



HYPOGLYCÉMIE DIABÉTIQUE : DÉFINITION, CAUSES, SYMPTÔMES... LES SIGNES POUR LA RECONNAÎTRE.

325

J'aime 332

On parle d'hypoglycémie quand il y a une baisse anormale de la glycémie. Que faire en cas d'hypoglycémie et comment en reconnaître les signes et les effets ? Comment aider une personne diabétique qui fait une crise d'hypoglycémie à côté de moi ? Que faire si elle est inconsciente ? Dois-je l'aider à se resucrer ou appeler les secours ?

Quelques conseils pour faire face à la survenue d'une **crise hypoglycémique**.

Il existe un risque d'hypoglycémie principalement chez les personnes traitées par insuline et celles traitées par sulfamides hypoglycémisants (Daonil®, Diamicron®, Amarel®, Euglucan®...).

Les personnes à risque et les signes de l'hypoglycémie

Voici quelques **signes de l'hypoglycémie** qui peuvent être remarqués par l'entourage d'une personne diabétique :

- ▶ Tremblements
- ▶ Pâleur
- ▶ Trouble de la parole
- ▶ Trouble de l'équilibre (mouvements anormaux)
- ▶ Trouble de l'humeur (tristesse, agressivité ou euphorie)

Que faire en cas d'hypoglycémie ?

Il s'agit d'une urgence qu'il faut traiter immédiatement !

Six situations peuvent se présenter :

1. Si la personne est consciente et qu'elle peut se re-sucrer seule : **dès que les premiers signes de l'hypoglycémie se font sentir** (et que l'on peut, de préférence, le confirmer par une glycémie capillaire), il faut arrêter toute activité et s'asseoir calmement. Si vous êtes en voiture, il faut se garer rapidement et en toute sécurité. Ensuite, il faut se resucrer mais pas trop ! **15 grammes de glucides suffisent** : 3 morceaux de sucre, par exemple, ou un verre de jus de fruit, un verre de soda non light, 1 cuillère à soupe de confiture ou de miel. (A éviter : le chocolat ou les fruits, dont l'effet hyperglycémiant est plus lent).
2. Si la personne n'est pas en état de se resucrer seule, l'intervention de l'entourage s'impose.
3. **Si vous détectez les signes de l'hypoglycémie** (voir plus haut), il faut aider en douceur la personne à se resucrer, **même si elle nie faire une hypoglycémie** (la convaincre n'est pas chose facile parfois !).
4. **Si la personne est inconsciente** (coma, agitations, convulsions...) : il ne faut surtout pas lui faire avaler du sucre ou quoi que ce soit (l'aliment risquerait de passer dans les voies respiratoires et de l'étouffer).
5. Si la **personne est traitée par insuline**, si vous êtes un proche et que vous savez faire une injection, vous pourrez pratiquer une injection de glucagon. Il est important de s'entraîner à faire des injections afin de ne pas paniquer le jour de la crise.
6. **Si vous ne parvenez pas à gérer la situation, contactez les secours** : Composez le 15 depuis un téléphone fixe ou le 112 depuis un téléphone portable.

Après une hypoglycémie sévère, ou si les hypoglycémies sont fréquentes, il faut chercher à comprendre le malaise hypoglycémique en analysant les circonstances et les causes de la survenue (retard dans la prise d'un repas, dose d'insuline inadaptée au repas ou à l'activité...) et en discuter avec votre médecin.

TESTEZ VOS CONNAISSANCES

Fédération Française des Diabétiques

88, rue de la Roquette - 75544 Paris Cedex 11

Tél. : 01 40 09 24 25 | Fax : 01 40 09 20 30

E-mail : afd@afd.asso.fr

LE DIABÈTE ET VOUS : FAITES LE TEST ✕

Calculez votre risque en 5 questions et 30 secondes.

QUESTION 1
Quel âge avez-vous ?

- Moins de 40 ans
- Entre 40 et 65 ans
- Plus de 65 ans