

Les obligations pour tous

Au Québec, la conduite automobile est un privilège et non un droit. Toutes les personnes qui conduisent un véhicule routier doivent satisfaire à des exigences liées à l'état de santé et à la vision. Il est obligatoire de signaler à la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) son état de santé :

- Lors de la demande de permis ;
- Lors du renouvellement du permis ;
- Dans les 30 jours suivant tout changement à son état de santé qui pourrait nuire à la capacité de conduire.

Une déclaration fausse ou trompeuse peut entraîner une suspension du permis ou une amende.



Ressources

Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

Renseignements généraux sur le diabète et la conduite automobile

saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/sante-conducteurs/conditions-medicales

Renseignements sur les contrôles médicaux obligatoires

saaq.gouv.qc.ca/permis-conduire/etat-sante-permis

Règlement sur les conditions d'accès à la conduite d'un véhicule routier relatives à la santé des conducteurs

legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/rc/C-24.2,%20r.%208



Faites le test afin de connaître les recommandations relatives à la conduite automobile qui s'appliquent à votre situation !

Des questions sur le diabète ?

Service InfoDiabète

514 259-3422

1 800 361-3504

infodiabete@diabete.qc.ca

L'école du diabète



universi-d.com



diabete.qc.ca

La conduite automobile et le diabète

Ce que vous devez savoir



Les particularités propres au diabète

Le diabète fait partie des conditions médicales pouvant affecter la conduite sécuritaire d'un véhicule routier.

Les principales raisons sont les risques associés à :

—

L'hypoglycémie, c'est-à-dire une baisse du taux de sucre dans le sang au-dessous de 4 mmol/L, à cause des symptômes qui peuvent nuire à votre vigilance et à votre vision (par exemple, étourdissement, faiblesse, confusion, perte de conscience) ;

—

L'hyperglycémie, c'est-à-dire une hausse du taux de sucre dans le sang au-dessus des valeurs cibles, à cause des symptômes qui peuvent, eux aussi, nuire à votre vigilance et à votre vision (par exemple, difficulté de concentration, somnolence, vision trouble) ;

—

La présence de complications, comme des problèmes aux yeux (rétinopathie) et aux nerfs (neuropathie). La rétinopathie peut affecter votre vision et la neuropathie peut diminuer la sensibilité de vos pieds. En ressentant moins vos pieds, vous pourriez avoir de la difficulté à les bouger rapidement si, par exemple, vous deviez freiner pour éviter un accident.

Certains traitements pour le diabète augmentent le risque d'hypoglycémie. Quels sont les vôtres ?

- « Je m'injecte de l'insuline. »
- « Je prends du gliclazide (Diamicon^{MD} et Diamicon^{MD}MR). »
- « Je prends du glimépiride (Amaryl^{MD}). »
- « Je prends du glyburide (DiaBeta^{MD}). »
- « Je prends du répaglinide (GlucoNorm^{MD}). »

Si vous avez coché au moins un de ces traitements, il est important de prendre les précautions suivantes afin de réduire les risques liés à l'hypoglycémie et à la conduite automobile :

- ✓ Avoir avec vous un lecteur de glycémie ou porter un système de surveillance continue du glucose (par exemple, FreeStyle Libre, Dexcom) ;
- ✓ Avoir des glucides à absorption rapide à portée de la main en tout temps sur la route ;
- ✓ Mesurer votre glycémie avant de prendre le volant, au moins toutes les 4 heures sur la route et si vous ressentez des symptômes d'hypoglycémie ;
- ✓ Mesurer votre glycémie plus souvent en présence de facteurs qui pourraient augmenter votre risque d'hypoglycémie, comme une activité physique récente ou le fait d'avoir retardé ou sauté un repas.

Le saviez-vous ?

En tant que personne vivant avec le diabète, vous devez **passer un examen médical au moins tous les 2 ans.**

Vous avez l'obligation de **signaler à la SAAQ, dans un délai de 30 jours, tout épisode d'hypoglycémie sévère** qui a nécessité l'aide d'une autre personne pour la traiter ou qui a engendré une perte de conscience.



Si le résultat de votre glycémie est de moins de 4,0 mmol/L, assurez-vous de faire ce qui suit :

- Arrêter votre véhicule dans un endroit sécuritaire.
- Traiter l'hypoglycémie :
 1. Prendre 15 g de glucides à absorption rapide, par exemple :
 - 4 comprimés de Dex4^{MD}.
 - 150 ml (2/3 tasse) de boisson gazeuse ordinaire, de boisson aux fruits ou de jus de fruits.
 2. Attendre 15 minutes au repos.
 3. Mesurer votre glycémie de nouveau :
 - Si le résultat est de moins de 4 mmol/L, traitez de nouveau en suivant les étapes 1 à 3.
 - Si le résultat est de 4 mmol/L ou plus et que votre repas habituel est prévu dans plus d'une heure, prenez une collation contenant 15 g de glucides et une source de protéines, comme 60 ml (1/4 tasse) de mélange de noix et de fruits séchés que vous aurez laissé dans le coffre à gants de votre voiture.
- Attendre 40 minutes avant de prendre ou de reprendre le volant après avoir vérifié que votre glycémie était à une valeur sécuritaire, soit au-dessus de 5,0 mmol/L. De cette façon, vous vous assurez un retour à une vigilance normale et vous diminuez le risque de faire un autre épisode d'hypoglycémie.

Si, au contraire, vous êtes en hyperglycémie et vous ressentez des symptômes qui pourraient nuire à votre capacité de conduire, arrêtez votre véhicule et prenez les mesures nécessaires afin que la conduite redevienne sécuritaire.

Certaines situations, comme la conduite d'un véhicule commercial ou un historique d'épisodes d'hypoglycémie sévère, peuvent modifier les recommandations mentionnées dans ce document.