

Symptômes

Quand la glycémie est élevée pendant quelques heures ou jours :



FATIGUE ET SOMNOLENCE



SOIF INTENSE ET BOUCHE SÈCHE



ENVIE FRÉQUENTE D'URINER



IRRITABILITÉ

Aussi : Difficulté de concentration.

Quand la glycémie est élevée pendant plusieurs semaines ou mois :



VISION TROUBLE



FAIM EXAGÉRÉE

Aussi :

- Infections plus fréquentes ;
- Plaies guérissant mal.



PERTE DE POIDS INVOLONTAIRE

Chez la personne vivant avec le diabète de type 1 qui présente une acidocétose :

- Nausées ;
- Vomissements ;
- Douleurs abdominales ;
- Haleine fruitée.

Qu'est-ce qui peut causer une hyperglycémie ?

- Vous avez mangé plus de glucides que d'habitude.
- Vous avez moins bougé que d'habitude ou, au contraire, vous avez fait une activité physique très intense.
- Vous vivez un stress physique (par exemple, maladie, douleur) ou psychologique (par exemple, deuil, nouvel emploi).
- Vous avez des variations hormonales.
- Vous prenez certains médicaments qui font augmenter la glycémie (par exemple, cortisone).
- Vous avez oublié de prendre votre médication ou votre insuline ou vous n'avez pas pris la dose prescrite.
- Votre traitement nécessite des ajustements.

Pour les personnes qui présentent des risques d'hypoglycémie :

- Vous avez pris trop de sucre pour traiter une hypoglycémie.
- Vous avez fait une hypoglycémie durant la nuit sans la traiter (hyperglycémie de rebond le matin).

Des questions sur le diabète ?

Service InfoDiabète

514 259-3422

1 800 361-3504

infodiabete@diabete.qc.ca

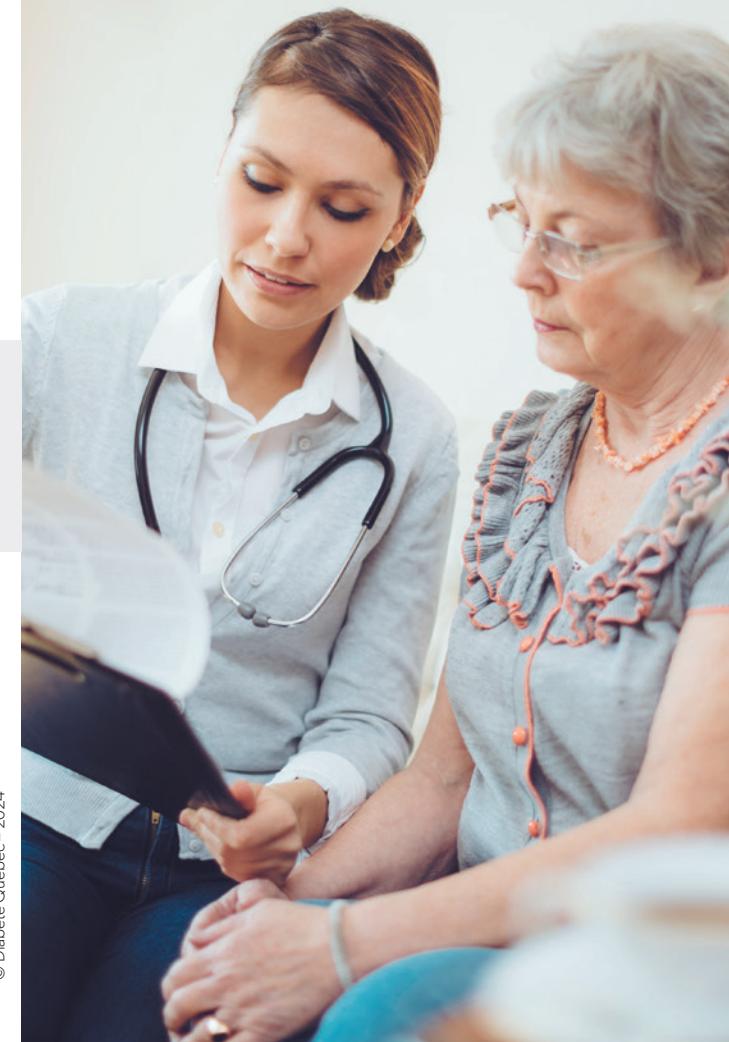
L'école du diabète

Universi D

universi-d.com

Hyperglycémie

Symptômes et mesures à prendre



Qu'est-ce que l'hyperglycémie ?

L'hyperglycémie est une hausse du taux de sucre dans le sang au-dessus des valeurs cibles, soit:

- Au-dessus de 7 mmol/L, à jeun ou plus de quatre heures après avoir mangé ;
- Au-dessus de 10 mmol/L, deux heures après le début d'un repas.

Quoi faire si vous êtes en hyperglycémie ?

Pour la personne vivant avec le diabète de type 2

Consultez un ou une médecin sans tarder si une ou plusieurs de ces situations se présentent :

— Votre glycémie est au-dessus de 25 mmol/L et vous avez une somnolence excessive.

— Vous êtes désorienté·e, agité·e, vous avez des hallucinations ou votre comportement est inhabituel.

— Vous ne tolérez aucun liquide et aucun aliment solide.

— Vous présentez des signes de déshydratation tels que la bouche sèche, les yeux creux, la peau moins élastique, etc.

— Votre température corporelle est au-dessus de 38,5 °C depuis plus de 48 heures.

Pour tous

Buvez de l'eau régulièrement pour aider votre corps à éliminer le surplus de sucre dans vos urines et prévenir la déshydratation.

— Si possible, faites une activité physique légère, comme la marche.

— Réduisez la consommation excessive d'aliments contenant des glucides.

— Suivez votre protocole d'ajustement de médication ou d'insuline selon les recommandations de votre équipe de soins.

— Mettez en pratique des stratégies de gestion du stress.

— Mesurez votre glycémie plus souvent.

— Tentez de déterminer la cause de l'hyperglycémie et prenez les mesures appropriées pour éviter que cela se reproduise.

Pour la personne vivant avec le diabète de type 1

Si votre **glycémie est au-dessus de 14 mmol/L**, vérifiez la présence de corps cétoniques dans le sang afin d'évaluer le risque d'acidocétose et suivez les recommandations de votre équipe de soins.

Consultez un ou une médecin sans tarder si une ou plusieurs de ces situations se présentent :

— Votre glycémie est au-dessus de 20 mmol/L, malgré un bolus d'insuline de correction.

— Votre taux sanguin de corps cétoniques est au-dessus de 1,5 mmol/L et vous avez des nausées, des vomissements, une haleine fruitée ou des douleurs abdominales.

— Votre taux sanguin de corps cétoniques est au-dessus de 3 mmol/L.

Être souvent en hyperglycémie augmente les risques à long terme de développer des complications aux yeux, aux reins, aux nerfs, aux organes génitaux, au cœur et aux vaisseaux sanguins.