



Erfahrungsbericht einer Mutter mit dem Free Style Libre

Der Freestyle Libre gibt zu reden: Endlich Blutzuckermessen ohne tägliches Fingerpiksen. Möglich macht es ein münzgrosser Sensor, der 14 Tage getragen wird, und über den sich mit einem Lesegerät der aktuelle Blutzucker messen lässt. Im Unterschied zu CGM-System entfällt dabei das zweimal tägliche Kalibrieren. Eine Mutter wollte es genauer wissen. Hier ihr Erfahrungsbericht.

Ich "Libre" es!

Die Bestellung – ein Abenteuer

Es war immer wieder dasselbe: Wir mussten in der Nacht den Blutzucker unserer Tochter Andrea (6, Name geändert) blutig messen. Sie hatte meistens keinen tiefen Schlaf und erwachte jedes Mal. Dabei wehrte sie sich im Halbschlaf heftig mit Händen und Füßen, schrie, jammerte. So konnte es nicht weiter gehen, schoss es mir immer wieder durch den Kopf.

Irgendwie wurde ich auf den Free Style Libre beim Recherchieren im Internet aufmerksam. Das Interesse meines Mannes war auch rasch da. Doch die erste Hürde sollte noch kommen. Beim Besuchen der Website der Abbott in Deutschland wurde unsere IP als eine Schweizer IP identifiziert. Wir wurden auf eine andere Seite umgeleitet, wo es hiess, dass dieses Produkt nicht in der Schweiz verfügbar sei. Danach wurden andere Produkte aufgelistet. Aber wir wollten keine anderen Produkte. Wir wollten den Free Style Libre.

Mein Schwager empfahl uns, einen Proxy-Server einzurichten. Damit wurde unsere IP über etliche Server weitergeleitet, sodass das Herkunftsland nicht herauszufinden war. Nun konnten wir das Gerät bestellen. Das jedenfalls dachten wir vorerst... Die nächste Hürde kam. Es gäbe Lieferschwierigkeiten beim Free Style Libre. Zuerst müsse sichergestellt werden, dass die bestehenden Kunden beliefert werden können. Wir liessen uns daher auf eine Warteliste setzen. Gegen Ende 2015 dann die Neuigkeit: Die Warteliste würde zügig abgearbeitet. Demnächst könnten wir damit rechnen, dass das CGM bestellt werden kann. Und das Beste noch dazu: in Deutschland sei es nun für Kinder ab 4 Jahren zugelassen. Hurra!

Die Sensoren, von denen man max. 6 Stück aufs Mal bestellen kann, sowie das zugehörige Gerät, konnten wir endlich bestellen. Allerdings an ein Postfach an der Grenze, wo es dann abgeholt werden muss (da es nicht in die Schweiz geliefert wird).



Swiss Diabetes Kids

...und dennoch scheint die Sonne

Die Kosten

Jeder Sensor, der 14 Tage auf der Haut getragen wird, kostet 60€. Das macht 120€ pro Monat. Das zugehörige Gerät, das man nur einmal benötigt, kostet ebenfalls 60€. Diese Kosten, die sich pro Jahr auf etwa 1500€ belaufen, bezahlen wir zurzeit selber. Wir können schlecht einen Antrag an die Krankenkasse zur Übernahme der Kosten stellen, weil das Produkt in der Schweiz noch nicht verfügbar ist. Aber was tut man nicht alles zum Wohle der Kinder!?! Mit dem Free Style Libre haben wir ein Gerät gefunden, das perfekt zu unserer jetzigen Situation passt. Wir würden nicht mehr darauf verzichten wollen.

Das erste Anbringen

Im Lieferumfang des Sensors findet man Folgendes:

- Alkoholtuch (zur Desinfizierung der Haut)
- Sensorpackung (da befindet sich der Sensor mit der Nadel)
- Sensorapplikator (bringt den Sensor am Körper an)

Die Sensorpackung wird geöffnet. Der Applikator wird auf den Sensor fest und bis zum Anschlag gedrückt. Beim Wegnehmen des Applikators ist der Sensor daran befestigt und bereit zum Anbringen. Die Nadel ist jetzt im Applikator drin und darf nicht angefasst werden, es besteht Verletzungsgefahr. Nun kann der Sensor auf die gereinigte Haut gelegt werden. Beim Drücken des Applikators auf die Haut wird der Sensor mittels einer Feder mit Schwung angebracht. Der Applikator kann jetzt vorsichtig entfernt werden. Es sollte kontrolliert werden, ob der Sensor überall gut klebt. Ein bisschen andrücken am Rand kann helfen. Da unsere Tochter ziemlich schmerzempfindlich ist und das Setzen des ersten Sensors weh getan hat, trägt sie etwa 30 Minuten vor Anbringen des Sensors ein Emla-Pflaster. Und ganz wichtig: nur Papi darf es anbringen. Das kann er einfach besser.



Das Innere des Free Style Libre

Dieser kleine Sensor ist im Prinzip ein kleiner Mini-Computer. Das Innere ist vollgespickt mit Elektronik. Daher liegt es auf der Hand, wieso die Kosten fürs Gerät nicht gerade günstig sind.

Wir dachten am Anfang, dass sich im Sensor eine biegsame Nadel befindet, z.B. eine Teflonnadel. Doch dem ist nicht so. Die Nadel sticht in die Haut, kommt danach aber wieder heraus. In der Haut bleibt ein biegsamer Messfaden. Jemand machte sich die Mühe, den



Swiss Diabetes Kids

...und dennoch scheint die Sonne

Sensor auseinander zu nehmen und hat die Bilder im Internet gepostet (<http://www.mein-diabetes-blog.com/freestyle-libre-blick-ins-innere/>).

Die Vorteile

Diese beruhen auf meinen persönlichen Erfahrungen.

- Guter Halt (Beim Schwimmunterricht haben wir anfangs eine wasserfeste Folie darüber geklebt. Vielleicht wäre dies nicht mehr nötig.)
- Tragbarkeit: 14 Tage
- Schnelles Ergebnis (und total schmerzlos in der Nacht)
- Einfaches Anbringen
- Der Akku des Ablesegeräts hält mehrere Tage, danach muss man ihn aufladen
- Notizen eintragen möglich (Nach dem Messen kann man eintragen, wie viele KH gegessen, wieviel schnelles und langsames Insulin gespritzt wurde.)
- Kurve sichtbar (Bessere Kontrolle dank visueller Anzeige des Blutzuckers; sogar meine Tochter weiss, ob der Wert gut oder schlecht ist.)
- Töne (Beim Hypo oder Hyper piepst es anders)
- Apps (Hat man mal das Gerät verlegt, tut's auch eine Handy-App bei NFC (near field communication) fähigen Smartphones. Beispiel: Liapp für Android. Im Jahr 2016 will aber Abbott selber eine App auf den Markt bringen.)
- Tolle PC-Software (Die Software für den Computer, um die Daten zu übertragen und übersichtlich darzustellen, zeigt einen geschätzten HbA1C-Wert an. Es werden Diagramme dargestellt: täglich, wöchentlich, monatlich... Ideal für Studien und für Diabetes-Ärzte.)
- Trend wird angezeigt
- Kein Kalibrieren nötig

Nachteile

Auch diese beruhen auf meinen persönlichen Erfahrungen.

- Vordefinierter Bereich (Es gibt keine Möglichkeit, selber den „grünen“ Bereich zu definieren. Der ist schon fix eingestellt.)
- Keine Eingabe von halben Insulineinheiten bei den Notizen möglich.
- Keine Warnung bei Hypo oder Hyper (dies ist der grösste Nachteil gegenüber einem Dexcom.)
- Zeitverzögert (Wie bei allen CGMS wird der Blutzucker zeitverzögert angezeigt, hauptsächlich bei Aktivitäten und beim Essen. Im Zweifelsfalle messen wir auch blutig, vor allem wenn wir einem Hypo vorbeugen wollen.)



Swiss Diabetes Kids

...und dennoch scheint die Sonne

Free Style Libre im Alltag

Viel einfacher geht's mit dem Free Style Libre im Kindergarten. Die Hemmung bei den Lehrerinnen, blutig zu messen, war grösser. Mit dem Gerät können sie beliebig oft "scannen" um den Wert festzustellen. Ausserdem sehen sie anhand vom Trend, ob der Zucker stark sinkend, stark steigend, leicht sinkend, leicht steigend oder in etwa stabil ist. So können sie vorzeitig reagieren und z.B. schon vor der Znüni-Pause entsprechend Kohlenhydrate geben. Sie sind begeistert von diesem neuen Gerät. Und wir freuen uns, dass sie unbefangener und flexibler sein können im Umgang mit Andrea.

Auch bei der Betreuung zu Hause können die Grossmütter schneller reagieren. Und Zeit kostet es kaum, den Wert abzulesen.



Die gespeicherten Daten bleiben 8 Stunden im Gerät. Um diese zu erhalten, muss mindestens alle 8 Stunden gemessen werden. Aber wer gut eingestellt ist, tut das sowieso mehrmals pro Tag.

Unsere Tochter ist auch froh, dass sie diesen Sensor hat. Beim Schlafen spürt sie ihn nicht. Beim Spiel draussen ebenso wenig. Wird sie auf ihn angesprochen, erzählt sie, dass sie zuckerkrank ist. Das ständige in den Finger piksen entfällt. Das ist vor allem während Krankheiten/Infekten toll, denn sonst müssten wir sie noch viel häufiger piksen als normalerweise.

Individuelles Design

Damit der Sensor nicht so langweilig aussieht, habe ich meiner Tochter im Internet (www.zuckerschmuck.com) entsprechende Kleber bestellt. Ich habe das Gefühl, dass das Tape rund um den Sensor (indem es die Ränder des Sensors überklebt), zur besseren Haftbarkeit führt. Vor allem weil unsere Tochter so dünne Arme hat, löst sich der Rand dank dem Tape nicht mehr.

Facebook-Gruppe

Egal was mein Göttergatte über das Facebook hält, ich bin der Gruppe "Freestyle Libre Kinder/Elterngruppe" beigetreten. Da habe ich viel Interessantes erfahren, z.B.:

- Code für das Free Style Libre Gerät. Es wird nur vom "medizinischen Personal" verwendet. Als Privatperson erhält man den Code nicht einfach so. Diese FB-Gruppe hat den Code in den Unterlagen allen zugänglich gemacht. Finde ich toll, denn sonst



Swiss Diabetes Kids

...und dennoch scheint die Sonne

würde sich die Nutzung des Geräts nur gerade zur Blutzuckermessung eignen. Dabei bietet das Gerät so viel mehr.

- Tipps bei Hautirritationen. Einige Leute vertragen den Kleber nicht gut auf der Haut. Es gibt viele Tipps, was man tun könnte, um Hautirritationen vorzubeugen.
- Selbsthilfegruppe. Anwender des Libre tauschen sich untereinander aus und erzählen aus ihren Erfahrungen. Funktioniert der Sensor, wenn es nach dem Setzen blutet? Was tut man, wenn sich der Kleber rasch löst (z.B. bei extrem fettender Haut, übermässiger Schweißproduktion, usw.)? Sind die Werte ungenau oder stimmen sie überein mit den "blutigen" Messgeräten?

Fazit – ich liebe den Libre

Unser Leben ist einfacher und lockerer geworden, seit wir den Free Style Libre in Gebrauch haben. Kein unnötiger Stress beim nächtlichen Messen, kein Kalibrieren, jederzeit, überall und unauffällig. Meine Tochter trägt den Sensor am Oberarm (nicht aussen oder innen, sondern hinten). Bei jedem Sensor nehmen wir jeweils den anderen Arm und nicht exakt dieselbe Stelle, damit sich die Haut erholen kann.

Was soll ich sagen – ich "libre" es! :-)