

Les glycémies capillaires



Elles se font toujours sur des mains propres et sèches :

- se laver les mains à l'eau tiède et au savon ce qui permet d'éliminer les impuretés, les traces de sucre éventuelles, et aussi de dilater les capillaires (petits vaisseaux).
-



- Bien rincer et sécher

Préparer le matériel : Auto piqueur avec lancette
Lecteur de glycémie
Bandelette réactive
Coton ou compresse
Boite à aiguille

Insérer la lancette dans l'auto piqueur et armer

Insérer la bandelette réactive dans le lecteur de glycémie (il s'allume automatiquement pour la plupart des lecteurs)

Vérifier la concordance entre la bandelette et ce qui est inscrit sur le lecteur .Si besoin, étalonner

Choisir l'emplacement de la piqûre : éviter le pouce et l'index pour préserver la pince

Masser le doigt pour faire affluer le sang

Piquer sur le coté des doigts : éviter la pulpe pour préserver un maximum la sensibilité

Changer d'emplacement à chaque piqûre

Presser le doigt pour obtenir une goutte de sang

Disposer le sang sur la bandelette réactive, essuyer le doigt avec le coton ou la compresse

Lecture du résultat après quelques secondes d'attente : dans les normes ou non

Noter le résultat obtenu dans le carnet de surveillance

Jeter la bandelette et l'aiguille de l'auto piqueur dans la boîte à aiguille

Penser à :

* étalonner l'appareil à chaque changement de boîte de bandelettes si besoin ainsi qu' à chaque changement de pile

* Vérifier la date et l'heure

* Nettoyer le lecteur avec un chiffon humide régulièrement

* adapter son comportement au résultat obtenu

* faire une glycémie dès qu'un doute survient face à un comportement inhabituel ou des signes d'hypoglycémie

Les glycémies se font en préprandial c'est-à-dire avant les repas mais peuvent aussi se faire en postprandial c'est-à-dire 2 heures après le début du repas



L'injection d'insuline

Elle se fait **toujours sur une peau propre et saine**

Préparer le matériel :

- Stylo à insuline
- Aiguille
- Antiseptique
- Coton ou compresse
- Boite à aiguille

Choisir le site d'injection

Désinfecter l'embout du stylo

Adapter l'aiguille (attention il existe différents diamètres d'aiguille)

Ôter le capuchon de l'aiguille, purger de 2 unités

Faire le pli cutané

Vous pouvez antiseptiser la zone où vous aller vous faire l'injection mais ce n'est pas une obligation si votre peau est propre et saine

Piquer, injecter doucement

Garder le doigt sur le piston tout en gardant le pli pendant environ 10 secondes pour permettre à la totalité de la dose de s'injecter

Dépiquer puis lâcher le pli

Désadapter l'aiguille du stylo et la jeter dans la boîte à aiguille

Ranger le matériel, noter l'injection sur le carnet de surveillance

NB : vérifier la date de péremption du stylo

Un stylo entamé se conserve à température ambiante 1 mois

Un stylo non entamé se conserve au réfrigérateur (dans le bac à légumes)

Il faut savoir que l'insuline se dégrade à la chaleur et à la congélation donc il est recommandé de la conserver entre 4°C et 25°C

Changer régulièrement de site d'injection

Dans le cas où plusieurs injections sont nécessaires dans la journée, conserver un schéma :

1horaire=1site

Attention : Chaque site d'injection a une vitesse d'absorption différente :

L'absorption est plus rapide dans l'abdomen que dans le bras et que dans la cuisse