

На авторство мануала не претендую, т.к. большинство информации взято из открытых источников, авторов которых я не знаю. Я лишь собрал всё это в один документ. Буду признателен, если дополните ссылками на авторов и внесёте нужные коррективы в этот текст, который я сформировал (Andrey Arkhipov или @topforvip). Всё описанное проверял лично на себе при помощи телефона Samsung Galaxy S с версией ОС Android 10.

Активация сенсоров Libre 1 и чтение сахара крови телефоном через NFC без использования сканера FreeStyle Libre 1 (без разных «интеллектуальных считывателей», типа MIAOMIAO и пр.).

Сенсор желательно (но не обязательно, т.к. Вы лучше знаете свой организм) ставить по инструкции от @Dmytryilvanov и сотоварищей (авторов не знаю):

а.) Установка сенсора Libre *(на себе проверял для установки*

Libre 1 и 2. Инструкция очень полезная для всех!!!):

Мы делимся опытом использования сенсора FreeStyle Libre от создателя и администратора группы «Инсулиновая помпа. Вопросы и ответы» (https://t.me/diabetes_pump).

Freestyle Libre один из лучших сенсоров для мониторинга сахарной кривой на сегодняшний день. Он не только прост в установке и использовании. Если использовать его в связке с «MIAOMIAO» и приложением xDrip+ (ссылка на скачивание ниже), можно получить еще и очень точный мониторинг, который будет радовать своего владельца стабильностью показаний на протяжении всего срока службы.

Единственное, что нужно для беспроблемной работы этого мониторинга, — это правильно установить его, и ниже я объясню, как это сделать.

1. Ставьте сенсор на рекомендованное место, не сбоку плеча, а с тыльной стороны. Ставьте твердой рукой и резким нажатием. Не стоит нажимать медленно или со слабым усилием, иначе результат будет как у тех, кто умудряется загнуть усик при установке Libre.

2. Устанавливайте сенсор за сутки до активации (*комментарий @topforvip: мне сейчас 38 лет и мне достаточно поставить заранее новый сенсор на ночь, а не за сутки до активации*), но не запускайте его. Это позволит волоску сенсора нормально зажить, и сразу с первых минут после запуска можно получить ровные и стабильные показания.

3. Сразу после установки сенсора, независимо от того, проступила кровь через отверстие в сенсоре или нет, промойте это отверстие перекисью водорода. Она вымоет кровь и очистит место прокола. Во-первых, показания будут более стабильными, не будет возможных провалов в LOW на несколько часов после запуска, а во-вторых, через 14 дней, когда вы снимете сенсор, не будет даже видно, где он стоял. Для промывки нужен 5-кубовый шприц без иглы. Очень легко, не под напором, льете в отверстие сенсора, пока не появится пена. Промывать можно до тех пор, пока не вымоется вся кровь или не закончится перекись в шприце. *(комментарий @topforvip: можно купить перекись в пластиковом пузырьке с тонким носиком; такие чаще всего сейчас продаются в аптеках; шприц сейчас не обязателен, а перекись в достаточном запасе должна быть дома)*

4. Калибруйте сенсор в xDrip+ не раньше, чем через 15 минут после его активации.

5. Первые 1-3 дня, пока волосок заживает, калибровки могут слегка смещаться, потом с 4-го дня и до конца службы показания будут точные и ровные.

Итог применения этих несложных правил: 100 сенсоров за 2 года без единой преждевременной утраты.

P.S.: от руководства канала позволим комментарий. Согласно [бельгийскому исследованию](#), сенсор Libre можно также использовать на передней части бедра, ставить на живот не рекомендуется.

б.) Активация сенсора.

Приложением Glimp S

https://play.google.com/store/apps/details?id=it.ct.glicemia_starter активируете установленный сенсор. Все запрашиваемые телефоном разрешения для приложения НЕОБХОДИМО предоставить! Далее просто подносите к сенсору телефон с включенным в настройках NFC на 2-3 сек. Сенсор активируется автоматически.

в.) Считывание данных глюкозы крови.

Читать данные сахара крови, на мой взгляд, лучше через xDrip+.

Основную информацию по настройке предоставил [@Dmytryilvanov](#)

Скачайте последнюю версию приложения и, не смотря на все возмущения телефона, разрешаете установку из неизвестного источника и предоставляете все права приложению, которые оно запросит!

Ссылка на последнюю версию xDrip+ (качаем по самой верхней ссылке в списке, если только нет пометки Beta):

<https://github.com/NightscoutFoundation/xDrip/releases>

В xDrip+ выбираете при установке типа системы мониторинга: «Libre Alarm» с Sony чего-то там... ☺ В настройках программы активируете доступ к NFC. Три горизонтальные чёрточки в левом верхнем углу (Настройки) --> источник данных --> NFC Scan Features --> Use NFC Scan Feature (вкл).

Всё. Можете сканировать.

!!!Взял у Кейзер Семён (@Semmyon): Не забудьте, чтобы не ждать ещё 60 минут активацию сенсора, при подключении к сенсору после «Start Sensor» жмите на следующем экране **«Not today»** (если Вы его установили по правилам из первого пункта мануала, а не 10 минут назад. Сенсор должен «постоять» в теле.).

г.) В дополнение ко всему, умная калибровка сенсоров Libre (получено от @Dr_Maks)

[#умная](#) калибровка

Как калибровать по сахару крови?

Вносим *все* измерения глюкометром в программу xDrip+

Появляются красные квадратики.

Смотрим квадратик на ровном тренде.

Нажимаем на него.

В правом нижнем углу появляется blood test (анализ крови).

Нажимаем на него.

Там будет возможность выбора: ничего не делать, удалить, калибровать.

Выбираем «калибровать».

Тогда все ваши калибровки на ровном сахаре и программа показывает идентично глюкометру.

Естественно, если нет резкого роста или падения (будет запоздание).

Если изначально у вас калибровки плохие (это видно на вкладке График калибровок), то вначале ловим ровный сахар, сбрасываем калибровки.

Калибруем. А затем калибруем, как описано выше.

Можно пользоваться и обычной калибровкой, но на ровных сахарах.

Если вдруг всё же она получилась неверной, то её можно и *нужно* удалить в меню «calibration data table» (данные калибровки). Чтобы эта вкладка отражалась, надо зайти в Настройки -> Менее распространённые настройки и поставить галочку «Show data tables».