

Glycémie à jeun et interprétation

Conseils pour prendre en charge votre diabète

FICHE
1.1
PATIENTS

Cette échelle s'adresse aux patients atteints de diabète de type 1 et 2. En cas de diabète gestationnel référez-vous aux recommandations de votre médecin ou soignant/infirmier spécialisé.

Les interprétations ci-dessous correspondent à des valeurs de glycémie **à jeun**.

GLYCÉMIE	INTERPRÉTATIONS	QUE FAIRE ?	CAUSES
22	Glycémies beaucoup trop élevées = Hyperglycémie sévère	Si vous avez les symptômes suivants : soif importante, besoin très fréquent d'uriner, fatigue > Contactez sans tarder votre médecin ou le médecin de garde En l'absence de symptômes, contrôlez votre glycémie régulièrement, buvez beaucoup d'eau et faites de l'activité physique. Si vos glycémies restent hautes prenez rendez-vous sans tarder chez votre médecin	une maladie ou une infection une alimentation inadaptée un traitement antidiabétique insuffisant ou oublié certains médicaments (cortisone par ex.) un manque d'exercice
20			
18			
16			
14			
12	Glycémies trop élevées = Hyperglycémie	Si vos glycémies restent élevées, contactez votre médecin pour réévaluer votre situation	
10			
9	Glycémies bonnes à acceptables	Demandez à votre médecin de vous donner vos objectifs de glycémie pour vous situer dans l'échelle	alimentation inadaptée une activité physique trop faible traitement antidiabétique insuffisant
8			
7			
6	Excellentes glycémies	Bon équilibre de vos glycémies	alimentation adaptée et bien répartie activité physique adaptée suivi régulier du traitement
5			
4	Glycémies trop basses HYPOGLYCEMIE	Prendre 4 morceaux de sucre ou sucre de raisin. 10-15 minutes après, si vous êtes dehors des repas, prendre une collation sinon débiter le repas par les farineux	alimentation insuffisante exercice insuffisamment compensé erreur de traitement
3			

NOTE: L'interprétation de ces valeurs de glycémie peut être adaptée en fonction de la situation de chaque personne. Référez-vous aux recommandations de votre médecin ou soignant/infirmier spécialisé.



Des informations partagées pour gérer le diabète