

# Hyperglycémie



2011

## Qu'est-ce que l'hyperglycémie?

L'hyperglycémie est l'augmentation de la glycémie au-dessus des valeurs normales.

## Quelles sont les causes de l'hyperglycémie?

Plusieurs facteurs peuvent causer l'hyperglycémie.

### Alimentation

- Augmentation de la quantité de glucides ingérés aux repas ou aux collations.

### Médication

- Omission ou quantité insuffisante d'insuline ou d'antidiabétiques oraux.
- Changement des besoins (ex. : prise de poids).
- Erreur de dose (antidiabétiques oraux ou insuline).
- Prise de certains médicaments (ex. : cortisone).

### Activité physique

- Diminution de la fréquence, de la durée ou de l'intensité.

### Stress

- **Physique (infection ou autre maladie)**  
Toute maladie est un stress pour l'organisme. En présence de stress, le corps libère des hormones qui augmentent la glycémie (voir feuillet « Jours de maladie et diabète »).
- **Psychologique**  
Problèmes familiaux, financiers, au travail, etc.

## Quels sont les symptômes?

Les symptômes sont :

- soif intense ;
- fatigue, somnolence ;
- vision trouble ;
- faim démesurée ;
- envie fréquente d'uriner ;
- bouche sèche.

Si l'hyperglycémie n'est pas corrigée, les symptômes suivants peuvent s'installer :

- perte de poids rapide ;
- crampes abdominales ;
- corps cétoniques dans l'urine ou dans le sang ;
- plaies qui guérissent mal ;
- infections.

**Essayez d'identifier la cause de l'hyperglycémie et notez-la dans votre carnet de glycémie.**

# Marche à suivre

## 1. Mesurez votre glycémie.

Particularités pour les personnes diabétiques qui sont traitées à l'insuline :

- si votre médecin vous a expliqué les ajustements à faire à votre dosage d'insuline, veuillez les mettre en pratique ;
- si votre glycémie est supérieure ou égale à 14 mmol/L, votre médecin pourrait vous recommander de faire une analyse pour vérifier la présence de **corps cétoniques dans l'urine ou le sang**. Notez le résultat dans votre carnet. S'il y a présence importante de corps cétoniques ( \_\_\_\_\_ ), faites-vous conduire à l'urgence de l'hôpital.

## 2. Identifiez la cause de l'hyperglycémie et prenez les moyens nécessaires pour corriger la situation.

### 3. Consultez un médecin si :

- vous présentez des signes de déshydratation (ex. : lèvres et bouche très sèches) ou d'autres symptômes tels que de la difficulté à respirer, une haleine fruitée, des douleurs abdominales, etc. ;
- une hyperglycémie importante persiste (supérieure à 20 mmol/L) et **vous ne pouvez en identifier la cause ;**
- il y a présence importante de corps cétoniques ( \_\_\_\_\_ ) dans l'urine ou le sang ;
- vous ne tolérez aucun liquide.

**Rappelez-vous que dans la plupart des cas, vous pouvez corriger vous-même la situation. Au besoin, communiquez avec votre équipe de soins pour obtenir de l'aide.**

### Quelles sont les valeurs de glycémie visées ?

Avant les repas :	• entre 4 et 7 mmol/L
2 heures après les repas :	• entre 5 et 10 mmol/L
	• entre 5 et 8 mmol/L si la cible de l'A1C* égale ou inférieure à 7 % n'est pas atteinte

\* Hémoglobine glyquée (A1C) : la mesure de l'A1C, par prise de sang, reflète le contrôle glycémique des deux à trois derniers mois. Elle donne une information supplémentaire pour ajuster le traitement.

**Les corps cétoniques sont des produits que l'on retrouve dans le sang et l'urine lorsque le contrôle du diabète est inadéquat.**

(Voir feuillet « Jours de maladie et diabète »)

## Je me sens bien, mais...

Si l'hyperglycémie n'est pas traitée, elle peut, à plus long terme, entraîner des complications au niveau des yeux, du cœur et des vaisseaux sanguins, ainsi qu'au niveau des nerfs et des reins, ce qui a pour effet de diminuer la qualité de vie.