

J'ADAPTE LA DOSE DE MON INSULINE BASALE

Avec la *(nom de votre insuline)*

Objectif le matin au réveil : maximum 1,2 g/L *(ou à préciser avec votre médecin)*

CHAQUE SEMAINE, je regarde les glycémies de la semaine écoulée

Je **compte** les glycémies du matin au réveil supérieures à



0, 1, 2 ou 3 glycémies supérieures à

.....

→ **Garder la même dose**

4, 5, 6 ou 7 glycémies supérieures à

.....

→ **J'augmente la dose de 2 unités**

JE N'ATTENDS PAS UNE SEMAINE pour changer ma dose quand...

... j'ai fait **une hypoglycémie la nuit** non expliquée (glycémie inférieure à 0.70 g/l)

... ma glycémie le matin au réveil est **inférieure à 0.80g/l**



Je diminue la dose de 2 unités chaque jour

jusqu'à ce que:

- je ne fasse plus d'hypoglycémie la nuit
- ma glycémie le matin soit supérieure à 0,80 g/l

Exemple de moments utiles de mesure de la glycémie

Traitement par 1 injection d'insuline basale, et des comprimés

DATE	LEVER	MILIEU MATINEE	MIDI	APRES MIDI	DINER	SOIREE	NUIT
LUNDI	*	*					
MARDI	*		*	*			
MERCREDI	*				*	*	
JEUDI	*	*					
VENDREDI	*		*	*			
SAMEDI	*				*	*	
DIMANCHE	*						

En pratique ! – Exercice 1

DATE	LEVER	MILIEU MATINEE	MIDI	APRES MIDI	DINER	SOIREE	COMMENTAIRE
LUNDI	1,15	*					
MARDI	1,38		*	*			
MERCREDI	1,09				*	*	
JEUDI	1,52	*					
VENDREDI	1,20		*	*			Jardinage 3h l'après-midi
SAMEDI	0,92				*	*	Diner au restau avec dessert samedi
DIMANCHE	2,10						

Lundi et jours suivants : Même dose que la semaine qui s'est finie ? ou + 2u ? ou – 2u

En pratique ! – Exercice 2

DATE	LEVER	MILIEU MATINEE	MIDI	APRES MIDI	DINER	SOIREE	COMMENTAIRE
LUNDI	1,19	*					
MARDI	1,41		*	*			
MERCREDI	1,72				*	*	
JEUDI	1,52	*					
VENDREDI	1,68		*	*			
SAMEDI	1,20				*	*	rien de spécial samedi
DIMANCHE	2,10						

Lundi et jours suivants : Même dose que la semaine qui s'est finie ? ou + 2u ? ou – 2u

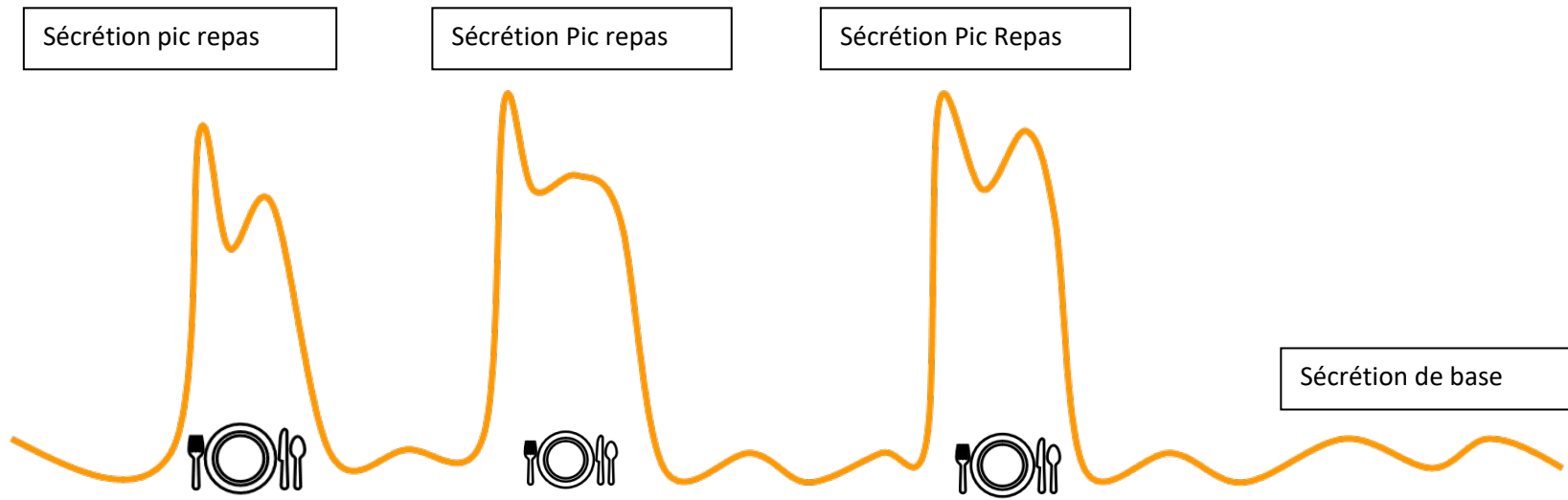
En pratique ! – Exercice 3

DATE	LEVER	MILIEU MATINEE	MIDI	APRES MIDI	DINER	SOIREE	COMMENTAIRE
LUNDI	1,15	*					
MARDI	1, 38		*	*			
MERCREDI	0,79				*	*	Rien de spécial, pas de médicament pris 2 fois la veille
JEUDI	1,08	*					
VENDREDI	0,71		*	*			
SAMEDI	1,20				*	*	Match de tennis à la télé samedi après-midi
DIMANCHE	1,40						

Lundi et jours suivants : Même dose que la semaine qui s'est finie ? ou + 2u ? ou – 2u

LA SECRETION D'INSULINE

Rappel de la séance Comprendre son diabète



Insuline sans diabète