



# Руководство по эксплуатации

Версия от: 04.07.2014

# SiDiary

для iOS

[www.sinovo.ru/](http://www.sinovo.ru/)

<https://diabetes.sinovo.net>

© 2003-2014  
**SINOVO Ltd. & Co. KG**

SINOVO Ltd. & Co. KG

Taunusstr. 98

61381 Friedrichsdorf

[info@sinovo.net](mailto:info@sinovo.net)

[www.sinovo.net](http://www.sinovo.net)

## Содержание

1	Общие сведения .....	3
1.1	Пользовательский интерфейс на разных языках .....	3
1.2	Назначение .....	3
1.2.1	Противопоказания .....	3
	Не выявлены.....	3
1.2.2	Важная информация по использованию программы в медицинских целях.....	3
1.3	Улучшение гликемического контроля с SiDiary .....	4
1.4	Безопасность данных .....	4
2	Установка программы.....	6
3	Еще (Настройка) .....	7
3.1	Профиль .....	7
3.2	Настройка (Setup) .....	8
3.3	Meter .....	10
3.4	О программе.....	10
3.5	Оценка SiDiary.....	11
4	Дневник.....	11
	Если з 12	
5	Статистика.....	16
6	Диагностика .....	19
7	Синхронизация.....	21
8	Зарегистрированные торговые марки .....	22

# 1 Общие сведения

## 1.1 Пользовательский интерфейс на разных языках

SiDiary предлагает пользователям различных национальностей многочисленные пакеты перевода. Таким образом, программа доступна на более чем 20 языках мира. Для получения дополнительной информации о доступных языках пользователя, пожалуйста, посетите [www.sidiary.org](http://www.sidiary.org).

## 1.2 Назначение

SiDiary это программное обеспечение, предназначенное для контроля уровня сахара в крови, а также записи индивидуальных параметров. SiDiary используется для считывания показателей с измеренных приборов и диагностических устройств в домашних условиях (уровня сахара в крови, артериального давления, веса, подсчёта количества сделанных шагов и т.п.), а также для хранения и предоставления индивидуальных параметров в течение длительного периода времени. Кроме того, SiDiary позволяет обмен данными с мобильными устройствами и другими приложениями, такими как: SiDiary для мобильного сбора измеренных значений, или для передачи данных дневника лечащему врачу. Возможность хранения данных в течение длительного периода времени, позволяет пациентам вести самостоятельно самоконтроль своей терапии. При клиническом и амбулаторном лечении, полученные данные могут быть отправлены к лечащему врачу. Таким образом, при помощи SiDiary, больные сахарным диабетом смогут помочь врачу в мониторинге терапии.

### 1.2.1 Противопоказания

Не выявлены.

### 1.2.2 Важная информация по использованию программы в медицинских целях

В том случае, если программное обеспечение используется для записи данных Вашей терапии (например, сахарного диабета), введенные значения могут служить только как средство документирования измеренных значений. В любом случае, программное обеспечение не может заменить медицинскую помощь или терапию в целом! При любых изменениях в терапии (например, показатель углеводов, коррекции или дозы инсулина), обязательно проконсультируйтесь с врачом, как до использования программного обеспечения, так и во время использования программы. В противном случае, компания SINOVO не несет ответственности за осложнения здоровья любого рода, произошедшие из-за

неправильного лечения (например, неправильной дозировки инсулина). Это относится также и к предоставленным программой расчетам. Произведенные программой расчеты не являются окончательными и должны быть всегда тщательно проверены, и обговорены с врачом на точность.

Особенно, при использовании программы в медицинских, диагностических или медицинских целях наблюдения, является целесообразным ведение дополнительных записей и выполнение регулярного резервного копирования, для их восстановления в случае утери.

### 1.3 Улучшение гликемического контроля с SiDiary

Если вы не только записываете ваш уровень сахара в крови но и производите немедленный графический анализ, и рассматриваете фактический (расчетный) HbA1c, то Вы сможете быстро видеть реальное улучшения настроек: графический анализ визуализирует плохие показатели, указывая на потребность в изменении терапии, что помогает достичь лучших результатов. Хотя вычисленный с SiDiary HbA1c не может быть непосредственно приравнен к лабораторному показателю, этот показатель дает хорошее представление о тенденциях вашего метаболического контроля.

Благодаря многочисленными клиническими исследованиями удалось установить, что ведение дневника диабетика (даже на бумаге) всегда сопровождается улучшением показателей оценки уровня HbA1c. Ведение электронного дневника, также открывает дополнительные возможности, так как повторяющиеся ошибки будут выявлены и устранены быстрее, что может положительно сказаться на процессе самоконтроля в целом.

### 1.4 Безопасность данных

Сохраненные данных, напрямую связаны со здоровьем и являются важной составляющей для создания сертификатов, отчетов и т.п. Поэтому, рекомендуется производить регулярное резервное копирование файлов.

В качестве одного из средств резервного копирования данных - является использование SiDiary онлайн (<http://www.sinovo.ru>). Здесь Вы имеете возможность регулярно синхронизировать данные сахара в крови с интернет-сервером, что позволит восстановить случайно утерянные данные с компьютера или мобильного устройства, скопировав сохраненные данные с SiDiary онлайн на ваше мобильное устройство.

Из-за обновления операционной системы и/или обновлений самого устройства может произойти сбой программного обеспечения SiDiary. В таком случае,

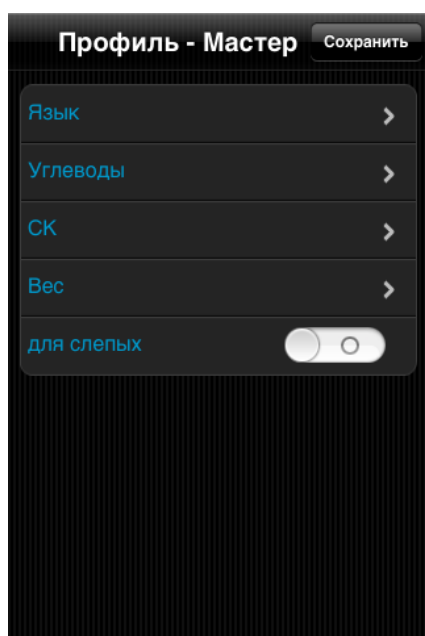
пожалуйста, произведите обновление программы SiDiary, или обратитесь к нам за помощью по электронной почте [info@sinovo.net](mailto:info@sinovo.net).

## 2 Установка программы

SiDiary можно приобрести на iTunes здесь:

<https://itunes.apple.com/ru/app/sidiary/id389582724>

После загрузки на iOS (iPhone, iPodTouch oder iPad), вы сразу можете приступить к использованию приложения.



После того как вы запустите программу, на экране появится Профиль-Мастер, который поможет вам произвести дальнейшую установку. Там же вы можете установить язык используемого приложения, индикаторы измерения уровня сахара в крови в мг/ дл или в ммоль/ л и ввести показатель веса в кг или фунтах.

**Если вы не активировали функцию «Использовать ХЕ», то записи будут сохранены в граммах!**

В этом случае болюс будет рассчитан по американской формуле:

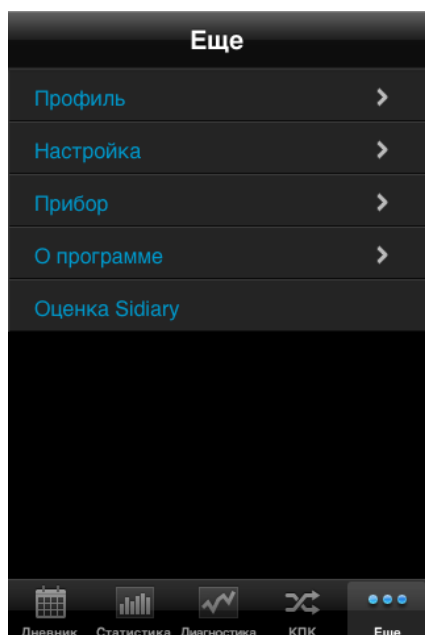
Болюс (US) = (x gr carb / carb ratio).

Если вы активируете функцию «Использовать ХЕ», то в этом случае расчет болюса будет произведен по европейской формуле:

Болюс = (xХЕ\*коэф. на еду)

Использование режима «для слепых» рекомендуется, если вы используете приложение со встроенным в Apple чтением с экрана - «VoiceOver». Если он активирован, то в разделе статистике не будут отображаться графические элементы.

## 3 Еще (Настройка)

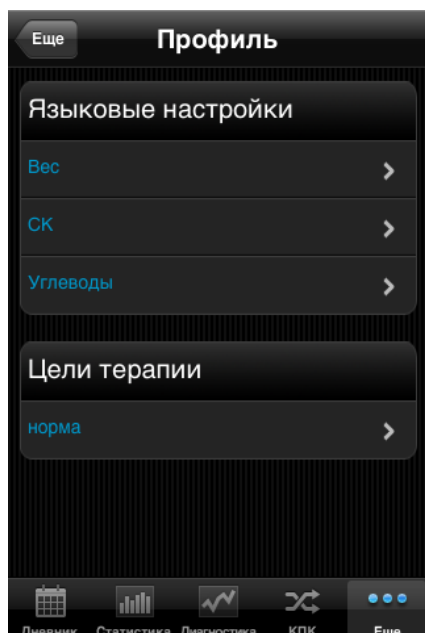


В разделе «Еще» вы можете изменить настройки программы или узнать, какую версию приложения вы используете.

Конечно, вы можете оценить приложение и оставить комментарий на iTunes. Если у вас возникли проблемы или вы не можете найти какую-то функцию, пожалуйста, отправьте нам E-Mail на адрес [info@sinovo.net](mailto:info@sinovo.net).

В большинстве случаев мы можем вам быстро помочь в разрешении возникнувших проблем.

### 3.1 Профиль

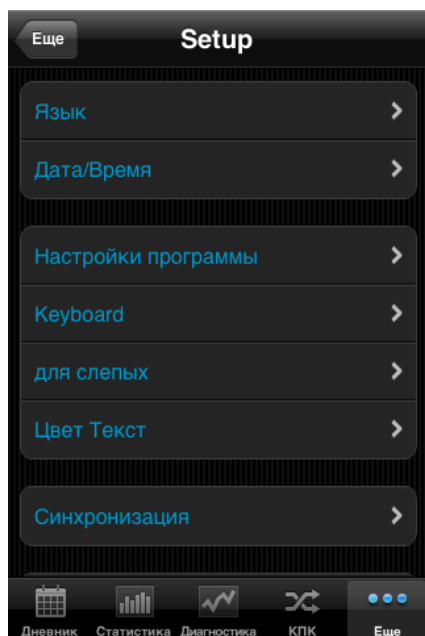


В настройках профиля можно указать единицы записей (вес, сахар крови, углеводы), а также норму уровня сахара в крови.

Если вы хотите отслеживать ваши углеводы в граммах, просто деактивируйте функцию «Использовать ХЕ». В противном случае, активируйте функцию «Использовать ХЕ» и затем присвойте имя (например, «ХЕ» для хлебной единицы) и «фактор» (например, «12», это означает, что «gr carbs» делится на 12, что дает число ХЕ).

Чтобы программа работала в так называемой «зеленой зоне», введите, пожалуйста, верхний и нижний предел нормы.

## 3.2 Настройка (Setup)



Для изменения дополнительных параметров, таких, как язык, формат даты и времени, настройки программы или место сохранения данных, нажмите кнопку «Setup» в разделе «Еще».

Настройки программы находятся в разделах (болюс, ХЕ и т.д.) и в типах данных.

Здесь, вы можете задать параметры, которые вы хотите видеть в своем дневнике. Типы данных будут видны только после синхронизации приложения с SiDiary Online.

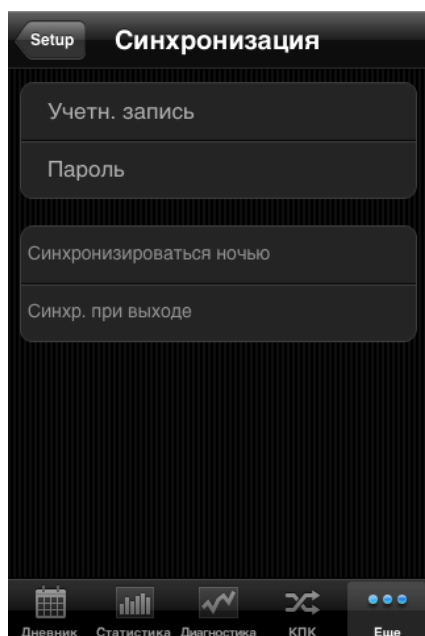
При этом, данное приложение поддерживает все типы данных, используемые как версией для ПК так и SiDiary Online. Таким образом, вы можете сами выбирать какие данные вы хотите сохранить.

В разделе «Keyboard» (Клавиатура) вы можете выбрать, какую клавиатуру вы предпочитаете использовать: клавиатуру приложения или клавиатуру iOS стандарта.

Использование режима «для слепых», настраивает работу приложения с работой программы чтение с экрана - «VoiceOver». При этом, в разделе статистики, данные будут отображаться не в виде графиков, а таблиц.

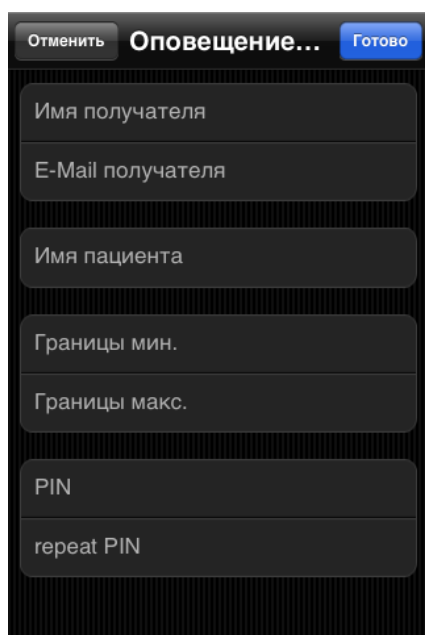
В настройке «Цвет Текст» вы можете подобрать цвет текста по вашему желанию. Синий цвет текста выбран по умолчанию.





В разделе «Синхронизация», введите, пожалуйста, если требуется, свои имя пользователя и пароль, выбранные при регистрации SiDiary Online. После этого вы можете в любое время синхронизировать данные вашего приложения с SiDiary Online.

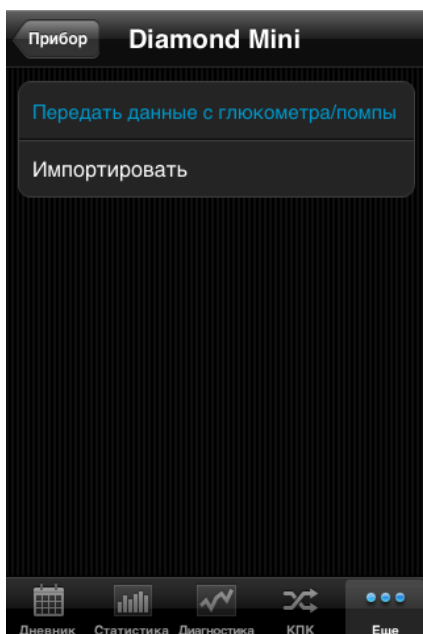
Вы также можете автоматизировать синхронизацию. Либо один раз в день, в произвольно выбранное вами время (например, когда вы находитесь дома и используете Wi-Fi) или каждый раз, по окончании работы приложения. Эта функция будет также активирована при переходе в фоновый режим!



Вы можете настроить приложение так, чтобы при превышении верхнего или нижнего предела нормы сахара крови, автоматически отсылалось сообщение по электронной почте на заранее выбранный адрес.

Вы также можете присвоить индивидуальный пароль пользователя в ваших настройках. Любые изменения в программе могут быть произведены только тем пользователем, который знает пароль.

### 3.3 Meter



Кроме того, вы можете также переносить данные с измерительного прибора Bluetooth – (Fora Diamond Mini BT) напрямую в Ваше приложение, через клавишу *Измерительный прибор*.

В зависимости от выбранного измерительного прибора, Вы можете указать, хотите ли вы чтобы мобильное устройство начало прием передачи значений, или же они должны быть автоматически отправлены на Ваше приложение после их измерения.

### 3.4 О программе



В этом пункте вы можете просмотреть номер версии вашего приложения.

### 3.5 Оценка SiDiary



Конечно, мы будем вам признательны, если вы поделитесь своим опытом с другими пользователями приложения. Самый простой способ это сделать - через опцию «Оценка SiDiary».

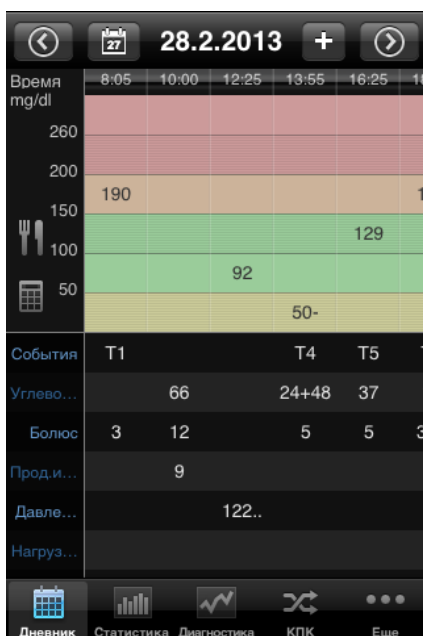
Ваша оценка программы будет опубликована на iTunes.

Большая к вам просьба:

если у вас возникли проблемы или вы не можете найти какую-то функцию, пожалуйста, отправьте нам E-Mail на адрес [info@sinovo.net](mailto:info@sinovo.net).

В большинстве случаев, мы можем вам быстро помочь в разрешении возникнувших проблем.

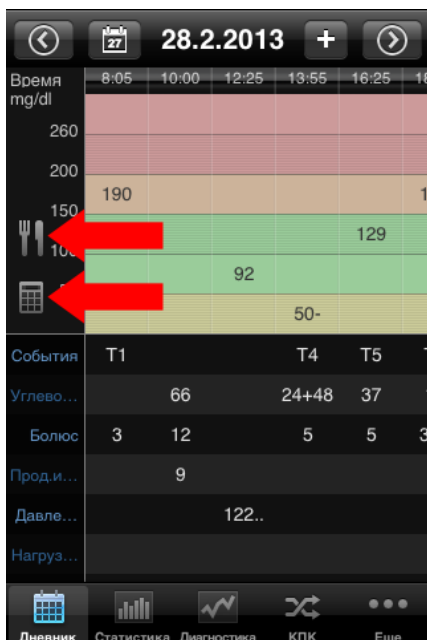
## 4 Дневник



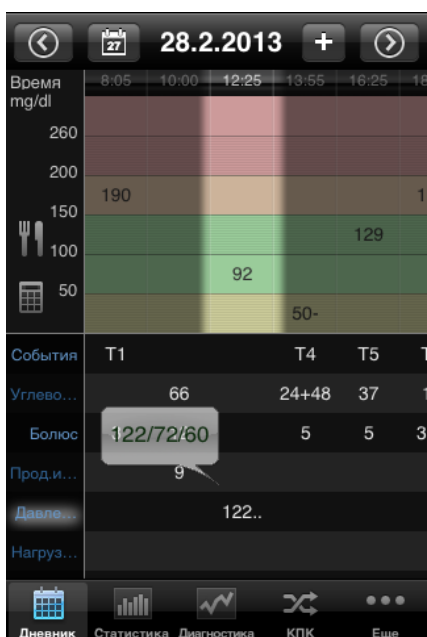
Слева изображено описание, которое вы видите при запуске приложения. При помощи мышки можно прокручивать страницу во всех направлениях, при наличии дополнительных записей. Вверху отображена актуальная дата. Слева от даты – календарь, который позволяет быстро выбрать нужную дату. Справа от даты – значек «+», запись индивидуального значения.

Стрелки прокрутки влево/ вправо предназначены для просмотра данных в предыдущие дни.

В нижней строке вы найдете функции для навигации вашего приложения.

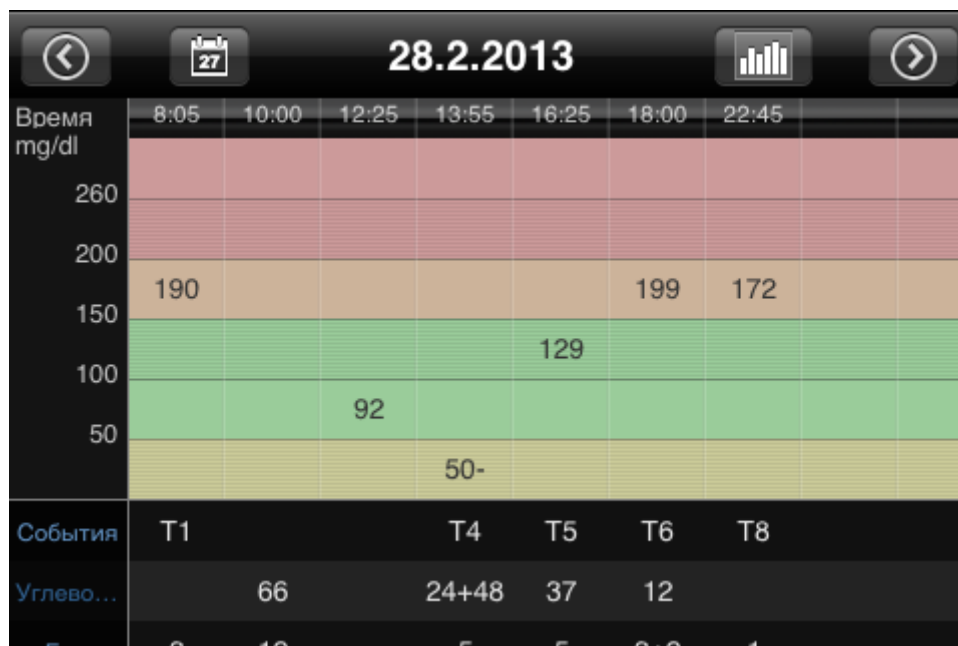


При помощи значков, обозначенных на рисунке, у вас есть доступ к калькулятору доз (который вы также можете найти на экране) и можете вызвать базу данных **SiDiary Online** по продуктам питания (если ваш прибор подключен к интернету).



Если записываемые данные не помещаются в заносимую строку, то в этом случае, пожалуйста, просто нажмите и удерживайте нужную строку записи в течении нескольких секунд, до появления всплывающей подсказки (как показано на рисунке слева на примере «Давления»).

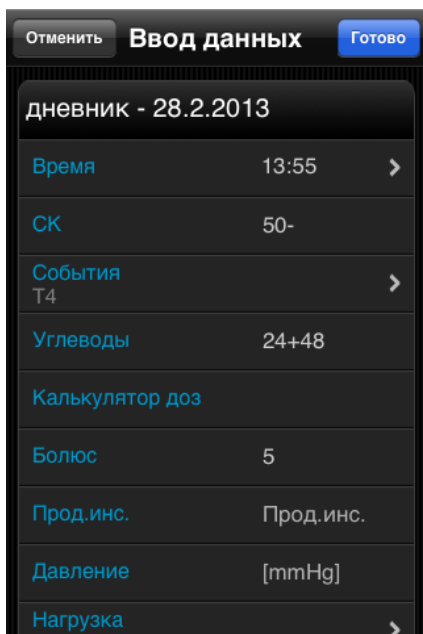
SiDiary также предлагает возможность работы в так называемом «Обзревательном формате»:



**Пожалуйста, обратите внимание:** в обзорном формате вы только можете просмотреть ваши данные!

Кроме того, вы можете увидеть, с помощью кнопки слева от даты, кривую сахара крови за 1, 7, 14 или 28 дней:

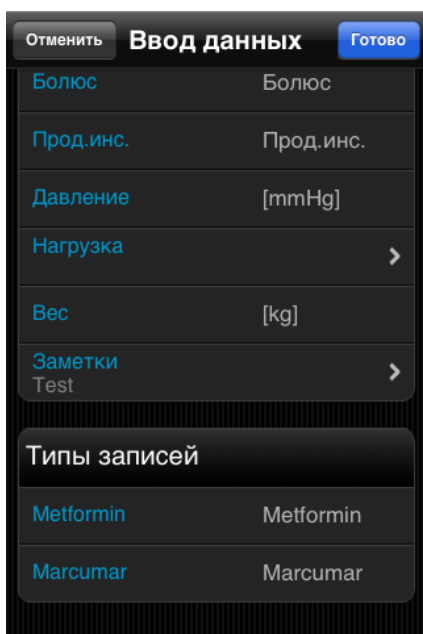




Для ввода, изменения или добавления данных в определенном столбце, просто нажмите на желаемый столбец. После чего, вы можете задать нужные значения и, при помощи функции прокрутки, перейти на нужные строки. Там же, в правом окне, вы можете добавить или изменить нужную запись. Затем, после завершения ввода данных, просто нажмите на кнопку «Готово» в правом верхнем углу экрана.

Для ввода нового значения с актуальным временем, нажмите в дневнике на значок плюса рядом с датой.

**Пожалуйста, обратите внимание, что при этом будет взято актуальное время - дата останется без изменений!**



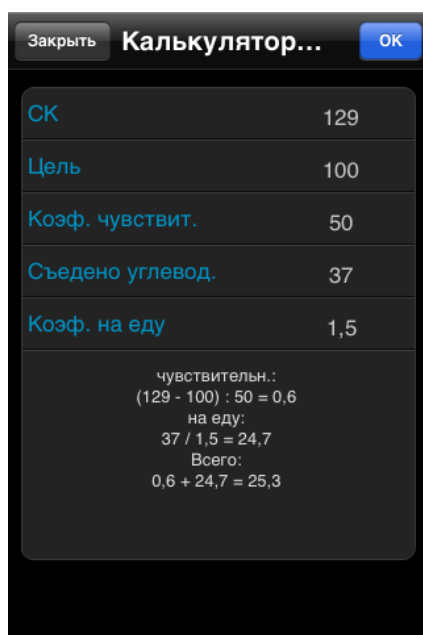
Вы можете ввести ваши личные типы данных, чтобы документировать все, что вы хотите. Для этого выполните, пожалуйста, следующие действия:

1. Выберите тип данных на ПК (в меню «Профиль→Типы записей→Добавить». Если вы нуждаетесь в помощи, нажмите клавишу F1).
2. Синхронизировать ПК версию с SiDiary Online.

*(Кроме того, вы также можете создать типы данных без ПК версии, для этого зайдите в SiDiary Online, выберите «Данные»→ «Типы данных» и нажмите «Добавить»).*

3. Синхронизировать приложение с SiDiary Online.
4. Через «Setup→ Настройки→ Настройка программы», активировать нужные типы данных.
5. При необходимости, перезапустить приложение.

Теперь вы можете заносить показатели ваших типов данных как показано на рисунке слева.



Если вы хотите использовать калькулятор доз, то нажмите на кнопку «Калькулятор доз».

После принятия условий пользования программы, вы можете начать работу.

Записи, которые были сделаны, например, для сахара крови или продуктов питания, будут занесены автоматически.

Данные, которые были занесены и/ или изменены с SiDiary Online и позже синхронизированы с приложением, будут в дальнейшем также использоваться калькулятором доз автоматически. В противном случае, вы также можете ввести все данные вручную.

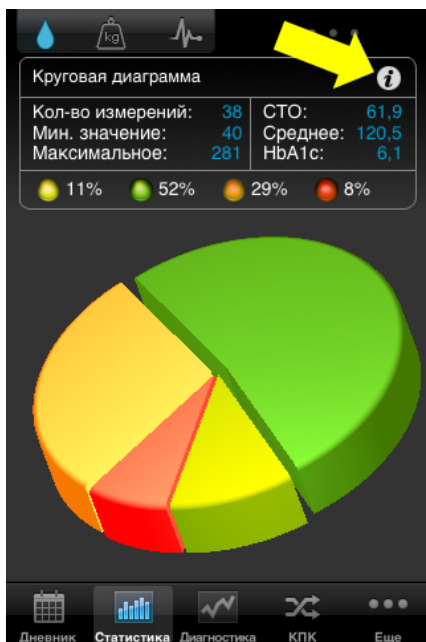
При нажатии на кнопку «Применить», в верхней части экрана справа, полученный результат будет автоматически добавлен в поле ввода болюса.

**Обратите внимание:** при передаче данных расчета, число не будет округлено. Мы специально оставили точный показатель, что вам позволит самостоятельно округлить показатель в зависимости от ситуации.

#### Подсказки/ советы:

- во время спортивных мероприятий, приложение запоминает показатель, который вы занесли. Таким образом, вы можете выбрать в следующий раз, необходимое спортивное мероприятие из списка.
- Показатель веса будет сохранен один раз в день. Поэтому, например в 12 часов дня, вы можете увидеть показатель веса, внесенный вами утром.
- Вы также можете использовать строку для комментариев. Для добавления комментария к определенной колонке, мы советуем вам также вносить время сделанного комментария.

## 5 Статистика

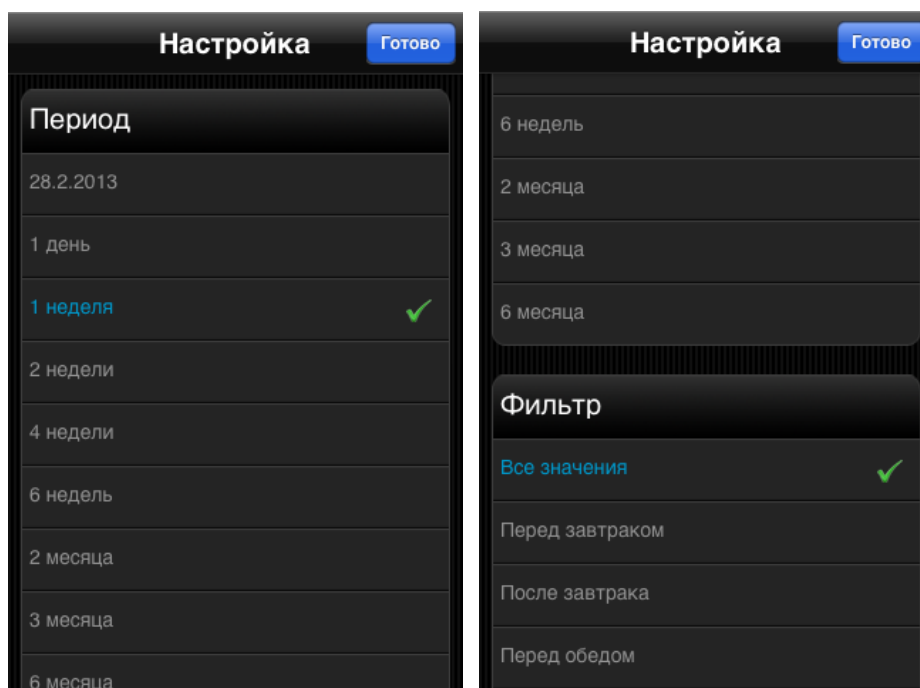


В статистике, первое, что вы видите на экране это круговая диаграмма с распределением вашего уровня сахара в крови. Зеленым цветом обозначены все значения, которые находятся в выбранном пределе нормы. Желтым, обозначены значения ниже этого диапазона, оранжевым - значения выше предела нормы, но меньше чем 200 мг/ дл (11,1 ммоль/ л), и красным - все значения выше 200 мг/ дл (11,1 ммоль/ л).

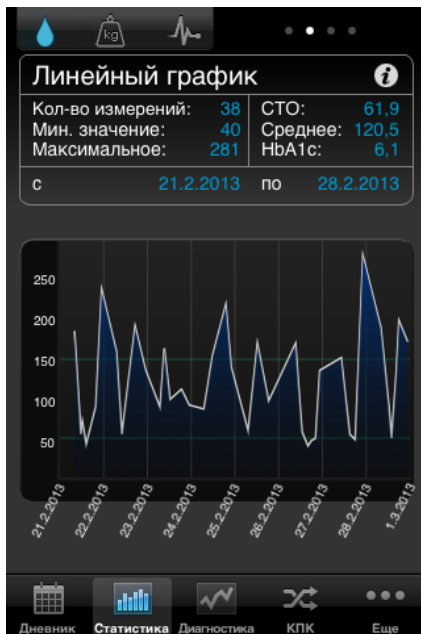
Вверху находится более подробная информация: количество измерений, минимальное/ максимальное значение, стандартное отклонение (СТО), среднее и HbA1c.

С переходом влево вы можете просмотреть другие графики, а при нажатии на иконку в правом верхнем углу (см. рисунок), можно перейти к настройкам статистики.

В настройках статистики вы можете указать в какой отрезок времени и за какие дни данные должны быть систематизированы. (см. ниже)



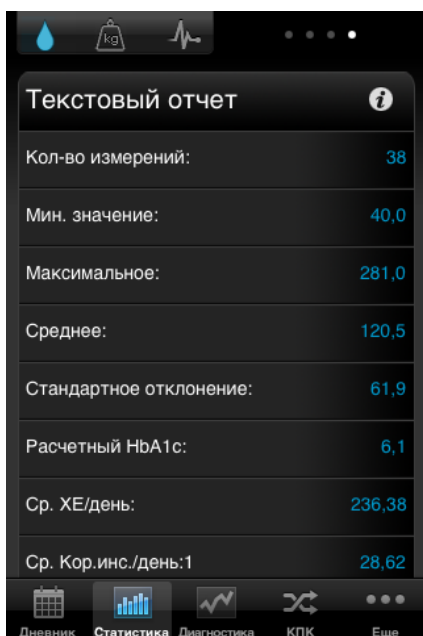




На графике изображена кривая, показывающая уровень сахара в крови в течение установленного срока времени.



Вы можете просмотреть все значения глюкозы крови, спроецированные на 24-часовой календарный день. Таким образом, можно получить быстрый обзор в какой период дня вы чаще всего производите расчет значения. На этом примере видно, что обработка данных производится с 15:00 до 21:00 часов, это означает, что показатель сахара крови в этот период является наиболее неустойчивым.



Дополнительно, в детальной статистике, вы можете просмотреть подробную статистику таких показателей как например, средний показатель ХЕ/ день, короткий и продленный инсулин.



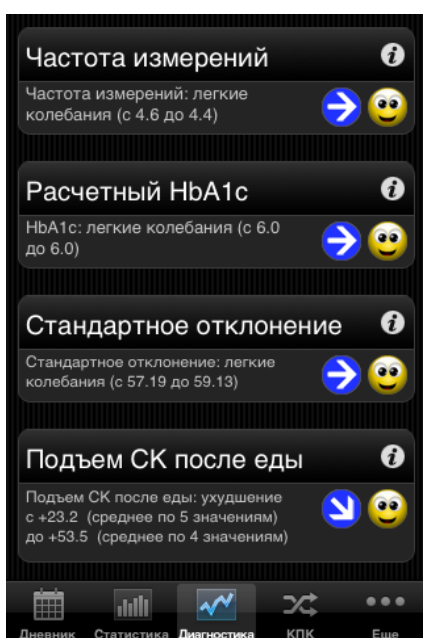
При помощи функций, в верхней части дисплея, можно выбирать между графиками: сахар крови, вес и давление.

Тамже находится более подробная информация: количество измерений, минимальное/ максимальное значение за определенный промежуток времени, а также средний показатель.



Линейный график давления, наглядно показывает изменения кровяного давления. Синяя область показывает так называемую «амплитуду», т. е. разницу между верхним (систолическим) и нижним значением (диастолы).

## 6 Диагностика



При помощи функции диагностики, можно сравнить два разных отрезка времени. При этом будут проанализированы такие параметры как: частота измерений, расчетный HbA1c, стандартное отклонение и подъем СК после еды (уровень сахара в крови после еды).

Для настройки (периода и времени суток), выберите символ «i» в верхнем правом углу.

Если вы, например, в параметрах настройки выберете период «1 неделя», то эти 7 дней будут сравнены с 7 предыдущими днями.

В разделе диагностики (символ «стрелка»), вы также можете проследить улучшение или ухудшение показателей в той или иной области диагностики. Так называемый «Уровень» (символ «смайлик»), дает обзор текущего периода, 1 неделя, таким образом, - это обзор за последние 7 дней.

Критерии оценки:

---	<b>Отлично</b>	<b>Хорошо</b>	<b>Удовлетворительно</b>
<b>Частота измерений</b>	больше чем 3	равно 3	меньше чем 3
<b>Расчетный HbA1c</b>	меньше чем 6,5%	меньше чем 7,5%	меньше чем 9%
<b>Стандартное отклонение</b>	меньше чем 60 mg/dl (3,3 mmol/l)	меньше чем 70 mg/dl (3,9 mmol/l)	меньше чем 80 mg/dl (4,4 mmol/l)
<b>Подъем СК после еды</b>	меньше чем 60 mg/dl (3,3 mmol/l)	меньше чем 80 mg/dl (4,4 mmol/l)	меньше чем 100 mg/dl (5,5 mmol/l)

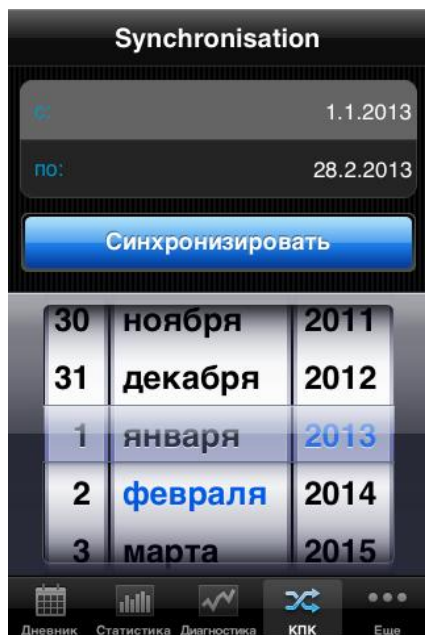
**За «подъем СК после еды» будет взят показатель уровня сахара в крови, который был измерен и внесен 60-120 минут после ввода показателя ХЕ/углеводов.**

Также, в настройках диагностики (значок «i»), вы можете указать, какой отрезок времени должен быть проанализирован, и какие промежутки дня должны быть выбраны для анализа «подъема СК после еды».

Промежуток времени:

- После завтрака: 10:00 - 11:59
- После обеда: 15:00 - 16:59
- После ужина: 20:00 - 03:59

## 7 Синхронизация



В разделе «Синхронизация» вы можете синхронизировать данные из приложения с SiDiary Online.

Для этого вам нужно открыть счет на SiDiary Online (который является бесплатным). Введите ваше имя и пароль для SiDiary Online в приложении в разделе «Еще»→ Настройки→ SiDiary Online. В параметрах «Sync» вам только нужно установить время синхронизации и нажать кнопку «Синхронизировать сейчас».

Данные, которые еще не были сохранены в SiDiary Online, будут переданы из вашего приложения, а новые данные, доступные в Интернете, будут переданы на ваше приложение. Таким образом, осуществляется двунаправленная синхронизация данных.

Обратите внимание, что синхронизация будет произведена построчно, при этом, сначала будут синхронизированы данные с последней датой изменения. Это означает, что если например, вы введете комментарий в приложение, а затем в SiDiary Online, то после синхронизации, сначала появится комментарий в вашем приложении.

Однако если вы занесли в приложение показатель сахара в крови в 9:15, и также в 09:15 показатель болюса в SiDiary Online, то в этом случае оба значения будут синхронизированы параллельно, так как здесь идет речь о двух различных показателях.

Если вы ввели, изменили или добавили данные только в приложении, то вам не придется беспокоиться об этом.

Использование SiDiary предлагает три интересных аспекта:

### **1. Обмен данными ПК с SiDiary**

С версией ПК вы можете, например, считывать данные с глюкометра, сфигмоманометра и инсулиновой помпы, распечатать эти данные, отправить их по электронной почте и т.д. При синхронизации с SiDiary Online, записи из вашего приложения будут всегда с вами.

### **2. Автономный режим работы операционной системы**

Если вы не используете версию ПК для работы с SiDiary, например, при использовании операционной системы Apple или Linux (и если вы не хотите инсталлировать виртуальный компьютер), то вы также можете распечатать ваши данные напрямую с SiDiary Online или произвести анализ на большом экране.

### **3. Телемедицина**

Вы также можете общаться с вашим лечащим врачом. Для этого вам нужно ему предложить открыть счет в SiDiary Online, после чего разрешить просмотр ваших данных. Таким образом, вы можете в любой момент, например, находясь в отпуске или на отдыхе предоставить данные с вашего iPhone и случае возникновения внезапных проблем.

Использование SiDiary Online также возможно с использованием псевдонима! Все, что вам нужно, это рабочий адрес электронной почты, для подтверждения ссылки. Без активации, через нажатия на подтверждение этой ссылки, использование учетной записи к сожалению невозможно.

На этой странице показано поэтапно перенесение данных из приложения на версию для ПК:

<http://www.sidiary.org/kservice-tour-2030.asp?id=2031&hidebanner=1&teaser=0>

## **8 Зарегистрированные торговые марки**

SiDiary и SINOVO являются зарегистрированными торговыми марками. Все торговые марки и названия продуктов, используемые в настоящем документе, являются торговыми марками их соответствующих владельцев.



SINOVO Ltd. & Co. KG

Tanusstr. 98

61381 Friedrichsdorf

[info@sinovo.net](mailto:info@sinovo.net)

[www.sinovo.net](http://www.sinovo.net)