੈਚ ਪੰਪ ਜਾਂ ਪੋਡ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਨਸੁਲਿਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਪੋਡ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਕੈਨੂਲਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਇੱਕ ਹੈਂਡਹੋਲਡ ਡਿਵਾਈਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬਲੂਟੂਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਪੋਡ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ। ਪੋਡ ਨੂੰ ਹਰ 2-3 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਟਿਊਬ ਰਹਿਤ/ਪੈਚ ਪੰਪ ਜਾਂ ਪੋਡ ਵਿੱਚ ਦੇ ਮੁੱਖ ਭਾਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1. ਟਿਊਬ ਰਹਿਤ/ਪੈਚ ਪੰਪ (ਇਨਸੁਲਿਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ)
2. ਹੈਂਡਸੈਟ (ਇਨਸੁਲਿਨ ਡਿਲੀਵਰੀ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ)

ਟਿਊਬਲੈਸ/ਪੈਚ ਪੰਪ ਖੇਡਣ, ਤੈਰਾਕੀ, ਸ਼ਾਵਰਿੰਗ ਅਤੇ ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।



## ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਫਾਇਦੇ

### ਕੋਈ ਟੀਬੇ ਨਹੀਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਬੇਸਲ ਇਨਸੁਲਿਨ ਅਤੇ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣਾ ਖਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਲਸ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ। ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਭਗ ਹਰ 3 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪੰਪ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕੈਨੂਲਾ ਪਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ।

### ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ

ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਲਚਕਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਜਦੋਂ ਚਾਹੇ ਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਅਨੁਕੂਲਤਾ ਲਈ ਲਚਕਤਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਡਿਲੀਵਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਪੰਪ ਨਿਯੰਤਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਐਡਜਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੋ, ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਦਲਾਅ ਕਰ ਸਕੋ। ਪੰਪ ਪੈਨ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਟੀਕ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਖੁਰਾਕਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

### ਆਪਣੀ ਸੂਗਰ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ ਲਾਭਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ 'ਤੇ ਬਿਹਤਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਿਰਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

## ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੰਦ ਲੂਪ

ਉਪਕਰਣ ਜੋ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੰਦ ਲੂਪਸ)



ਇੱਕ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੰਦ ਲੂਪ (HCL) ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ CGM ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੰਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਡਿਲੀਵਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ CGM ਤੋਂ ਭੇਜੀ ਗਈ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਪੱਧਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਐਲਗੋਰਿਦਮ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਜੋ ਪੰਪ ਅਤੇ CGM ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਸਟਮ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ। ਐਲਗੋਰਿਦਮ ਜਾਂ ਤਾਂ ਪੰਪ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਫੋਨ ਐਪ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੇਸਲ (ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ) ਇਨਸੂਲਿਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨੂੰ ਸੀਮਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਐਡਜਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਭੇਜਨ ਲਈ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ ਗ੍ਰ੍ਯਾਮ ਅਜੇ ਵੀ ਬੋਲਸ ਇਨਸੂਲਿਨ ਲਈ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

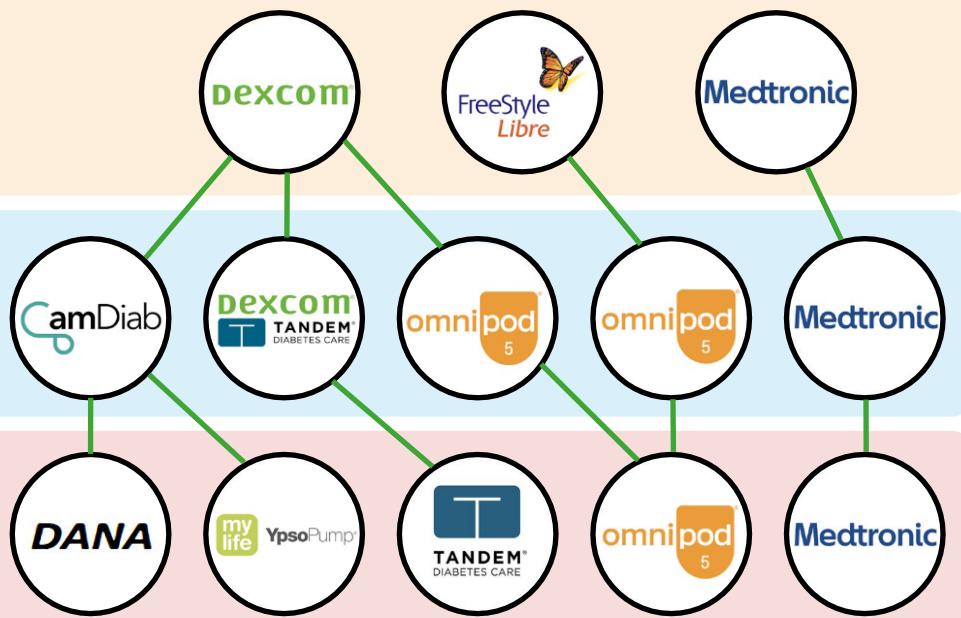
ਸਾਰੇ ਪੰਪ ਅਤੇ CGM ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਇਹ ਚਿੱਤਰ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ।

## ਯੰਤਰ -

ਆਪਣੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱ ਊਂਦੀ  
ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ

ਆਪਣੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਮਾਨੀਟਰ ਅਤੇ  
ਆਪਣੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੰਪ ਵਿਚਕਾਰ  
ਸੰਚਾਰ ਸਾਧਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ  
ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਯੰ ਊਂਦੀ



## ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੰਦ ਲੂਪ ਦੇ ਮੁੱਖ ਫਾਇਦੇ

ਜਿਵੇਂ ਉੱਪਰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਇੱਕ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੰਦ ਲੂਪ ਸਿਸਟਮ ਇੱਕ CGM ਅਤੇ ਇੱਕ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੈ ਜੋ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੰਦ ਲੂਪ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਇਸ ਲਈ ਇੱਕ CGM ਅਤੇ ਇੱਕ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹਨ।

### ਲਾਭਾਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ

#### ਘੱਟ ਹਮਲਾਵਰ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਰੀਡਿੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਉੱਗਲੀ ਨੂੰ ਚੁਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ।

ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ, ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੈਂਸਰ ਪਾਓਗੇ ਜਿਸਨੂੰ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਦੋ ਵਾਰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ ਜਿਸ ਨੂੰ ਹਰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਨੂਲਾ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

#### ਮਰੀਜ਼ ਤੋਂ ਸੀਮਤ ਦਖਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ-ਬੰਦ ਲੂਪ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਨਵੀਆਂ ਸਕਿਨ ਸਾਈਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਸੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੈਨੂਲਾ ਬਦਲੋ।
- ਬੋਲਸ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ ਗ੍ਰਾਮ ਨੂੰ ਇਨਪੁਟ ਕਰੋ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਅਤੇ ਇਨਸੂਲਿਨ ਡੇਟਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ।

#### ਸੁਧਰੇ ਨਤੀਜੇ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ-ਬੰਦ ਲੂਪ ਸਿਸਟਮ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੇਖੋ ..

- ਘੱਟ ਹਾਈਪੋਸ
- ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਦੀ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਟੀਚਾ ਸੀਮਾ
- ਘੱਟ ਹਾਈਪਰਸ

- ਬਿਹਤਰ HbA1c
- ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ
- ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਸਿਹਤ ਹਾਲਾਤ ਦਾ ਘੱਟ ਖਤਰਾ
- ਬਿਹਤਰ ਨੀਂਦ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ

## ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਤਕਨਾਲੋਜੀ

### ਸੋਚਣ ਲਈ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ (ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਨਹਾਉਣਾ ਸ਼ਾਵਰਿੰਗ/ਖੇਡਾਂ ਲਈ  
ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ)

ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ "ਇਸ ਨੂੰ ਸੈਂਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਓ" ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ - ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ-ਬੰਦ ਲੂਪਾਂ  
ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨਾਲ  
ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਨਸੂਲਿਨ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ  
ਅਜੇ ਵੀ ਸਾਰੇ ਭੇਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ ਲਈ ਗ੍ਰਾਮ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ ਦਾਖਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸੁਰੂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹੈ - ਇਹ ਰਾਤੇ-ਰਾਤ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ! ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ  
ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਚੁਣੀ ਹੋਈ ਡਿਵਾਈਸਜ਼ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ  
ਹੋਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਫਿੰਗਰ ਪ੍ਰੀਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ  
ਪਵੇਗੀ, ਜਦੋਂ ਸੈਂਸਰ ਘੱਟ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੀ ਰੀਡਿੰਗ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਇਨਸੂਲਿਨ ਪੰਪ ਫੇਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਹਾਈਪਰ ਹੋਣ ਵੇਲੇ  
ਆਪਣੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਇਨਸੂਲਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ  
ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਤੁਹਾਡੀ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਯੰਤਰ ਚੁਣਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼  
ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਇੱਕ ਬੱਚੇ/ਨੈਜਵਾਨ  
ਬਾਲਗ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੇ।

