

iPhone + Apple Watch zonder Mac

Stap-voor-stap: webapp op je iPhone en glucose op je horloge via Apple Snelkoppelingen. Geen Xcode nodig.

Dashboard: <https://nightscout.readvanes.nl>

Versie: mei 2026

Belangrijk

Een eigen Glysta-app in de App Store bouwen vereist altijd ergens een Mac (of cloud-Mac). Voor dagelijks gebruik heb je dat NIET nodig: deze handleiding volstaat voor iPhone en Apple Watch.

Deel 1 — API-sleutel

Op je server (SSH):

```
grep ^API_KEY= /opt/glysta/.env
```

Noteer de waarde. Deel hem niet publiek.

Test (vervang JOUW_KEY):

```
curl -s -H "X-API-Key: JOUW_KEY" \  
https://nightscout.readvanes.nl/api/watch
```

Deel 2 — Glysta op je iPhone (webapp)

- Open Safari (niet Chrome)
- Ga naar <https://nightscout.readvanes.nl>
- Log in met je API-sleutel
- Delen-knop → Zet op beginscherm → Voeg toe
- Open Glysta via het nieuwe icoon

Je krijgt grafiek, voorspelling en kind-modus (smiley's). Dit werkt zonder Mac en zonder App Store.

Deel 3 — Glucose op je Apple Watch (Snelkoppelingen)

Op je iPhone: open de app Snelkoppelingen → + Nieuwe shortcut.

- Naam: "Glysta glucose"
- Actie Tekst: plak je API-sleutel
- Actie URL ophalen:

```
https://nightscout.readvanes.nl/api/watch
```

```
Methode: GET
```

```
Kop: X-Api-Key = [je sleutel]
```

- Actie Woordenboek ophalen
- Waarde ophalen: mmol, trend, age_minutes
- Actie Tekst: "X mmol/L trend (Y min geleden)"
- Actie Resultaat tonen

Complicatie op je horloge

- iPhone-app Watch → Wijzerplaat → Complicatie
- Kies categorie Snelkoppelingen → Glysta glucose
- Of open de shortcut op je Watch na sync met iPhone

Optioneel: Automatisering elke 15-30 min (niet vaker) om te verversen. Zet 'Vraag om bevestiging' uit.

Deel 4 — Problemen

- 401 / geen data → API-sleutel opnieuw invoeren in shortcut
- Watch leeg → eerst op iPhone shortcut testen (afspelen)
- Server down → systemctl status glysta op VPS

Deel 5 — Later: native app (wel Mac)

Wil je alsnog een echte Glysta iPhone/Watch-app: je hebt dan macOS + Xcode nodig (eigen Mac, geleende Mac, of cloud-Mac). Zie op de server: [ios/XCODE_SETUP.md](#) of de PDF 'Glysta-Handleiding-iOS-Watch.pdf'.

Downloads

Zonder Mac:

<https://nightscout.readvanes.nl/static/downloads/Glysta-Handleiding-Zonder-Mac.pdf>

Met Xcode (Mac):

<https://nightscout.readvanes.nl/static/downloads/Glysta-Handleiding-iOS-Watch.pdf>