

GESTION DE L'HYPOGLYCÉMIE / HYPERGLYCÉMIE

SOMMAIRE

HYPOGLYCÉMIE

1. Définition de l'hypoglycémie
2. Conduite à tenir – Conseils
3. Prévention de l'hypoglycémie

HYPERGLYCÉMIE

1. Définition de l'hyperglycémie
2. Conduite à tenir – Conseils

HYPOGLYCÉMIE

1. Définition de l'hypoglycémie

Définition

On parle d'hypoglycémie lorsque la glycémie est inférieure à 0.70 g/l (excès d'insuline ou un manque de sucre dans l'organisme), sont généralement concernés les diabétiques sous traitement (sulfamides, glinides, insuline).

Il existe, en plus de l'évolution du diabète, des situations de stress émotionnel où les doses de médicaments deviendraient inadaptées, ces situations pouvant conduire à une brusque variation de la glycémie :

- Un changement des habitudes alimentaires : absence d'un repas ou un repas pris en retard, plus léger que d'habitude ou qui n'a pas apporté suffisamment de féculents (pain, pâtes, riz, etc.)
- Une activité physique non prévue ou plus intense que d'habitude
- Un médicament pris pour traiter une affection autre que le diabète et qui fait diminuer la glycémie
- Un changement du traitement antidiabétique
- Une erreur de dosage de l'insuline ou d'un autre médicament antidiabétique
- Une consommation de certains alcools (whisky, gin, vodka)

Symptômes évocateurs d'une hypoglycémie

- Sueurs, pâleur, sensation de faim anormale, nausées légères
- Troubles de l'humeur : nervosité, irritabilité, agressivité ou euphorie
- Tremblements, palpitations, fourmillements ou picotements autour de la bouche
- Vertige, maux de tête, vision trouble
- Sensation de faiblesse, perte d'équilibre
- Accélération du rythme cardiaque, sensation d'angoisse

Aggravation des symptômes :

- Incapacité à se concentrer
- Confusion
- Difficultés à parler
- Troubles de l'humeur
- Contractions musculaires, exceptionnellement convulsions ou perte de conscience

- ▶ Les symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre et d'un épisode à l'autre
- ▶ L'hypoglycémie est une urgence qu'il faut traiter immédiatement

2. Conduite à tenir – Conseils

La personne est en mesure d'agir

- ✓ Confirmer l'hypoglycémie par une mesure d'autosurveillance si possible
- ✓ Prendre (si le résultat confirme l'hypoglycémie) rapidement du sucre (se "resucrer") : environ 15 g de sucre soit :

- 3 morceaux de sucre
- Ou une briquette de jus de fruit (15cl)
- Ou une petite canette de soda non light (15cl)
- Ou 1 cuillère à soupe de confiture ou de miel

- ✓ Cesser l'activité en cours et se reposer : s'asseoir ou s'allonger pendant au moins 15 minutes. Si la personne est en voiture, se garer en sécurité
- ✓ Vérifier la glycémie après 15 minutes et compléter le resucrage si elle est particulièrement basse.
- ✓ Si le prochain repas est proche, il pourra être avancé. S'il est prévu dans plus de 2h, prendre une collation pour prévenir une éventuelle rechute (1 morceau de pain ou 2 biscottes, par exemple)
- ✓ Pratiquer une injection de glucagon en cas de diabète de type 1
- ✓ Appeler le 15 ou faire appeler par un proche si la situation semble s'aggraver

La personne n'est pas en mesure d'agir

Cela nécessite une intervention rapide de l'entourage.

- ☞ Si la personne diabétique est consciente mais n'a pas la force pour se resucrer ▶ Demander à l'entourage de l'aider pour se resucrer comme lorsque la personne peut agir elle-même seule
- ☞ Si la personne est diabétique de type 1 et fait une hypoglycémie sévère (perte de conscience, coma, convulsions, impossibilité de déglutir...) ▶ Une personne de l'entourage peut pratiquer une injection de glucagon (si elle a préalablement appris comment faire)
- ☞ Si l'entourage ne peut pas gérer la situation ▶ Il doit contacter rapidement les secours au 15 ou 112

3. Prévention de l'hypoglycémie

Mesures de prévention

- Respecter quelques conseils hygiéno-diététiques (cf. fiche) : quantité de glucides à consommer, régularité de l'horaire des repas et collations...
- Respecter la prescription médicale des traitements et ne pas la modifier sans avis d'un professionnel de santé
- Ne pas prendre un médicament à libération immédiate pouvant induire une hypoglycémie si un repas est sauté
- Mesurer sa glycémie régulièrement et ajuster le traitement ou l'alimentation si nécessaire (diabète type 1)
- Vérifier, auprès d'un pharmacien, l'effet sur la glycémie de tout médicament vendu sans ordonnance ou produit de santé naturel, avant de débiter la consommation

Précautions

- ▶ Avoir toujours sur soi de quoi se resucrer et des collations
- ▶ Porter une identification/ carte mentionnant qu'on est diabétique
- ▶ Avoir son lecteur de glycémie à portée de la main
- ▶ Informer ses proches et leur apprendre la conduite à tenir en cas de malaise hypoglycémique (symptômes, utilisation du lecteur de glycémie et traitement de l'hypoglycémie)
- ▶ Garder les consignes par écrit pour les relire en cas de besoin
- ▶ Garder toujours sur soi la liste des traitements en cours
- ▶ Si diabète de type 1 : avoir du glucagon disponible et s'assurer que l'entourage a reçu un enseignement sur l'administration du glucagon par un professionnel de la santé et qu'il sait où il est stocké (vérifier régulièrement la péremption du produit et le renouveler si nécessaire)

Le glucagon GLUCAGEN kit et BAQSIMI

Le glucagon, hormone hyperglycémisante produite par le pancréas, est le traitement d'urgence d'une hypoglycémie sévère qui peut conduire à des troubles de la conscience empêchant le diabétique de se resucrer seul, le glucagon doit alors être injecté par une tierce personne

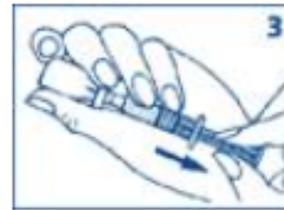
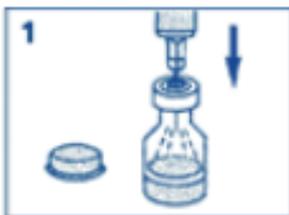
GLUCAGEN kit 1 mg/ml, poudre et solvant pour solution injectable

Indication : hypoglycémie sévère

Dose recommandée pour adulte : 1 mg/injection SC ou IM

Instructions pour l'administration du glucagon en SC ou IM

- Enlever la capsule en plastique du flacon. Retirer le capuchon de la seringue. Ne pas retirer le dispositif anti-retour en plastique de la seringue. Insérer l'aiguille dans le bouchon en caoutchouc et injecter le liquide dans le flacon
- Sans sortir l'aiguille du flacon, agiter doucement le flacon jusqu'à ce tout soit dissout : solution limpide
- Aspirer lentement toute la solution dans la seringue, évacuer les bulles d'air de la seringue
- Continuer à pousser le piston jusqu'à obtenir la dose correcte pour l'injection. Une petite quantité de liquide apparaîtra au bout de l'aiguille
- Injecter la dose sous la peau ou dans un muscle
- Tourner la personne inconsciente sur le côté afin de prévenir tout étouffement
- Dès que la personne est à nouveau capable d'avaler : aliment riche en sucre (sucreries, biscuits ou jus de fruits) pour éviter qu'un faible taux de sucre dans le sang ne revienne
- Après avoir utilisé GLUCAGEN KIT, contacter le médecin pour trouver la cause et éviter que cela ne se reproduise



Ce qui se passe à l'injection :

- Site d'injection : cuisses, bras ou ventre, choisir le site le plus facile d'accès
- Libération des réserves de glycogène (glucides) stockées dans le foie
- Remontée rapide de la glycémie en quelques minutes (10 minutes environ)
- Durée d'action courte et épuisement des ressources du foie → prise de glucides supplémentaire nécessaire pour maintenir la glycémie

Remarques

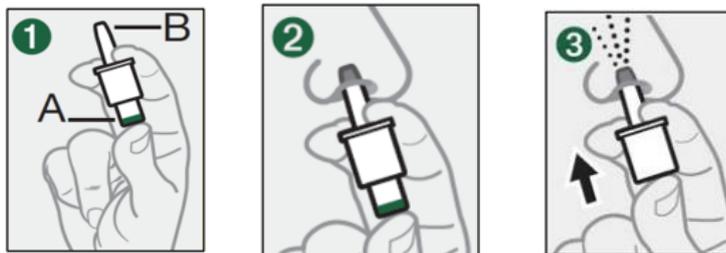
- Le glucagon peut provoquer nausées et vomissements
- Il se détériore à une température < 0°C et > 25°C, à conserver entre 2 et 8°C
- Il n'y a pas de risque à utiliser le glucagon
- Il est conseillé de garder le glucagon dans la porte du réfrigérateur (l'entourage doit savoir où le trouver)

BAQSIMI 3mg poudre nasale

Dose recommandée adultes, adolescents et enfants > 4 ans : 3 mg de glucagon dans une narine (absorption passive à travers la muqueuse nasale) → ce n'est pas nécessaire d'inhaler ni d'inspirer profondément

Instructions pour l'administration du glucagon en poudre nasale

- Retirer le film plastique en tirant sur la bandelette rouge
- Retirer le récipient unidose du tube (ne pas appuyer sur le piston avant d'être prêt)
- Tenir le récipient unidose entre le pouce et les doigts (ne pas tester le dispositif avant utilisation, il ne contient qu'une seule dose de glucagon et il ne peut pas être réutilisé)
- Insérer doucement l'embout dans l'une des narines jusqu'à ce que les doigts touchent l'extérieur du nez
- Appuyer sur le piston jusqu'au bout : la dose est délivrée lorsque la ligne verte n'est plus visible
- Si la personne est inconsciente, la tourner sur le côté pour éviter qu'elle ne s'étouffe
- Après avoir administré la dose, contacter immédiatement une assistance médicale
- Lorsque le patient a répondu au traitement, lui donner des glucides par voie orale pour reconstituer les réserves de glycogène hépatique et prévenir une récurrence de l'hypoglycémie



HYPERGLYCÉMIE

1. Définition de l'hyperglycémie

Avec un diabète équilibré, il peut survenir épisodiquement une augmentation importante de la glycémie dans certaines situations : lorsque la glycémie est $\geq 1,10$ g/l, à jeun.

Situation pouvant provoquer une hyperglycémie :

- Oubli d'une injection d'insuline ou prise irrégulière du traitement médicamenteux
- Infection
- Prise de médicaments qui augmentent la glycémie
- Stress important

Les symptômes en cas d'hyperglycémie prolongée :

- Augmentation du besoin d'uriner et de la quantité d'urine émise → risque de déshydratation
- Soif, sensation de bouche sèche
- Vision floue
- Fatigue importante

Aggravation des symptômes :

Si l'on ne boit pas suffisamment pour compenser le manque d'eau → Aggravation de la déshydratation pouvant conduire à des troubles de la conscience et à un coma

- ▶ En général, les débuts d'une hyperglycémie sont asymptomatiques, d'où la nécessité de contrôler régulièrement la glycémie pour les diabétiques possédant un lecteur
- ▶ Une hyperglycémie occasionnelle n'a pas de conséquence grave à court terme (sauf si elle est très élevée, supérieure à 5 ou 6 g/l ou fréquente)
- ▶ L'hyperglycémie chronique, même peu élevée, entraîne à long terme des complications du diabète (AVC, cécité, insuffisance rénale, amputation...)

2. Conduite à tenir – Conseils

Hyperglycémie

- Boire beaucoup d'eau ou de liquide non sucré
- Tester la glycémie pour confirmer l'épisode d'hyperglycémie et noter les circonstances de survenue (adapter la dose d'insuline si diabète de type 1)

Conduite à tenir :

- ▶ En présence de signes de gravité ou si l'état de la personne diabétique se détériore, une orientation vers un service hospitalier peut être nécessaire
- ▶ Si la glycémie reste élevée ou qu'il y a un doute sur la conduite à tenir, contacter le médecin traitant
- ▶ Avec le suivi de l'hémoglobine glyquée, le médecin sera à même d'adapter ensuite les doses d'insuline si nécessaire

➔ Si la glycémie reste élevée (> 2,5g/l) il est nécessaire de rechercher le sucre et les corps cétoniques dans les urines avec des bandelettes urinaires ou un lecteur adapté : il y a un risque d'acidocétose

Cas de l'acidocétose = Urgence

Diabète type 1 : conséquence d'une dose insuffisante d'insuline par rapport aux besoins (utilisation des graisses et production de corps cétoniques)

Diabète type 2 : rare, survient quand la glycémie est déséquilibrée par une maladie, un médicament ou une intervention chirurgicale

Apparition progressive des symptômes :

- Soif intense
- Envies fréquentes d'uriner
- Vision trouble
- Fatigue anormale
- Perte d'appétit
- Troubles digestifs (douleurs abdominales, nausées)
- Haleine fruitée
- Crampes nocturnes
- Gêne respiratoire

Conduite à tenir :

- ▶ En cas de glycémie très élevée + beaucoup de sucre et de corps cétoniques urinaires : **URGENCE**, contacter le médecin ou l'hôpital pour l'adaptation de d'insuline.
- ▶ En présence de signes de gravité ou si l'état de la personne diabétique se détériore, une orientation vers un service hospitalier peut être nécessaire.

RAPPEL DU CADRE RÉGLEMENTAIRE

Les spécialités à base de Glucagon sont prises en charge à 65% et 100% dans le cadre de l'ALD et soumises à prescription médicale (liste1)

IDÉES REÇUES

- * **Pour se resucrer en cas d'hypoglycémie tout sucre n'est pas bon, c'est vrai et faux : il conviendra d'éviter :**
 - Les fruits ou les autres aliments riches en fibres qui retardent l'absorption du sucre
 - Les barres chocolatées ou autres aliments très gras (crème glacée, viennoiseries, gâteaux...) qui retardent également l'absorption du sucre
 - ▶ Mais en cas d'hypoglycémie : tout sucre sera mieux que pas de sucre du tout, y compris fruits ou chocolat

LIEN DIVERS / POUR ALLER PLUS LOIN

- **Ameli.fr :**
 - Diabète : hypoglycémie, hyperglycémie et acidocétose : <https://www.ameli.fr/meurthe-et-moselle/assure/sante/themes/diabete/diabete-symptomes-evolution/acido-cetose-hypoglycemie-hyperglycemie>
- **FFD (Fédération Française des Diabétiques) :**
 - comment faire face à une hypoglycémie ? : <https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/glycemie/hypoglycemie>
 - Comment faire face à l'hyperglycémie ? : <https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/glycemie/hyperglycemie>
- **Santé Publique France : HAS :** <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/diabete>
- **RCP :**
 - BAQSIMI 3 mg, poudre nasale en récipient unidose : <https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr/extrait.php?specid=67972497#>
 - GLUCAGEN KIT 1 mg/ml, poudre et solvant pour solution injectable : <https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr/affichageDoc.php?specid=69301034&tvodoc=R>