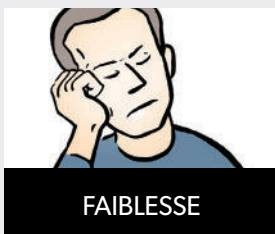
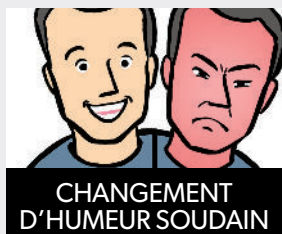
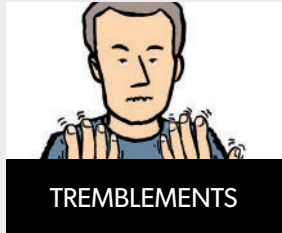


Symptômes



Symptômes d'une hypoglycémie nocturne :

- Transpiration ;
- Cauchemars ;
- Sommeil agité ;
- Maux de tête au réveil.

Vous êtes à risque d'hypoglycémie si :

- Vous prenez un médicament de la classe des sécrétagogues de l'insuline :
 - Gliclazide (Diamicon^{MD} et Diamicon^{MD} MR),
 - Glimépiride (Amaryl^{MD}),
 - Glyburide (Diabeta^{MD}),
 - Repaglinide (GlucoNorm^{MD}).
- Vous vous injectez de l'insuline.

Qu'est-ce qui peut causer une hypoglycémie ?

- Vous avez sauté ou retardé votre repas.
- Vous avez mangé moins de glucides (sucres) qu'à l'habitude.
- Vous avez fait de l'activité physique de façon intensive ou sur une longue période sans avoir ajusté votre traitement ou consommé de glucides.
- Vous avez bu de l'alcool dans les dernières 24h.
- Vous avez pris une dose trop élevée de votre médication pour le diabète.

Des questions sur le diabète ?

Service InfoDiabète

514 259-3422

1 800 361-3504

infodiabete@diabete.qc.ca

L'école du diabète

Universi **D**

universi-d.com

Diabète  Québec

diabete.qc.ca

Diabète  Québec

Hypoglycémie

Symptômes et mesures à prendre



Traitement de l'hypoglycémie

Votre glycémie est de moins de 3,9 mmol/L, avec ou sans symptômes



Vous êtes capable de vous traiter SEUL·E

↓
Prenez
15 g de glucides
à absorption rapide :



- 4 comprimés de Dex4^{MD} ;
- 15 ml (1 c. à soupe) de sirop de maïs, de miel ou de sirop d'érable ;
- 15 ml (1 c. à soupe ou 4 sachets) de sucre dissous dans l'eau ;
- 150 ml (2/3 tasse) de boisson gazeuse ordinaire, de boisson aux fruits ou de jus de fruits ;
- 15 à 20 g de bonbons (ex : 6 Life Savers^{MD} ou 2 rouleaux de Rockets^{MD}).

Vous n'êtes PAS capable d'avalé

Vous êtes capable d'avalé

↓
Une personne doit vous faire prendre
20 g de glucides
à absorption rapide :



- 5 comprimés de Dex4^{MD} ;
- 20 ml (4 c. à thé) de sirop de maïs, de miel ou de sirop d'érable ;
- 20 ml (4 c. à thé ou 5 sachets) de sucre dissous dans l'eau ;
- 200 ml (3/4 tasse) de boisson gazeuse ordinaire, de boisson aux fruits ou de jus de fruits ;
- 20 à 25 g de bonbons (ex : 8 Life Savers^{MD} ou 3 rouleaux de Rockets^{MD}).

Vous n'êtes PAS capable d'avalé

↓
Une personne doit :

Vous coucher sur le côté
+
Arrêter votre pompe à insuline
(si applicable)
+
Vous administrer du
glucagon intranasal
+
Appeler le 911



↓
Attendez 15 minutes, puis vérifiez votre glycémie de nouveau.



↓
Votre glycémie est de moins de 3,9 mmol/L



↓

Traitez de nouveau avec des glucides.

↓
Votre glycémie est de 3,9 mmol/L et plus



↓
Votre repas est prévu dans la prochaine heure



↓
Votre repas est prévu dans plus d'une heure

Prenez une collation composée de glucides + protéines,
par exemple : 1 tranche de pain +
30 ml (2 c. à soupe) de beurre d'arachide.



Vous allez prendre le volant ? Attendez 40 minutes après avoir traité une hypoglycémie et assurez-vous que votre glycémie est au-dessus de 5 mmol/L.

Recherchez la cause de l'hypoglycémie et prenez les mesures pour que la situation ne se reproduise pas.