GLICEMIE AL POLSO TRAMITE PEBBLE

Lo smartwatch Pebble è da sempre l'orologio più usato per visualizzare le glicemie al polso essendo studiato per funzionare sia con i dispositivi Apple sia con i dispositivi Android, per la varietà di quadranti supportati e per il costo contenuto. Anche se purtroppo l'azienda Pebble è stata acquisita da Fitbit, che ha deciso di di smettere la produzione, attualmente sono ancora utilizzabili e si possono reperire ad un prezzo decisamente conveniente.

Questa guida spiega come procedere per configurare il Pebble e poter leggere le glicemie al polso. La guida si basa sul modello Pebble Time, essendo la versione più duratura e completa.

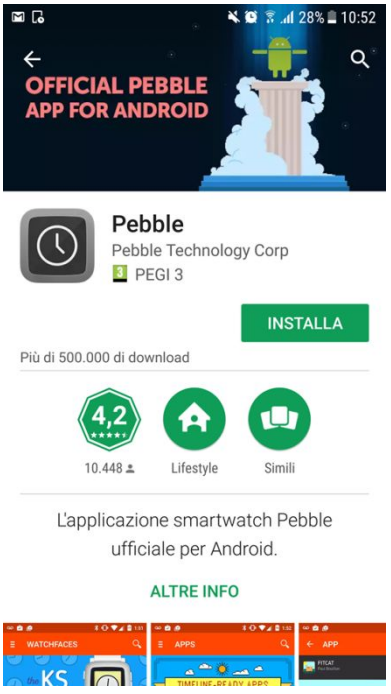
Cosa serve?

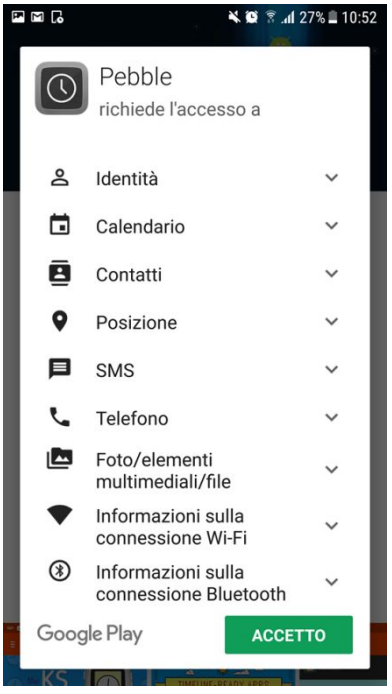
- Un orologio Pebble
- Un telefono Android o Apple
- Un sensore collegato ad una pagina Nightscout oppure le letture di Dexcom G5 con l'app ufficiale.

.

Cominciamo

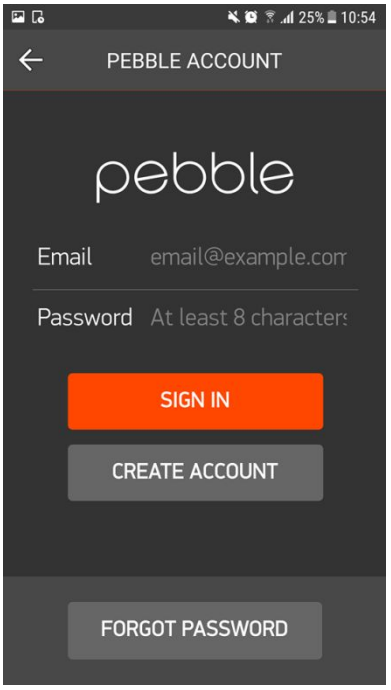
Scarica l'app Pebble sullo smartwatch che vuoi abbinare all'orologio dal Google Play Store per smartphone Android, oppure dall'App Store se usi iPhone e installala.

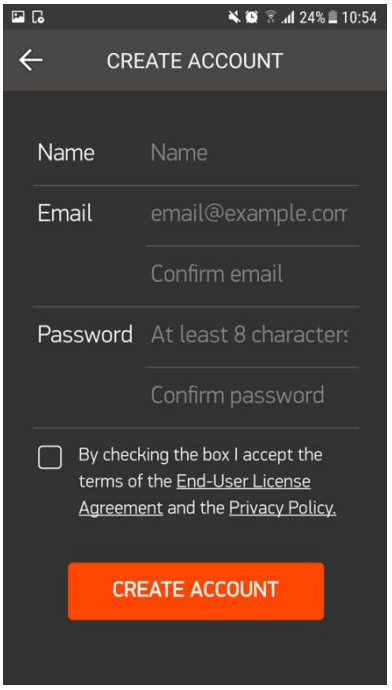




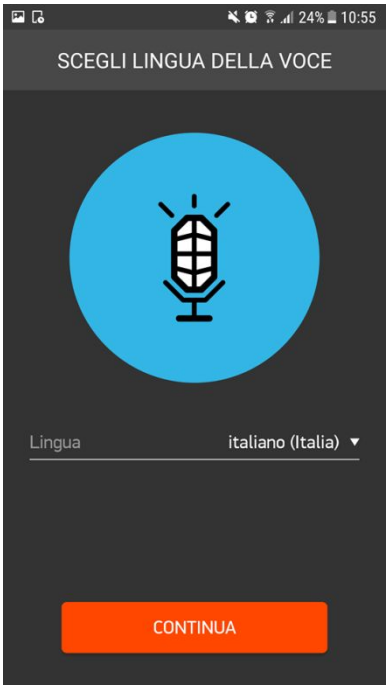
La prima cosa che vedrai dopo aver aperto app Pebble è la richiesta di un account per poter proseguire.

Premi su “ CREATE ACCOUNT “ ed esegui la procedura per creare l’account



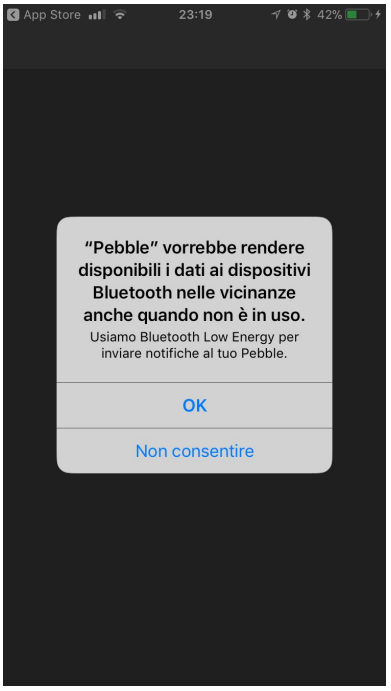


Verificato il tuo account, l’app ti chiederà la lingua da adoperare. Clicca continua.



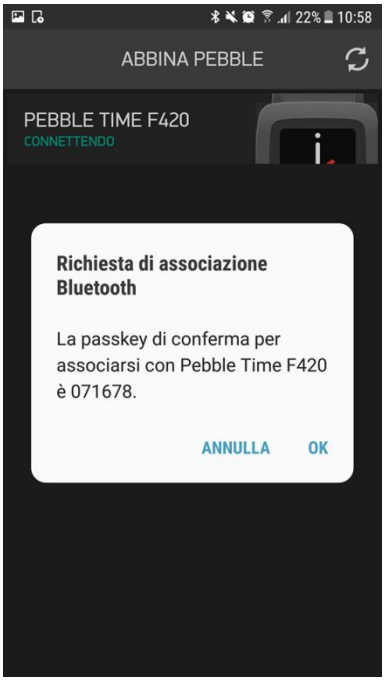
Scegli il modello di Pebble da abbinare, nel nostro caso Pebble Time.

Consenti l’utilizzo per Bluetooth.

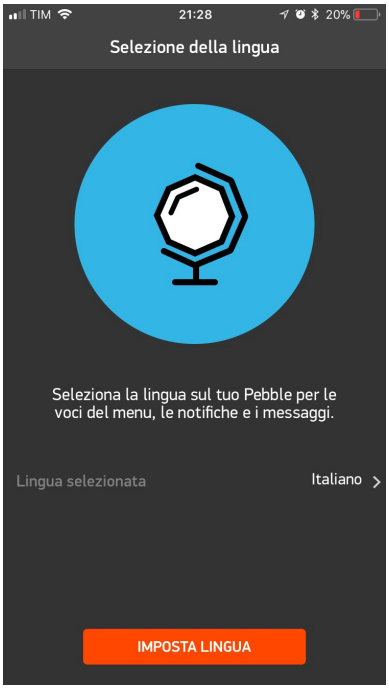


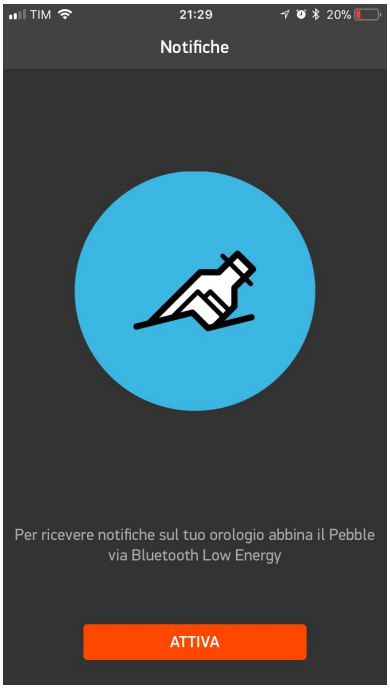
Su iPhone all’interno del riquadro centrale (seleziona un accessorio) apparirà il nome e il codice del tuo dispositivo, su Android invece apparirà il modello del tuo Pebble e relativo codice. In entrambi i casi selezionalo.

Quando avrai selezionato il tuo Pebble, ti verrà richiesto l’abbinamento sia sul telefono che sul Pebble. Dai il consenso su entrambi.

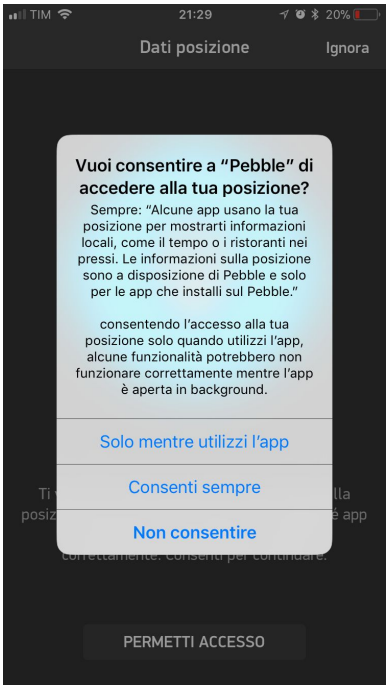


Continua a dare i consensi a tutte le richieste.

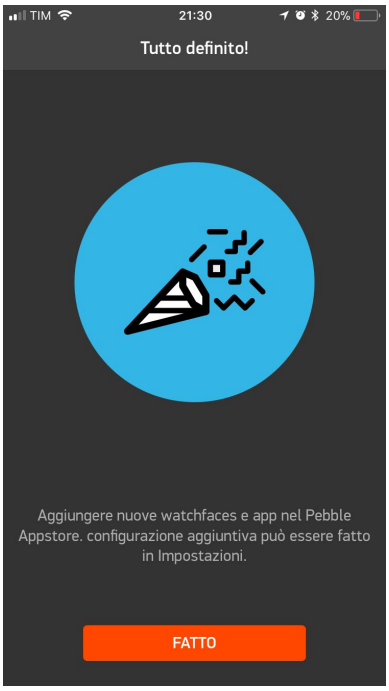




Qui imposta su “consenti sempre” (per iPhone).



Quando avrà finito clicca su “fatto”.



Se dovesse apparire un “!“ in alto a sinistra, basterà cliccarlo e consentire la richiesta.

Quale scegliere e come impostarlo?

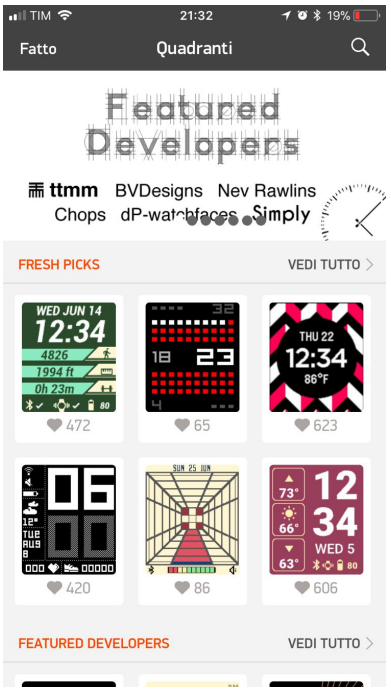
Dipende da cosa usi per leggere le glicemie a distanza.

Installazione quadrante

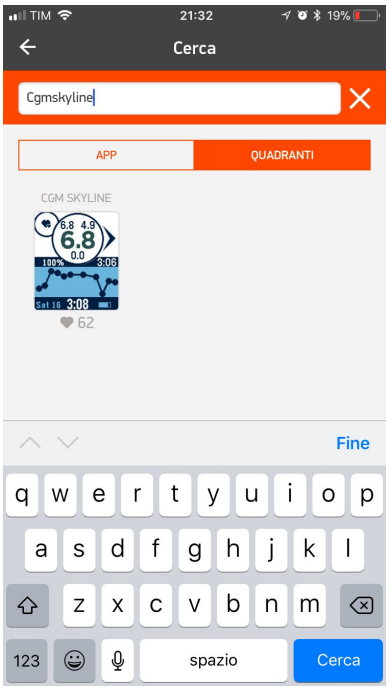
- Dexcom G5
- Nightscout

Installazione quadrante

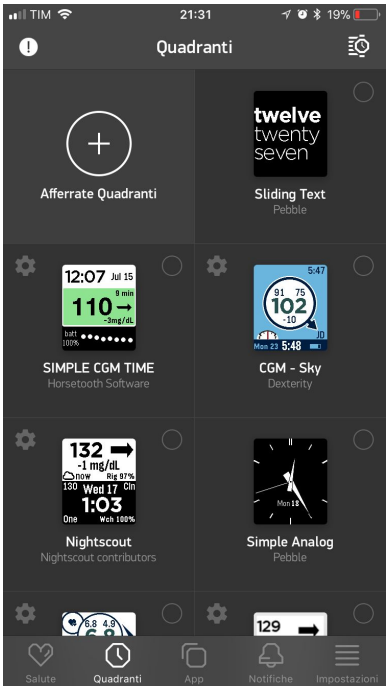
Clicca sul “+”e successivamente sulla lente per la ricerca per selezionare il quadrante desiderato.



Scrivi il nome del quadrante che hai scelto, ad esempio “CGMSKYLINE “ e imposta la ricerca su quadranti.



Aggiungi il quadrante e poi torna indietro fino alla pagina iniziale.



Clicca sul ingranaggio vicino al quadrante appena scaricato, così entrerai nel suo menù. Le impostazioni variano a seconda del tipo di quadrante, le trovi elencate di seguito.

Se non trovi il quadrante con la funzione cerca dell'app Pebble puoi cliccare direttamente nei link che trovi sopra ogni immagine per aggiungerlo.

Quadranti compatibili con Dexcom G5

Per visualizzare i dati del sensore Dexcom G5 è essenziale utilizzare l'app ufficiale Dexcom Mobile e aver condiviso i dati con almeno un follower.

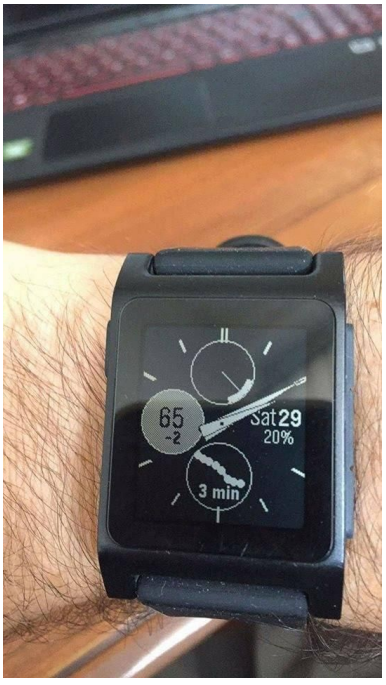
Quadranti disponibili

Simple CGM Spark

Simple CGM

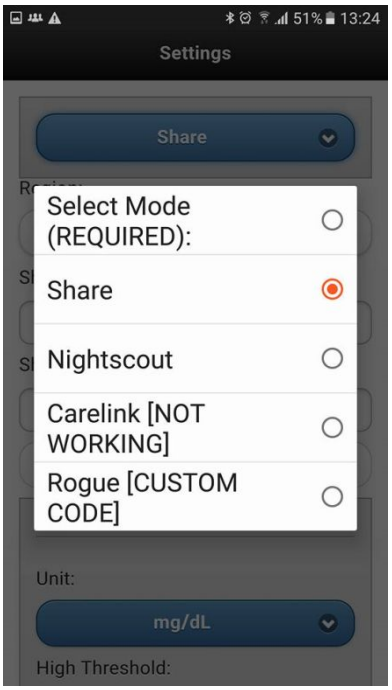
CGMSkyline

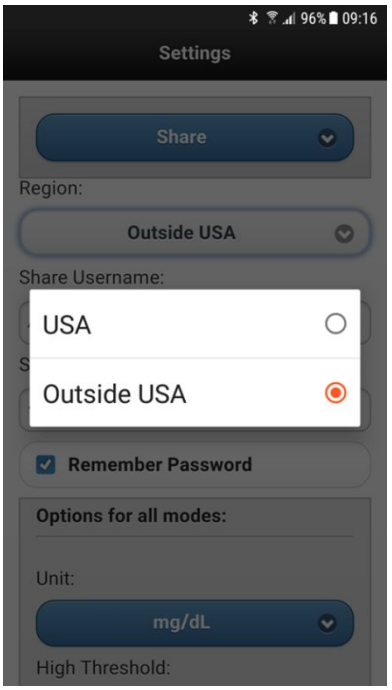
Simple CGM Analog



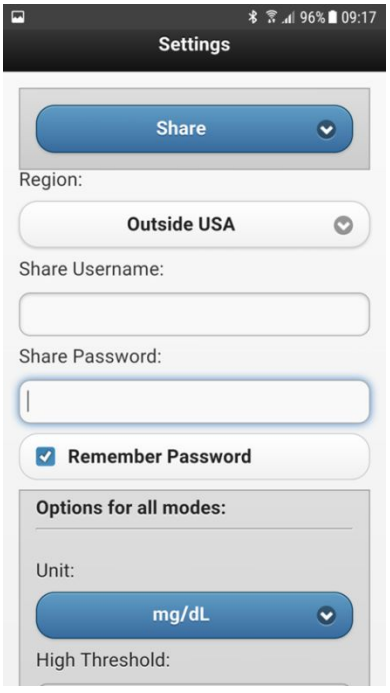
Ecco come dovrai impostare:

Seleziona come metodo di lettura “share” e in seguito “outside USA”

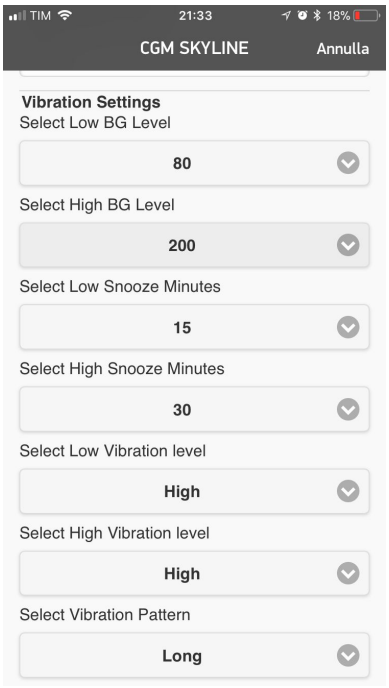


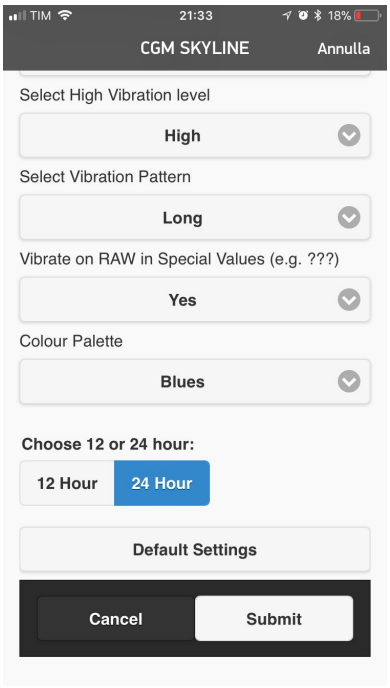


Inserisci le credenziali utilizzate per registrarti nell'app Dexcom (attenzione a maiuscole e minuscole, devono essere esatte)



Imposta gli allarmi che desideri ricevere sul Pebble (non influenzano quelli impostati nell'app Dexcom) e poi premi Submit.





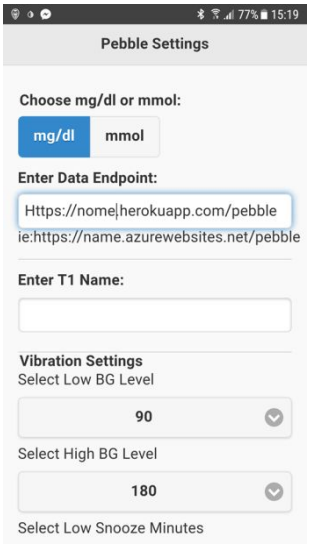
Ora vedrai il Pebble che caricherà il quadrante con le impostazioni scelte e subito dopo inizierà a lavorare.

Quadranti compatibili con Nightscout

Nightscout è un sistema gratuito che permette la visione a distanza delle glicemie con Dexcom G4, Dexcom G5, FreeStyle Libre, Enlite di Medtronic abbinato a Minimed 640G o Enlite con Guardian Connect. Le guide per la configurazione di Nightscout sono tutte disponibile nella sezione file del gruppo dedicato.
Creando la propria pagina Nightscout si otterrà un indirizzo web così composto: **https://nomesito.azurewebsites.net** oppure **https://nomesito.herokuapp.com**.

Quadranti disponibili e configurazione

Nightscout



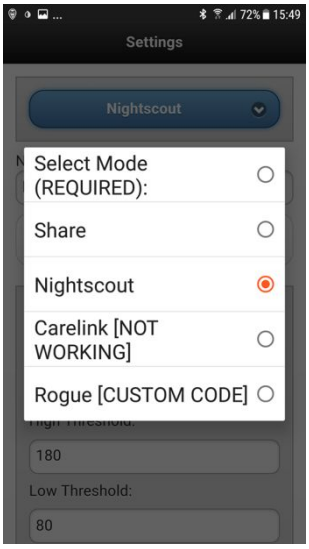
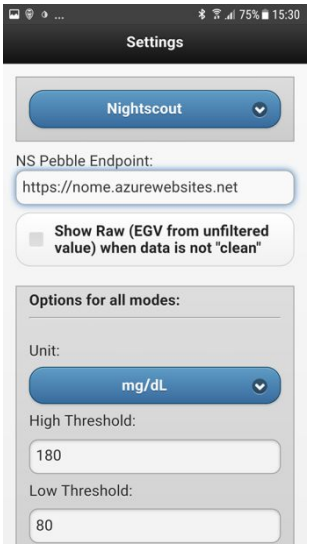
Nella voce “enter data endpoint” inserisci l’indirizzo della tua pagina Nightscout e termina scrivendo /pebble. Imposta gli allarmi e premi submit per salvare.

Simple CGM Spark

Simple CGM_

CGMSkyline

[Simple CGM Analog]

[Simple CGM TicToc]

Seleziona come modo di lettura “Nightscout” e inserisci poi l’indirizzo della tua pagina Nightscout. Imposta gli allarmi e premi submit per salvare.