

QUE FAIRE EN CAS D'HYPERGLYCÉMIE ?

- Bien boire de l'eau,
- Adapter son traitement,
- Dans le cas d'un diabète de type 1 : rechercher la présence de corps cétoniques (urines ou sang). **Si le résultat est positif, prévenir son médecin.**

LES PRINCIPES D'ADAPTATION DES DOSES D'INSULINE

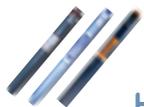
Tout d'abord, il est important de connaître ses propres objectifs définis par le médecin, de connaître le délai d'action de son/ ses insuline(s), et de contrôler ses glycémies de façon régulière.



Comment moduler une insuline lente ? (ex : Lantus®, Levemir®)

Regarder votre glycémie du **matin au réveil** et éventuellement celles faites avant les repas :

- Si elle est inférieure à, diminuer la dose **le jour même** de 2 unités ;
- Si elle est supérieure à, 3 jours de suite, augmenter la dose de 2 unités.



Comment moduler les insulines rapides ? (Apidra®, Novorapid®, Humalog®)

Regarder la glycémie faite **la veille après le même repas**

- Si elle est supérieure à, 3 jours de suite, augmenter la dose de 1 à 2 unités ;

- Si elle est inférieure à diminuer la dose **le jour même** de 1 à 2 unités.

NB : il est possible de faire des corrections en fonction des glycémies faites avant les repas, dans ce cas là, demandez conseil à votre médecin ou votre diabétologue.

Pour adapter les doses d'insulines mix (Novomix® 30, 70, Humalog Mix® 25, 50) :

Il est préférable d'avoir un **protocole personnalisé déterminé avec votre médecin ou diabétologue.**



Pour un bon équilibre glycémique, il est important **d'ajuster sa dose d'insuline.**

Au besoin, un **suivi téléphonique hebdomadaire infirmier** peut être mis en place par les infirmières du Réseau Atlantique Diabète afin de vous accompagner vers l'autonomie.

Le Réseau Atlantique Diabète vous permet de renforcer ou d'acquérir des connaissances autour du diabète en vous offrant des séances individuelles ou collectives, notamment autour de l'autosurveillance glycémique et de l'insuline.

RÉSEAU ATLANTIQUE DIABETE

Centre Hospitalier de La Rochelle
Rue du Docteur Schweitzer
17019 LA ROCHELLE Cedex 01
Tél : 05.46.45.67.32 - Fax : 05.46.42.17.88
atlantique.diabete@wanadoo.fr

Retrouvez le détail de nos services sur nos sites Internet

www.atlantique-diabete.com (patients)
www.atlantique-diabete.net (soignants)



HYPOGLYCÉMIE, HYPERGLYCÉMIE ET PRINCIPE D'ADAPTATION DES DOSES D'INSULINE

L'objectif de votre traitement pour le diabète est de normaliser la glycémie dans le but de prévenir l'apparition de complications à moyen et long terme en préservant une bonne qualité de vie.

Votre médecin traitant et/ou votre diabétologue, va déterminer vos objectifs glycémiques personnalisés. Ils peuvent varier en fonction de votre âge, des pathologies et des complications associées.



MES OBJECTIFS À ATTEINDRE :

- Avant les repas :
- 2h après les repas :
- HbA1c : %

QU'EST CE QU'UNE HYPOGLYCÉMIE ?

L'hypoglycémie se définit par une glycémie en dessous de 0,70 g/l.

QUELS SONT LES SIGNES ?

Une transpiration abondante, des sueurs, une pâleur,



Des tremblements,

Une sensation de faim,

Une fatigue inhabituelle,



Des troubles de la vision (floue),



Un changement de caractère (irritabilité, nervosité...).



QUELS PEUVENT ÊTRE LES CAUSES ?

• Une activité physique plus intense ou non prévue,



• Une ration alimentaire insuffisante en glucides,



• Un surdosage ou une erreur dans la dose d'insuline,



• Un traitement anti diabétique oral:
Les sulfamides hypoglycémiant: (Daonil®, Amarel®, Diamicon®...) ou novonorm®



QUE FAIRE EN CAS D'HYPOGLYCÉMIE ?

- 1) Arrêter toute activité
- 2) Faire un contrôle glycémique si possible afin de confirmer l'hypoglycémie
- 3) Prendre l'équivalent de 15g de sucre, par exemple :



3 morceaux de sucre N°4 ou
1 briquette de jus de fruit ou



1 berlingot de lait concentré sucré ou
1 cuillère à soupe de confiture ou



15 cl de soda



- 4) Recontrôler 15 à 30 min après le resucrage



En cas d'hypoglycémie avec impossibilité d'avaler, l'entourage doit procéder à l'injection de Glucagon. (Kit Glucagen®, à conserver au réfrigérateur). Puis se resucrer avec l'équivalent de 15 g de sucre dès le réveil.

Disposez- vous de ce kit?

Avez vous vérifié la date de péremption?

Votre entourage sait-il l'utiliser?



COMMENT ÉVITER L'HYPOGLYCÉMIE ?

- Adapter sa dose d'insuline ou son traitement en fonction de son alimentation, son activité physique et ses résultats glycémiques ;
- Avoir toujours de quoi vous resucrer sur vous (voir exemples ci dessus) ;

- Prendre des repas réguliers et équilibrés, éviter de sauter des repas ;

- Renforcer sa surveillance glycémique en cas de situation particulière (jeûne, maladie, pratique sportive...).

QU'EST CE QU'UNE HYPERGLYCÉMIE ?

L'hyperglycémie se définit par des résultats glycémiques supérieurs aux objectifs fixés par le médecin ou le diabétologue.

QUELS SONT LES SIGNES ?



La soif

L'envie fréquente d'uriner

La somnolence, une fatigue inhabituelle

Des troubles de la conscience

Des nausées, Des douleurs abdominales



Ces symptômes passent parfois inaperçus

QUELS PEUVENT ÊTRE LES CAUSES ?

- Une alimentation déséquilibrée,
- Un manque d'activité physique
- Une erreur dans la dose d'insuline ou un oubli
- Une maladie : fièvre, infection, syndrome inflammatoire...
- Un stress inhabituel
- Un traitement par corticoïdes
- La présence de lipodystrophies.

