

Prélèvement sanguin pour glycémie capillaire

Conseils pour prendre en charge votre diabète

FICHE
3.1
PATIENTS

Matériel nécessaire

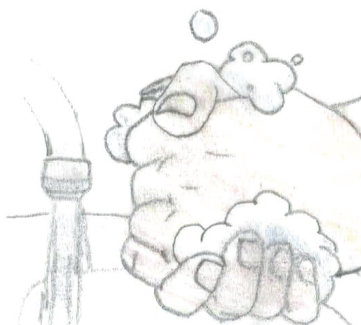
- Stylo autopiqueur + lancettes adaptées
- Lecteur de glycémie + bandelettes adaptées et non périmées
- Tampons absorbants
- Collecteur de déchets ou autre récipient refermable (à rapporter à votre pharmacie une fois rempli)

Technique de prélèvement capillaire

1

Lavez vos mains à l'eau tiède et au savon

Rincez et **séchez** soigneusement

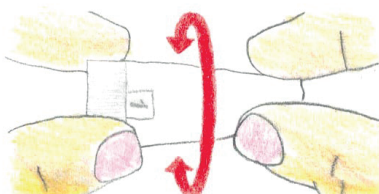


2

Armez le stylo autopiqueur et y insérer une lancette neuve

3

Réglez la profondeur de la piqûre sur l'autopiqueur



4

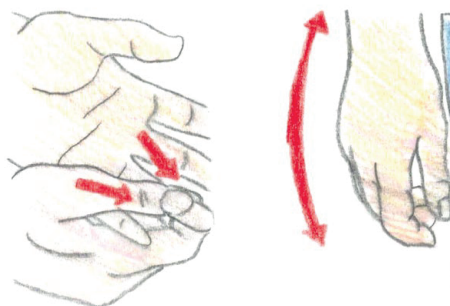
Sortez une bandelette neuve de son emballage et l'insérer selon les instructions du lecteur de glycémie

Pensez à vérifier la date de péremption du fabricant sur la boîte de bandelettes

5

Avant de piquer, vous pouvez favoriser l'afflux de sang

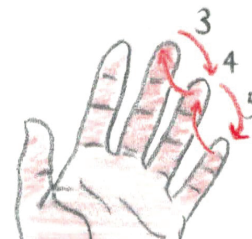
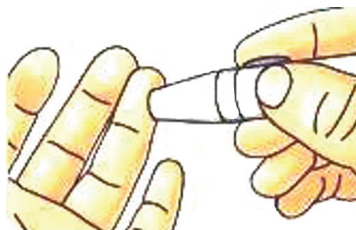
au bout des doigts en secouant la main vers le bas ou en massant de la paume vers l'extrémité du doigt qui va être utilisé pour la piqûre



6

Piquez au bout du doigt, sur le côté

(c'est à cet endroit qu'il y a le plus de sang et que cela fait le moins mal) **des trois derniers doigts** de la main gauche ou de la main droite



Ne pressez pas trop fort sur le doigt piqué, au risque de fausser votre glycémie. Si la goutte de sang reste malgré tout trop petite, vous pouvez à nouveau secouer doucement les bras, laisser pendre les mains le long du corps ou éventuellement masser délicatement les bras et les mains en direction des doigts afin de faire perler la goutte de sang nécessaire.

Remarque : évitez l'emploi de désinfectant pour les mains ou de lingettes humides car ceci peut fausser vos résultats.

Approchez le doigt de la bandelette

de façon à ce que la goutte de sang vienne au contact de la zone de dépôt de la bandelette



7

Essuyez le site où vous avez piqué

8

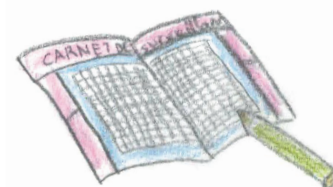
Enlevez la bandelette du lecteur de glycémie et la lancette de l'autopiqueur

et jetez-les dans un bac prévu à cet effet



9

Notez le résultat de glycémie



ATTENTION : toute valeur douteuse doit être recontrôlée, il peut s'agir d'une erreur de mesure (goutte de sang trop petite); il faut donc refaire le test afin d'être sûr de l'exactitude du résultat.

A quelle fréquence ?

Cela dépend de chaque situation. Discutez la fréquence de vos autocontrôles avec votre médecin / soignant spécialisé. Des contrôles réguliers sont toujours conseillés.

Si vous avez un traitement hypoglycémiant, soit injections multiples d'insuline ou insuline combinée avec d'autres médicaments hypoglycémians et/ou traitement par sulfonurées, à l'exception du glicazide (Diamicron), vous devez impérativement contrôler votre glycémie avant de prendre le volant. Elle doit être supérieure à 5 mmol/l (cf fiche 2.4 «Conduite et diabète»).

Divers

Votre assurance-maladie rembourse 400 bandelettes par an si vous avez un traitement médicamenteux. Le remboursement est illimité pour un traitement par insulinothérapie.

Groupe ayant élaboré ou mis à jour le document

Groupe ayant élaboré le document (mai 2015)

Heike Labud et Noémie Marcoz; validé par Drs Charly Buillard et Juan Ruiz.

Groupe de révision (novembre 2017)

Heike Labud, Nicole Jenni, Olivier Le Dizes, Noémie Marcoz; validé par Dres Daniela Sofrà et Patricia Halfon

Date de la fiche : mai 2015 / révisé en novembre 2017

Date de la prochaine révision : décembre 2020