

RECOMMANDATIONS POUR LE TRAITEMENT ALIMENTAIRE DE L'HYPOGLYCÉMIE (personne capable de s'alimenter, aucun risque d'étouffement)



Diabète traité avec : _____

Suivre les étapes suivantes:

1. VÉRIFIER LA GLYCÉMIE SANS DÉLAI

2. A) Si la glycémie est EN BAS DE 4 MMOL/L, prendre un des aliments suivants:

1er choix (à absorption plus rapide)

- 3 comprimés de glucose BD
- 5 comprimés de Dextrosol
- 4 comprimés de Dex 4
- 7 comprimés Glucosol
- 6 bonbons Life Savers
- 15 ml (3 c. à thé) de sirop de maïs ou miel ou sirop d'érable ou mélasse ou confiture
- 15 ml (3 c. à thé) de sucre blanc dissous dans l'eau
- 125 ml (4 onces) de boisson gazeuse régulière (non diète) ou de boisson aux fruits

2e choix (à absorption moins rapide)

- 125 ml (4 onces) de jus de fruits sans sucre ajouté
- 1 tube d'Insta-glucose (gel de glucose)

B) Si la glycémie est EN BAS DE 2,8 mmol/L (hypoglycémie sévère) prendre les quantités d'aliments suivants (à absorption plus rapide):

- 4 comprimés de glucose BD
- 7 comprimés de Dextrosol
- 9 comprimés de Glucosol
- 5 comprimés de Dex 4
- 20 ml (4 c. à thé) de sirop de maïs ou miel ou sirop de table ou mélasse ou confiture
- 20 ml (4 c. à thé) de sucre blanc dissous dans l'eau
- 180 ml (6 onces) de boisson gazeuse régulière (non diète) ou de boisson aux fruits

3. ATTENDRE 15 MINUTES ET VÉRIFIER LA GLYCÉMIE DE NOUVEAU.

Glycémie **EN BAS DE 4 MMOL/L** ➤ recommencer l'étape 2.

Glycémie **ÉGALE OU EN HAUT DE 4 MMOL/L** ➤ prendre une collation si le repas est prévu dans plus de 1 heure.

Exemple:

- 125 ml (4 onces) lait + 4 biscuits secs
- 6 biscuits soda + 15 ml (3 c.à thé) de beurre d'arachide
- 1 fruit + 1 morceau de fromage

4. PRÉVENTION DE L'HYPOGLYCÉMIE LA NUIT.

Si la glycémie au coucher est entre 4 et 7 mmol/L, prendre une collation (glucide + protéine)

Exemple:

- 1 rôtie + beurre d'arachide
- 1 bol de céréales
- 1/2 sandwich à la viande ou au fromage
- 1 fruit + fromage

Si la glycémie est entre 7 et 10 mmol/L, prendre une source de protéines.

Exemple:

- 1 tranche de fromage réduit en matière grasse

5. HYPOGLYCÉMIE AVANT LE REPAS.

Les hypoglycémies avant le repas doivent être corrigées tel que ci-dessus.