

## FICHE THÉMATIQUE

# TRANSPORT ET CONSERVATION DES TRAITEMENTS / ADAPTATION DES DOSES

## SOMMAIRE

1. Les conditions de transport et de conservation des insulines et du matériel
2. Les conditions de transport des traitements oraux
3. Les adaptations de doses

Selon les notices des médicaments 3 cas sont possibles :

- **Aucune précaution recommandée de conservation mentionnée :**  
Ces médicaments peuvent supporter de fortes chaleurs s'ils sont dans leur emballage d'origine → stockage habituel (armoires à pharmacie, placard hors de portée des enfants)
- **Précaution recommandée : conservation à une température inférieure à 25°C ou 30°C :**  
Ces médicaments peuvent résister à un dépassement ponctuel de quelques jours à quelques semaines de température, mais celui-ci doit rester très limité dans le temps.
- **Précaution recommandée : conservation à une température entre +2 et +8°C** (ou tout autre intervalle de température) :  
Ces médicaments doivent être stockés dans un réfrigérateur (contrôle régulier de la température) → une fois sortis du réfrigérateur, ils sont à utiliser rapidement (des médicaments restés exposés à la chaleur et remis au froid risquent d'être endommagés).

## 1. Les conditions de transport et de conservation des insulines et du matériel

### 1.1. Conservation et transport des insulines (Cf. infographie page 3)

**Conservation avant ouverture : au réfrigérateur (+2 à +8°C) jusqu'à la date de péremption indiquée**

- Il est conseillé de sortir l'insuline du réfrigérateur 1h avant la première utilisation pour qu'elle atteigne la température ambiante (sensation de brûlure si injection d'insuline froide, diffusion plus lente qu'à 20°C)
- Il ne faut pas utiliser d'insuline ayant été congelée (perte d'efficacité\*)

**Conservation après ouverture : à température ambiante (+15 à +25°C) maximum 1 mois** (sauf insuline Détémir - Levemir® 42 jours et Dégludec - Tresiba® 56 jours)

- Il est conseillé de conserver l'insuline à l'abri de la lumière, de la chaleur (= dans son emballage), dans une pochette isotherme au-delà de 30°C
- Il est conseillé de noter la date d'ouverture du stylo (apposer une étiquette) et de le jeter après un mois d'ouverture\*

- Éviter d'exposer l'insuline à des températures extrêmes (grand froid ou forte chaleur) : ne jamais laisser l'insuline dans la voiture ou près d'une source de chaleur, ne jamais utiliser de l'insuline qui aurait été congelée (perte d'effet\*)
- Ne pas laisser l'aiguille d'un stylo entre 2 utilisations (risque de cristallisation)
- Si un stylo a été exposé à des températures extrêmes : s'il existe un doute sur l'efficacité : utiliser un stylo neuf, dès que possible\*

\* *Cependant si la seule insuline disponible semble "altérée", il est préférable de l'injecter quand même plutôt que de ne rien injecter : l'injection d'insuline altérée n'est pas dangereuse mais restera moins efficace. Les glycémies seront donc plus hautes qu'à la normale*

## Transport

Pour maintenir la température recommandée, il est nécessaire d'utiliser des contenants isothermes réfrigérés qui reproduisent des conditions proches de celles du réfrigérateur (avec accumulateurs de froid, pochette de froid spécifique...), attention, à ne pas congeler le médicament par contact avec l'accumulateur de froid.

### 1.2. Conservation et transport du matériel (lecteur de glycémie...)

Pour éviter un risque de dysfonctionnement produisant des résultats erronés ou des messages d'erreur, ne pas exposer le matériel d'autosurveillance :

- Au soleil
- À des températures élevées ou très basses
- À de fortes variations de températures
- À une atmosphère trop humide

Les bandelettes (ou électrodes) et solutions de contrôle : à conserver dans un endroit frais et sec

Transport : bandelettes et solutions de contrôle dans leur emballage d'origine placé dans des pochettes isothermes sans glace

- ➔ Consulter les notices contenant les températures de stockage et les conditions de bon fonctionnement
- ➔ Les conditions de conservation peuvent varier d'un équipement à l'autre (consulter la notice en cas de changement d'appareil ou de bandelettes par exemple)
- ➔ **En général, tout produit dont l'apparence extérieure est visiblement modifiée ne devrait pas être utilisé (une altération de l'aspect extérieur pourrait indiquer une modification de son efficacité)**

## 2. Les conditions de conservation et de transport des traitements oraux

Pour les médicaments sans précaution de conservation mentionnée, ou ceux à conserver à une température < 25-30°C, il faudra les transporter :

- Dans leur emballage d'origine
- Sans exposition directe au soleil ou à de trop fortes températures

## 3. Les adaptations de doses

**En cas de décalage horaire supérieur à 3 heures** (Cf. fiche [Gestion des vacances](#)), il est généralement conseillé de prendre le traitement antidiabétique en se calant :

- Sur l'heure de départ durant le trajet en avion
- Puis sur l'heure du lieu de destination à l'arrivée

Un échange avec le médecin pour adapter le traitement médicamenteux et les repas au décalage horaire peut être conseillé

**En cas d'exposition à des périodes chaudes**, il y a un risque augmenté de déshydratation (tendance à transpirer davantage pour mieux réguler la température, perte d'eau et de sels minéraux) ➔ risque de perturbation de l'équilibre glycémique, entraînant des précautions à prendre :

- Conserver une bonne hydratation :
  - Boire régulièrement au moins 2l/jour, sans attendre d'avoir soif
  - Varier les apports en eau (fruits frais, légumes riches en eau : pastèque, melon, concombre...) ...
  - Éviter alcool
  - Choisir une alimentation équilibrée en privilégiant les plats moins caloriques et riches en eau
- Prendre conseil auprès de son médecin traitant ou de son pharmacien pour des adaptations de doses d'antidiabétique ou des problèmes de matériel (décollements de capteurs liés à la transpiration...)
- Il est nécessaire de surveiller les glycémies afin de pouvoir adapter les doses si besoin : pour l'insuline, les doses se modifient souvent par paliers de 2 unités :
  - Dans la plupart des cas, il vaut mieux attendre un jour avant d'augmenter les doses (voir s'il y a confirmation de la tendance à la hausse)
  - En cas de malaise hypoglycémique il ne faut pas attendre un jour supplémentaire pour diminuer la dose.

**En cas d'exposition au froid** : les précautions à prendre sont essentiellement celles mentionnées au 1.2 *Conservation et transport du matériel*

## LIEN DIVERS / POUR ALLER PLUS LOIN

- **Ameli.fr** :
  - Prévenir les risques médicamenteux en cas de fortes chaleurs : <https://www.ameli.fr/meurthe-et-moselle/assure/sante/medicaments/effets-secondaires-et-interactions-lies-aux-medicaments/prevenir-risques-medicaments-canicule>
  - Voyager en toute sécurité : <https://www.ameli.fr/meurthe-et-moselle/assure/sante/themes/diabete/diabete-vivre-quotidien/vie-pratique/voyager-securite-diabete>
  - Prévenir les risques liés aux médicaments en cas de grand froid : <https://www.ameli.fr/meurthe-et-moselle/assure/sante/medicaments/effets-secondaires-et-interactions-lies-aux-medicaments/prevenir-risques-medicaments-grand-froid>
  - Diabète : les bons réflexes en cas de forte chaleur : <https://www.ameli.fr/meurthe-et-moselle/assure/sante/themes/diabete/diabete-vivre-quotidien/sante-quotidien/bons-reflexes-cas-forte-chaaleur#:~:text=Diab%C3%A8te%20et%20canicule,-L'%C3%A9t%C3%A9%20est&text=L'exposition%20%C3%A0%20ces%20temp%C3%A9ratures,intense%2C%20fi%C3%A8vre%20ou%20encore%20naus%C3%A9es>
  - **FFD (Fédération Française des Diabétiques)** : Le transport de l'insuline : <https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/traitements/transport-insuline-voyage>
- **OMEDIT Centre** :
  - Comment sécuriser le transport et le stockage des insulines ? : [http://www.omedit-centre.fr/MAR/res/10823\\_1\\_.pdf](http://www.omedit-centre.fr/MAR/res/10823_1_.pdf)
  - Bon usage des insulines : [http://www.omedit-centre.fr/stylo/co/6\\_conservation\\_de\\_l\\_insuline.html](http://www.omedit-centre.fr/stylo/co/6_conservation_de_l_insuline.html)



## COMMENT SÉCURISER LE TRANSPORT ET LE STOCKAGE DES INSULINES ?



**L'insuline est un médicament à risque. Je respecte la règle des « 5B »** de la Haute Autorité de Santé.  
Les conséquences des erreurs liées à ces médicaments peuvent être dramatiques pour les patients.



### TRANSPORT ET STOCKAGE

La chaîne du froid doit être respectée et sécurisée pendant le :

- **Transport** : dans un sac isotherme avec un accumulateur de froid, dans un délai le plus court possible. Ranger immédiatement l'insuline dans le réfrigérateur à réception.
- **Stockage** : conserver l'insuline au réfrigérateur

Contrôler et tracer quotidiennement la température du réfrigérateur qui doit être dans un intervalle de +2 à +8°C

2 à 8°C



Si la température n'est pas dans ces intervalles, **contacter immédiatement le pharmacien**



### APRÈS LA PREMIÈRE UTILISATION

Conserver l'insuline à **température ambiante (SAUF CANICULES)** à l'abri de la lumière directe maximum 1 mois sauf mentions particulières  
Sur chaque flacon / stylo :

- Apposer l'étiquette du patient (Nom, prénom, date de naissance)
- Inscrire la date de première utilisation

**Avant chaque injection, vérifier la date de la première utilisation et l'identité du patient**

15 à 25°C



### ÉVITER D'EXPOSER L'INSULINE À DES TEMPÉRATURES EXTRÊMES



>30°C : L'insuline perd progressivement son activité



< 0°C : L'insuline est détruite

Contrôler **régulièrement** la température des locaux où sont stockés les médicaments



Observatoire des  
Médicaments  
Dispositifs médicaux  
Innovations Thérapeutiques

Pour consulter le Résumé des Caractéristiques du Produit (RCP) des médicaments :  
<http://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr/>

Validation Comité Stratégique : Décembre 2020