



## Fiches pratiques sur l'hyperglycémie et l'hypoglycémie

Par Louise Tremblay, Infirmière, M. Ed. - Diabète Québec.

# Module 7

### Hyperglycémie

(glycémie supérieure à 6 mmol/L, à jeun et avant les repas, et supérieure à 8 mmol/L, 2 heures après les repas)

Pour identifier la cause de votre hyperglycémie, voici les questions à vous poser :

	Oui	Non
1 Avez-vous mangé plus qu'à l'habitude ou augmenté votre consommation de glucides?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Avez-vous fait moins d'activités physiques qu'à l'habitude ou pratiqué la même activité avec moins d'intensité?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Avez-vous fait de l'activité physique alors que votre glycémie était à 14 mmol/L ou plus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Avez-vous diminué votre dose d'antihyperglycémiant oraux*(médicaments pour contrôler le diabète) ou d'insuline?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Avez-vous oublié ou omis votre dose d'antihyperglycémiant oraux ou d'insuline?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Avez-vous fait une erreur lors de la prise de votre insuline ou de vos antihyperglycémiant oraux?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Avez-vous oublié de respecter les recommandations pour la préparation et la conservation de l'insuline ou avez-vous modifié votre technique d'injection?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Avez-vous pris des médicaments (ex. : cortisone, sirop) ou produits (ex. : produits de santé naturels) qui peuvent augmenter la glycémie?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Avez-vous consommé une quantité importante d'alcool en mangeant?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Avez-vous subi un stress (infection ou autre maladie, problème qui exige une adaptation) dernièrement?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Ressources à consulter :

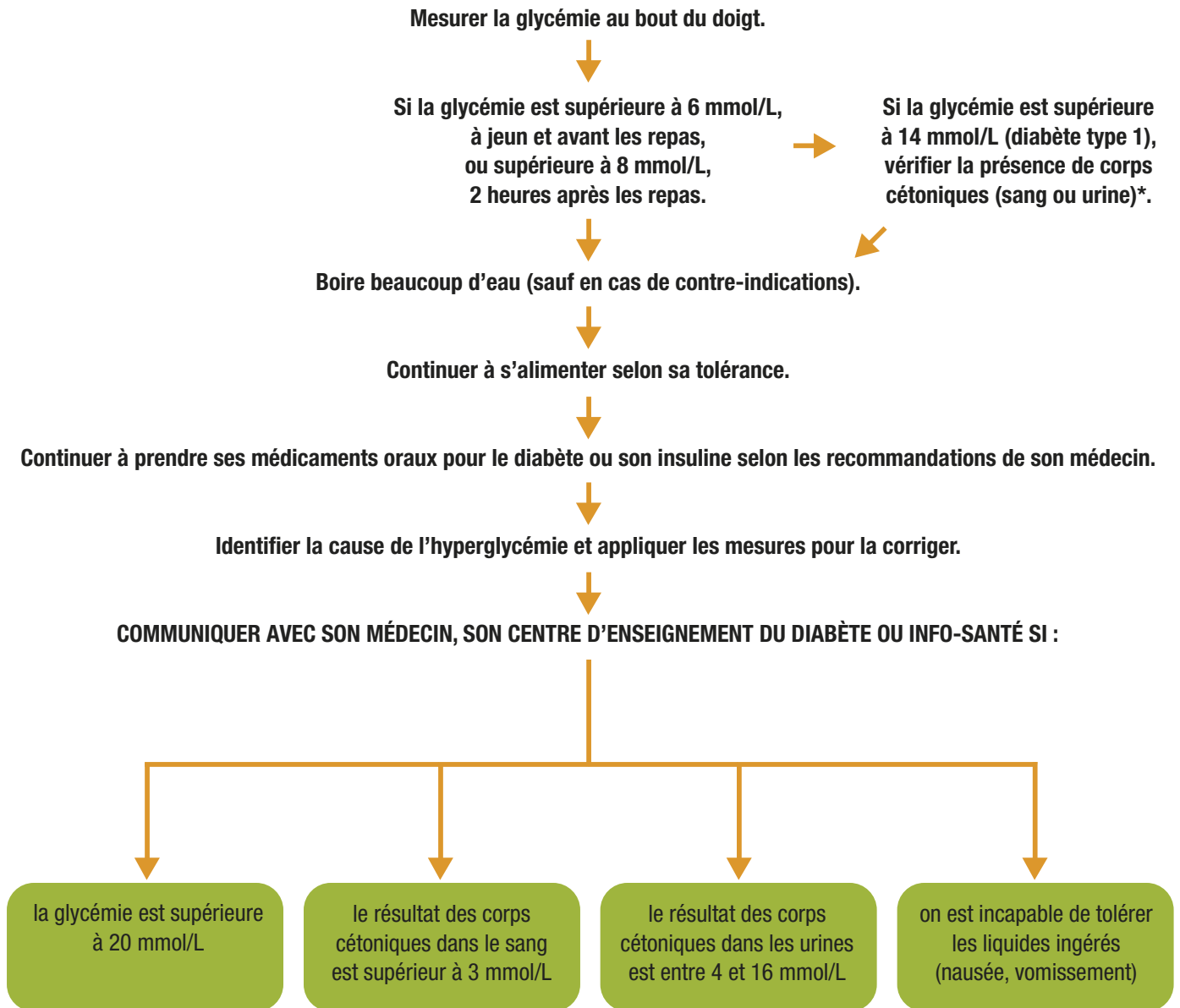
Info-Santé de votre localité : \_\_\_\_\_

Centre d'enseignement du diabète de votre localité : \_\_\_\_\_

Diabète Québec : (514) 259-3422 ou 1 800 361-3504 poste 233 (InfoDiabète).

\* Glyburide (Diabeta), Gliclazide (Diamicon), Glimépiride (Amaryl), Chlorpropamide (Apo-Chlorpropamide), Tolbutamide (Apo-Tolbutamide), Répaglinide (GlucoNorm), Natéglinide (Starlix), Metformine (Glucophage), Acarbose (Prandase), Pioglitazone (Actos), Rosiglitazone (Avandia), Rosiglitazone et Metformine (Avandamet).

## Traitement de l'hyperglycémie



\* La recherche de corps cétoniques dans l'urine se fait à partir des bandelettes réactives et, dans le sang, avec le lecteur de glycémie Precision Xtra®.

## Hypoglycémie (glycémie inférieure à 4 mmol/L)

Pour identifier la cause de votre hypoglycémie, voici les questions à vous poser :

	Oui	Non
1 Avez-vous mangé moins qu'à l'habitude ou diminué votre consommation de glucides?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Avez-vous omis ou retardé un repas ou une collation?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Avez-vous fait plus d'activités physiques* qu'à l'habitude ou pratiqué la même activité avec plus d'intensité?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Avez-vous augmenté votre dose de médicaments qui stimulent la production d'insuline**?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Avez-vous augmenté votre dose d'insuline?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Avez-vous fait une erreur lors de la prise de votre insuline ou de vos médicaments qui augmentent la production d'insuline?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Avez-vous injecté votre insuline dans une région du corps sollicitée par l'activité physique (ex. : avoir injecté votre insuline dans la cuisse avant de faire du vélo)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Avez-vous pris des médicaments ou produits (ex. : produits de santé naturels) qui peuvent diminuer la glycémie?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Avez-vous consommé de l'alcool alors que vous aviez l'estomac vide?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Avez-vous subi un stress important récemment?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Ressources à consulter :

Info-Santé de votre localité : \_\_\_\_\_

Centre d'enseignement du diabète de votre localité : \_\_\_\_\_

Diabète Québec : (514) 259-3422 ou 1 800 361-3504 poste 233 (InfoDiabète).

\* Il est à noter que l'activité physique peut augmenter la glycémie si celle-ci est à 14 mmol/L ou plus, avant de commencer l'activité.

\*\* Glyburide (Diabeta), Gliclazide (Diamicron), Glimépiride (Amaryl), Chlorpropamide (Apo-Chlorpropamide), Tolbutamide (Apo-Tolbutamide), Répaglinide (GlucoNorm), Natéglinide (Starlix).

## Traitement de l'hypoglycémie (personne consciente)

Mesurer la glycémie au bout du doigt

Résultat entre 2,8 et 4 mmol/L

Prendre 15 g de glucides

- 3 comprimés B-D Glucose®\*
- 4 comprimés DEX 4®\*
- 5 comprimés Dextrosol®\*
- 7 comprimés Glucosol®\*
- 15 ml (3 c. à thé) de miel\*, mélasse, sirop de maïs\*, sirop d'érable ou confiture
- 15 ml (3 c. à thé) ou 3 sachets de sucre blanc dissous dans l'eau
- 125 ml (1/2 tasse) de boisson gazeuse régulière
- 125 ml (1/2 tasse) de boisson aux fruits
- 5 Life Savers®

Résultat inférieur à 2,8 mmol/L

Prendre 20 g de glucides

- 4 comprimés B-D Glucose®\*
- 5 comprimés DEX 4®\*
- 7 comprimés Dextrosol®\*
- 9 comprimés Glucosol®\*
- 20 ml (4 c. à thé) de miel\*, mélasse, sirop de maïs\*, sirop d'érable ou confiture
- 20 ml (4 c. à thé) ou 4 sachets de sucre blanc dissous dans l'eau
- 175 ml (3/4 tasse) de boisson gazeuse régulière
- 175 ml (3/4 tasse) de boisson aux fruits
- 7 Life Savers®

**1<sup>er</sup> choix :**  
(choisir un exemple de sucres à absorption rapide parmi les suivants)

- 125 ml (1/2 tasse) de jus de fruits

**2<sup>e</sup> choix :**  
(sucres à absorption moins rapide)

- N.B. Les autres sources de glucides ne sont pas recommandées.

Attendre 15 minutes

Reprendre la glycémie au bout du doigt

Si moins de 4 mmol/L

Prendre à nouveau 15 g de glucides

Si 4 mmol/L et plus

Prendre sa collation ou son repas habituel. Si l'un ou l'autre est prévu dans plus d'une heure, prendre une collation contenant **15 g de glucides + une source de protéines.**

**Choisir un des exemples suivants :**

- 2 petits biscuits secs et 125 ml (1/2 tasse) de lait
- 1 tranche de pain et 15 ml (1 c. à table) de beurre d'arachide
- 6 biscuits soda et 30 g (1 once) de fromage

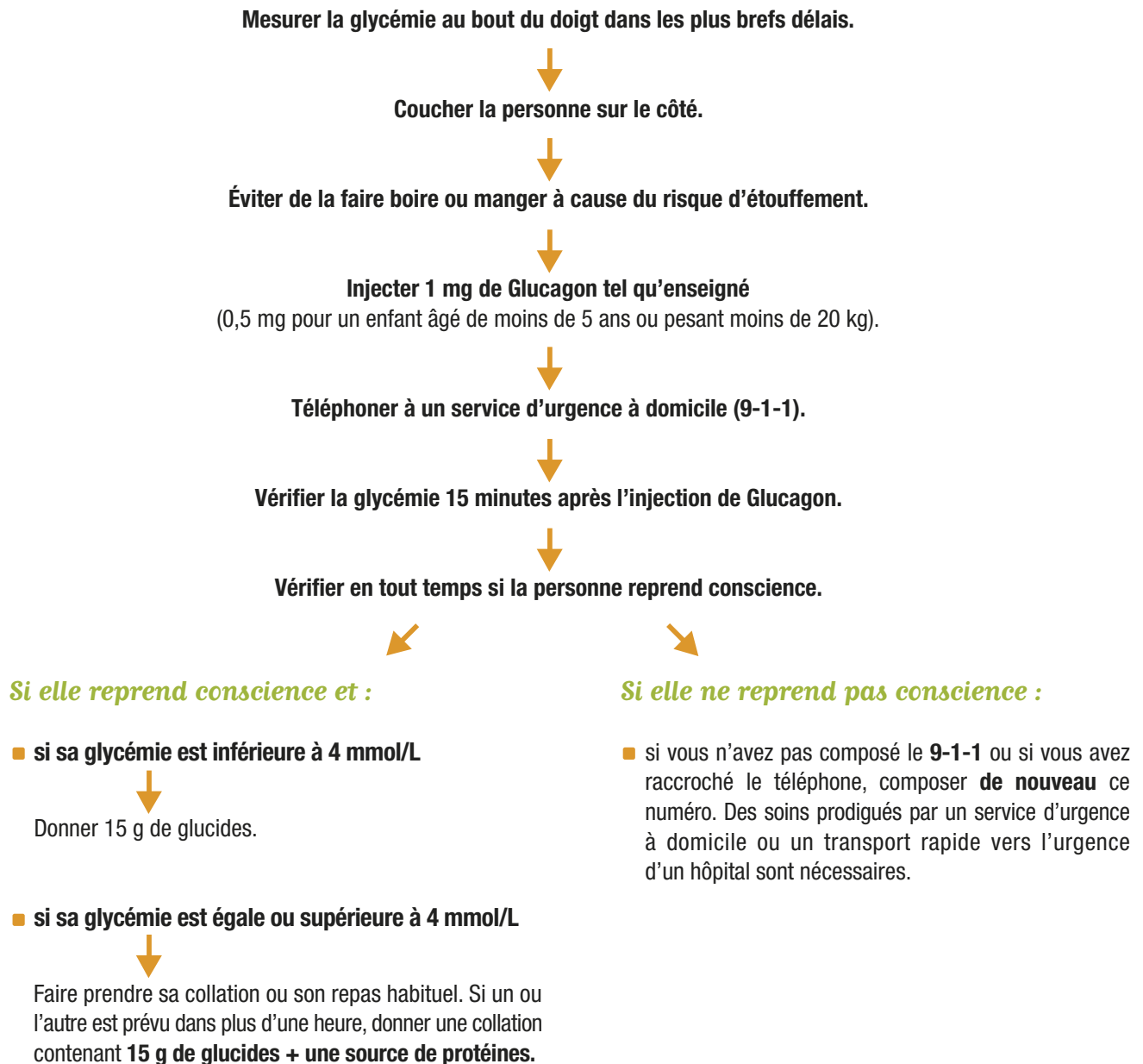
### Important

Traiter l'hypoglycémie en tout temps même si celle-ci survient juste avant le repas.

\* Ces produits sont à privilégier si vous prenez du Prandase.

## Traitement de l'hypoglycémie (personne inconsciente)

**Que faire** si les symptômes d'hypoglycémie continuent à s'aggraver, entraînant une perte de conscience?



### Important

Une fois que la personne a repris conscience, il est nécessaire de trouver la cause de l'hypoglycémie et de communiquer avec le médecin, au besoin, si le traitement doit être réajusté.