Symptômes

TREMBLEMENTS

FRINGALE

TRANSPIRATION

MAUX DE TÊTE

ALTÉRATION DE LA VUE

ÉTOURDISSEMENTS

CHANGEMENT D'HUMEUR SOUDAIN

FAIBLESSE

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 (Diamicron[MD] et Diamicron[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 – 2024

Diabète Québec

Hypoglycémie

Symptômes et mesures à prendre

Traitement de l'hypoglycémie

Vous présentez des symptômes + Votre glycémie est de moins de 3,9 mmol/L

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]).

Votre état de conscience est altéré + Vous avez BESOIN D'AIDE

Vous êtes capable d'avaler

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'avaler

Une personne doit :

Vous coucher sur le côté

+

Arrêter votre pompe à insuline (si applicable)

+

Vous administrer du
glucagon
intranasal ou en injection

+

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

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.