

1

GLYCÉMIE CAPILLAIRE ANORMALEMENT ÉLEVÉE



NE PAS CONFONDRE

GLYCÉMIE
ANORMALEMENT ÉLEVÉE



DIABÈTE

Ce document vous aidera à bien distinguer ces deux notions.

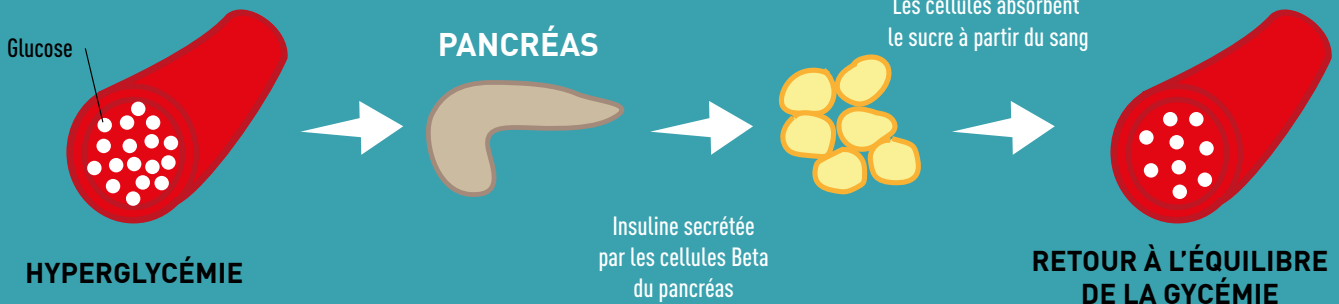
Une glycémie anormalement élevée,
ou « **hyperglycémie** »
se caractérise par un
taux de sucre élevé dans le sang
au moment où le test de glycémie
capillaire est réalisé.
Ce sucre porte le nom de **glucose**.



Cette augmentation est à mettre en parallèle avec le moment où le dernier repas/encas a été pris.

- Si repas pris il y a plus de 2h ou à jeun, Glycémie > 1,1g/l* → anormalement élevée
- Si repas pris il y a moins de 2h, Glycémie > 1,4g/l* → anormalement élevée

*Source: "Principes du dépistage du diabète du type 2" HAS, 2003



On peut classer en deux catégories les causes d'une glycémie anormalement élevée :

- Ponctuelle : collation, diminution de l'activité physique, déshydratation
- Pérenne : diabète (type I, type II ou gestationnel)

A long terme une glycémie anormalement élevée ponctuelle mais répétée peut donc entraîner un diabète.

Pour éviter cela il faut surveiller son hygiène de vie :



- Éviter les produits sucrés transformés : bonbons, sodas et les jus de fruit qui provoquent une élévation trop rapide de la glycémie.
- Favoriser les céréales et aliments complets, légumes, fruits qui ralentissent l'absorption des glucides mais aussi les produits laitiers et les poissons.
- Maintenir une activité physique régulière afin d'éviter un surpoids.

Vous venez de réaliser une glycémie capillaire. Si celle-ci s'est avérée anormalement élevée, il serait préférable d'en réaliser une autre lorsque vous serez à jeun. En fonction du résultat il faudra prendre rendez-vous avec votre médecin traitant.

NE PAS CONFONDRE

DIABÈTE



GLYCÉMIE
ANORMALEMENT ÉLEVÉE



Ce document vous aidera à bien distinguer ces deux notions.

2

DIABÈTE

Le diabète est une maladie définie par un **taux élevé de glucose dans le sang**



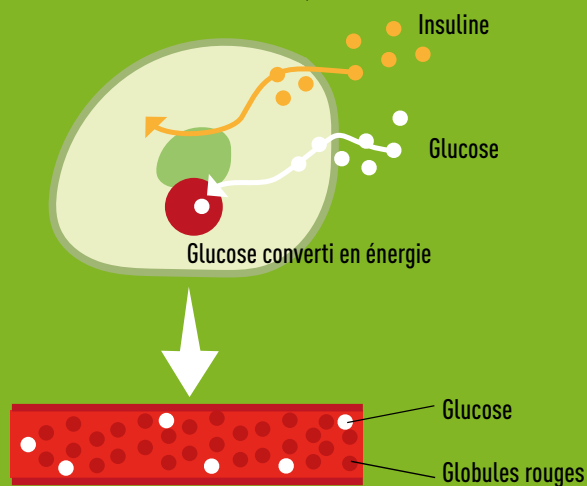
Cette maladie touche environ 3 millions de personnes en France, et on estime qu'environ 700 000 d'entre eux ignorent qu'ils sont malades.

L'insuline, produite par le pancréas, diminue le taux de glucose dans le sang en le faisant rentrer dans les cellules du corps. Le glucose une fois dans la cellule est converti en énergie.

Le diabète résulte donc d'une absence de réaction des cellules à l'insuline, c'est-à-dire qu'elles ne font plus rentrer de glucose pour le convertir en énergie.

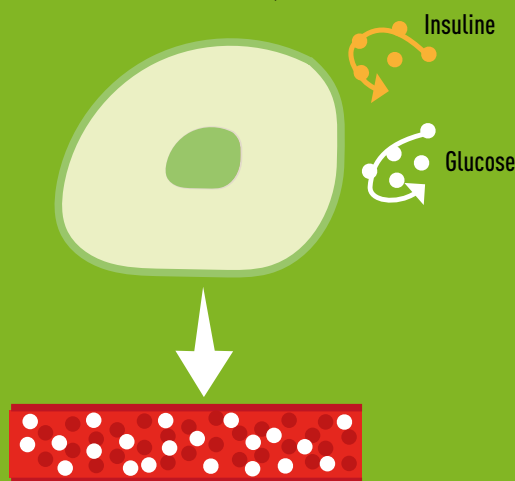
En cas de diabète : Le pancréas va augmenter sa production d'insuline, jusqu'à s'épuiser et devenir incapable d'en fabriquer.

CELLULE DE PERSONNE NON DIABÉTIQUE



VAISSEAU SANGUIN NORMAL

CELLULE DE PERSONNE DIABÉTIQUE



VAISSEAU SANGUIN DU DIABÉTIQUE

Pour bien traiter le diabète et éviter les complications, il faut consulter régulièrement son médecin, ne pas manger trop sucré et maintenir une activité physique.