

## **Wat is Continue Glucose Monitoring (CGM)?**

CGM biedt de mogelijkheid om de bloedglucosewaarden goed in de gaten te houden. CGM bestaat uit een glucosesensor, een zender en een ontvanger.

U brengt een glucosesensor in het onderhuidse weefsel in. Afhankelijk van het soort CGM blijft deze 1 tot 2 weken zitten. Dit apparaat meet elke vijf minuten de hoeveelheid glucose in uw onderhuidse weefselvocht. Dat is een goede maat voor de hoeveelheid glucose in het bloed. De meting onder de huid loopt ongeveer 10 minuten achter op de vingerprik. Sommige CGM systemen moeten een aantal malen gekalibreerd worden door middel van een vingerprik.

De zender stuurt de metingen door naar de ontvanger. Op de ontvanger ziet u uw glucosewaardes met trendpijlen en een grafiek. Ook is het mogelijk om alarmen in te stellen. CGM wordt meestal gecombineerd met insulinepomptherapie maar is ook mogelijk met dagelijkse insuline injecties.

## **Voor wie is CGM?**

CGM is slechts voor een beperkte groep mensen met diabetes mellitus een zinvol en noodzakelijk apparaat. Voordat wordt overwogen om de CGM te gaan gebruiken, is het belangrijk dat andere methodes om een langdurig gezonde bloedsuikerspiegel te bereiken geprobeerd zijn. CGM is een intensieve behandelmethode. De behandeling wordt door de zorgverzekeraar vergoed bij volwassenen met slecht ingestelde diabetes mellitus type 1 of zwangere vrouwen met bestaande diabetes mellitus (type 1 en 2). Daarbij moet u aan één (of meer) van de volgende indicaties voldoen:

- Kinderen met diabetes type 1
- Volwassenen met slecht ingesteld diabetes type 1 (ondanks standaard controle blijvend hoog HbA1c >8% of >64 mmol/mol)
- Patiënten met diabetes type 1, die kampen met herhaalde ernstige hypoglykemieën en/of die ongevoelig zijn om hypoglykemie waar te nemen ('impaired hypoglycemia awareness')
- Zwangere vrouwen met bestaande diabetes (type 1 en 2)
- Vrouwen met een zwangerschapswens bij een preconceptionele diabetes (type 1 en type 2)

## Voorwaarden voor het gebruik van een CGM

Het gebruik van CGM vraagt veel inzet, deskundigheid en motivatie van het behandelteam en vooral ook van uzelf. Tijdens het gebruik is daarom structurele begeleiding van het behandelteam noodzakelijk. Hiervoor worden regelmatig afspraken ingepland. Tevens wordt er een behandeldoel vastgelegd in het elektronisch patiëntendossier (bijvoorbeeld verlaging van het Hba1c, minder hypoglykemiën of hyperglykemiën, meer 'time in range'). Voor de CGM wordt een machtiging verstrekt voor maximaal een jaar. Na een evaluatiegesprek met 1 of meer behandelaars wordt besloten of voortzetting gewenst is. Als u twijfelt over het gebruik van de CGM of als u eerder wilt stoppen, dan kunt u dit bespreken met het diabetesbehandelteam.

Voor de start met een CGM is het belangrijk dat u:

- de CGM zelfstandig kunt bedienen, aansluiten en afkoppelen
- weet wanneer uw bloedglucose kan veranderen (sport, ziekte, etc).
- in staat bent te handelen op basis van de verkregen glucosewaarden en kan handelen op trendlijnen (structurele afwijkingen in uw glucoseregulatie zoals terugkerende hypo- of hyperglykemieën op bepaalde tijdstippen)

## Aandachtspunten tijdens het gebruik van een CGM

Het is belangrijk dat u zich houdt aan de volgende richtlijnen en adviezen:

- Het is belangrijk "schoon" te werken.
  - Hands wassen voor het plaatsen van een nieuwe sensor
  - Het uiteinde van de naald mag niet met de handen worden aangeraakt.
  - De huid hoeft niet gedesinfecteerd te worden met alcohol. Een goede lichaamshygiëne en handen wassen voor het verwisselen van sensor is voldoende.
  - Gebruik voor de huid zeep met een neutrale ph en een ph neutrale bodymilk. Zorg ervoor dat de huid niet vet is van zeep/bodymilk i.v.m. hechten van de pleister
- U kunt doorgaan met uw normale dagelijkse bezigheden als u een CGM draagt, zwemmen en douchen is ook geen probleem.
- Het kan gebeuren dat de sensor niet werkt zoals het moet. Het is daarom belangrijk dat u uw sensor vervangt en uw bloedglucose controleert met behulp van een vingerprik indien u twijfelt aan de juistheid van de sensormeting. Voor u de sensor vervangt, is het goed om contact op te nemen met de fabrikant. Zij kunnen kijken waar het probleem ligt en of het op te lossen is zonder de sensor te vervangen.
  - NB. → Bij het gebruik van paracetamol kan de sensorglucose een vals hoge waarde aangeven (tot wel 5 punten hoger); meet daarom bij gebruik van paracetamol voor de zekerheid ook uw bloedglucose met een vingerprik.
  - NB. → Indien u gebruik maakt van het Medtronic MiniMed systeem dan adviseren wij u uw systeem bij ziekte in de manuele modus te zetten

- Loslaten van pleister of irritatie van de pleister
  - Indien uw pleister de neiging heeft snel los te laten kan er met behulp van Skintac wipe een extra lijmlaag onder de pleister toegevoegd worden.
  - Bij tekenen van irritatie van de pleister kunt u gebruik maken van verschillende middelen die u kunt bestellen bij leverancier van hulpmiddelen (verzekeraars vergoeden verschillend, graag bellen naar leverancier hulpmiddelen of er een extra machtiging nodig is)
    - Cavilonspray of doekjes
    - Tegaderm Hypoallergeen onder de pleister
    - Opsite IV 3000 NB.
  - Bij tekenen van ontsteking van de huid is het mogelijk om fluticason neusspray te gebruiken voor op de huid onder de pleister (recept arts of verpleegkundig specialist)

### **Bereikbaarheid**

- Telefonisch spreekuur diabetesverpleegkundige op werkdagen van 11.45- 12.15 uur via nummer 075-6502682;
- E-mail [diabetesverpleegkundigen@zaansmc.nl](mailto:diabetesverpleegkundigen@zaansmc.nl)
- BeterDichtbij app
- Bij technische problemen van de CGM:
  - Dexcom: 08000-201986
  - Medtronic: 0800-3422338
  - Medtrum: 0800-6338786
  - Menarini: 040-2082000