

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** ?

(Abasaglar®, Lantus®, Levemir®, Toujéo®, Tresiba®...)

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®, Fiasp®...)

Regarder la glycémie faite la veille après le même repas.

- Si elle est inférieure à _____, diminuer la dose **le jour même** de 1 à 2 unités.
- Si elle est supérieure à _____ 3 jours de suite, augmenter la dose 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.

HÔPITAL SAINT-LOUIS

Service de diabétologie
Rue du Dr Schweitzer
17000 La Rochelle

Tél. > 05 46 45 52 31
Joignable 7j/7

CONSULTATIONS DE DIABÉTOLOGIE

Secrétariat > 05 46 45 51 31
Infirmière > 05 46 45 66 59

du lundi au vendredi
de 9h30 à 17h



Hôpitaux La Rochelle-Ré-Aunis
Centre Hospitalier de Rochefort
Centre Hospitalier de Marennes
EHPAD «Val de Gères» à Surgères

Rue du Docteur Schweitzer
17019 La Rochelle Cedex
Standard > 05 46 45 50 50

www.ch-larochelle.fr |

Établissements membres du **Groupement Hospitalier de Territoire Atlantique 17**

HYPOGLYCÉMIE, & HYPERGLYCÉMIE & principe d'adaptation des doses d'insuline

SERVICE DIABÉTOLOGIE

OBJECTIF DE VOTRE TRAITEMENT

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

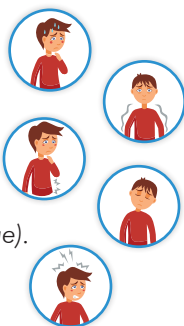
- **Avant les repas :**
- **2h après les repas :**
- **HbA1c :** %

QU'EST-CE QUE L'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...*).



| Quelles 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 hypoglycémisants (*Daonil®*, *Amarel®*, *Diamicron®*...) ou *Novonorm®*.

| Comment éviter l'HYPOGLYCÉMIE ?

- Adapter sa dose d'insuline ou son traitement en fonction de son alimentation, de son activité physique et de ses résultats glycémiques.
- Avoir toujours de quoi vous resucrer sur vous (*voir exemples ci-contre*).
- Prendre des repas réguliers et équilibrés, éviter de sauter des repas.
- Renforcer sa surveillance glycémique en cas de situation particulière (*jeûne, maladie, pratique sportive...*).

| 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 ex. :
 - 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 Glucagon® (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 ?**



QU'EST-CE QUE L'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.



| Quelles 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.

| Que faire en cas d'HYPERGLYCÉMIE ?

- 1 Boire beaucoup d'eau.
- 2 Adapter son traitement.
- 3 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.**