



Fiches pratiques sur l'hyperglycémie et l'hypoglycémie

Causes de l'hyperglycémie

(glycémie supérieure à 7 mmol/L, à jeun et avant les repas, ou supérieure à 10 mmol/L, 2 heures après le début d'un repas ou d'une collation)

	Oui	Non
Pour identifier la cause de votre hyperglycémie, voici les questions à vous poser :		
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 avec présence de corps cétoniques?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Avez-vous diminué votre dose d'antihyperglycémiant* ou d'insuline?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Avez-vous oublié ou omis votre dose d'antihyperglycémiant 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?	<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 ou votre région d'injection?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Avez-vous pris des médicaments (cortisone, sirop) ou des 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"/>
11 Avez-vous fait une hypoglycémie dans les heures précédentes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ressources à consulter :

Info-Santé : 811

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 (Glucobay), Pioglitazone (Actos), Rosiglitazone (Avandia), Rosiglitazone et Metformine (Avandamet), Sitagliptine (Januvia), Saxagliptine (Onglyza), Rosiglitazone et Glimépiride (Avandaryl), Sitagliptine et Metformine (Janumet) et Liraglutide (Victoza).

Causes de l'hypoglycémie (glycémie inférieure à 4 mmol/L avec ou sans symptômes)

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, oublié ou retardé un repas ou une collation?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Avez-vous fait une erreur dans l'évaluation de la teneur en glucides des aliments?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Est-ce que vous êtes incapable de vous alimenter (nausées ou vomissements)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Avez-vous fait un surplus d'activités physiques sans ajustement de l'alimentation, de la médication pour le contrôle de la glycémie ou de l'insuline?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Avez-vous pris un surplus d'insuline ou de médicaments qui stimulent 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 des 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 vécu de vives émotions positives ou négatives?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Étiez-vous à jeun pour passer des prises de sang ou un examen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ressources à consulter :

Info-Santé : 811

Centre d'enseignement du diabète de votre localité : _____

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

** Glyburide (DiaBeta), Gliclazide (Diamicron), Glimépiride (Amaryl), Chlorpropamide (Apo-chlorpropamide), Tolbutamide (Apo-tolbutamide), Répaglinide (GlucosNorm), Natéglinide (Starlix), Rosiglitazone et Glimépiride (Avandaryl)

1. Toute référence au contenu du présent document est autorisée, avec mention de la source.

2. Toute modification de ce produit, sous quelque forme ou par quelque procédé que ce soit sur machine électronique, mécanique, à photocopier ou à enregistrer, est formellement interdite.