

INFORMATION PATIENT · GÉNÉRAL

Taux de sucre trop bas (hypoglycémie)

EM Orbit

Vous êtes venu(e) aux urgences parce que votre taux de sucre dans le sang était trop bas. Il a été corrigé et se trouve maintenant à un niveau sans danger. Cette fiche explique pourquoi cela arrive, comment le traiter rapidement et comment éviter que cela se reproduise.

De quoi s'agit-il ?

Un taux de sucre trop bas arrive surtout chez les personnes qui prennent de l'insuline ou certains comprimés contre le diabète. Parmi les causes : un repas sauté ou retardé, le fait de manger moins que d'habitude, un effort physique supplémentaire, l'alcool, ou une dose trop forte de médicament contre le diabète. Les premiers signes sont les tremblements, la transpiration, la faim, un cœur qui bat vite et de l'anxiété. Plus tard, vous pouvez devenir confus(e), somnolent(e) ou vous comporter de façon étrange. Un taux de sucre très bas peut provoquer des convulsions ou une perte de connaissance.

Prendre soin de soi à la maison

- Si vous ressentez les signes d'un taux de sucre bas, mesurez votre glycémie si vous le pouvez, puis prenez tout de suite une boisson sucrée, un jus, des comprimés de glucose ou des bonbons.
- Mesurez à nouveau votre glycémie après 15 minutes. Si elle est encore basse, prenez encore du sucre.
- Quand vous vous sentez mieux, mangez une collation ou un repas contenant des féculents, comme du pain, du riz ou des biscuits.
- Mesurez votre glycémie plus souvent pendant les jours qui suivent, surtout avant de conduire et au coucher.
- Ne conduisez pas tant que votre taux de sucre n'est pas redevenu normal et que vous ne vous sentez pas tout à fait bien.
- Ayez toujours du sucre rapide sur vous, et expliquez à votre famille ou à vos amis comment vous aider.
- Ne buvez pas d'alcool l'estomac vide.

Médicaments

- Continuez à prendre vos médicaments contre le diabète comme prescrit, sauf si le médecin des urgences vous a dit de les changer.
- Ne changez pas vous-même votre insuline ou vos comprimés. Demandez à votre médecin ou à votre équipe de diabétologie si vous avez fait une hypoglycémie.

Suivi

- Consultez votre médecin de famille, votre centre de santé ou votre équipe de diabétologie dans un délai de 1 semaine pour revoir vos médicaments.
- Si votre hypoglycémie est survenue avec certains comprimés contre le diabète, vous devrez peut-être être surveillé(e) plus longtemps. Suivez ce que le médecin vous a dit aujourd'hui.

Revenez aux urgences ou appelez une ambulance immédiatement si :

- **Un taux de sucre bas qui ne s'améliore pas après avoir pris du sucre deux fois**
- **Vous êtes confus(e), très somnolent(e) ou difficile à réveiller**
- **Une crise convulsive ou une perte de connaissance — appelez une ambulance**
- **Vous ne pouvez ni manger ni boire, ou vous vomissez**
- **Un taux de sucre bas qui revient sans cesse au cours de la journée suivante**
- **Faiblesse nouvelle, difficulté à parler ou douleur à la poitrine**

Scannez pour lire cette fiche sur votre téléphone

Ce document est une information générale qui complète les conseils que votre médecin ou votre infirmier vous a donnés aujourd'hui. Il ne les remplace pas. En cas d'inquiétude, consultez un médecin. Traduit de l'original anglais ; la version anglaise fait foi.