

L'auto surveillance glycémique

1° Qu'est ce que l'auto surveillance glycémique ?

Elle se définit par un micro prélèvement de sang capillaire au niveau d'un doigt. Elle est pratiquée par le diabétique lui-même après apprentissage.

Elle s'effectue au moins une fois par jour voire plusieurs fois par jour, avant les repas (pré prandiale) ou 2h après le début du repas (post prandiale).

Elle permet la surveillance des variations de la glycémie au quotidien.

Les normes de la glycémie se situe entre 0.80g/l a 1.20g/l.

L'objectif glycémique est déterminé par rapport à votre âge, les pathologies associées.

2 ° Pourquoi s'auto surveiller ?

L'intérêt de l'auto surveillance glycémique est d'être vigilant au quotidien par rapport à la prise en charge du diabète. Elle permet de dépister une variation de la glycémie comme l'hypoglycémie et la corriger tout de suite, ou une hyperglycémie et d'en référer au médecin qui prendra ou non la décision d'un changement de traitement.

Les études montrent que l'intérêt de l'asg 3x/j chez les diabétiques type 2 est relative.

Prendre conscience de la pathologie ainsi que des effets de l'alimentation et de l'activité physique sur la glycémie.

Prendre connaissance des facteurs influençant la glycémie.

NB : pour les diabétique type 2 non traité par insuline, depuis peu, la sécurité sociale ne rembourse plus que partiellement les consommables liés a l'auto surveillance glycémique, c'est-à-dire 200 bandelettes par an ainsi que 200 aiguilles pour auto piqueur.

3 ° comment faire. Cf autre dossier