

# Echelle de glycémie et interprétation

Conseils pour prendre en charge votre diabète

GLYCÉMIE	INTERPRÉTATIONS	QUE FAIRE ?	CAUSES
<b>22</b>	Glycémies beaucoup trop élevées = Hyperglycémie sévère	Si vous avez les symptômes suivants : soif importante, besoin très fréquent d'uriner, fatigue <b>&gt; Contactez sans tarder votre médecin ou le médecin de garde</b>  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
<b>20</b>			
<b>18</b>			
<b>16</b>			
<b>14</b>			
<b>12</b>	Glycémies trop élevées = Hyperglycémie	Si vos glycémies restent élevées, contactez votre médecin pour réévaluer votre situation	
<b>10</b>			
<b>9</b>			
<b>8</b>	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
<b>7</b>			
<b>6</b>	Excellentes glycémies	Bon équilibre de vos glycémies	alimentation adaptée et bien répartie activité physique adaptée suivi régulier du traitement
<b>5</b>			
<b>4</b>	Glycémies trop basses HYPOGLYCEMIE	Prendre 4 morceaux de sucre ou sucre de raisin, puis, si vous êtes en dehors des repas, prendre une collation sinon débiter le repas par les farineux	alimentation insuffisante exercice insuffisamment compensé erreur de traitement
<b>3</b>			

