



Les jours de maladie

Cette fiche informative présentée par **Diavie** vise à vous fournir les informations nécessaires afin de faire face aux différentes maladies et toute autre infection. Ces différentes conditions ont un impact direct sur vos glycémies.

1 ▸ Quelles sont ces maladies?

Le coronavirus (COVID-19) est entré dans nos vies, mais durant cette période de pandémie tout n'est pas dû au COVID-19. D'autres infections peuvent être présentes comme une gastro-entérite, une pneumonie bactérienne, une cellulite ou une infection urinaire. Ces maladies peuvent avoir un impact important sur le contrôle des glycémies.

2 ▸ Quels symptômes doivent m'alerter?

La présence de fièvre doit toujours être prise au sérieux et nécessite une communication avec votre équipe de soins. De plus, d'autres signes doivent être considérés comme :

- les nausées;
- la diarrhée;
- la déshydratation.
- les vomissements;
- la perte d'appétit;
- douleur abdominale;

Il est important de boire de l'eau pour vous hydrater. La déshydratation a un impact à la hausse sur vos glycémies.

3 ▸ Quand consulter mon équipe de soins?

Tous les signes et symptômes décrits nécessitent la communication avec votre équipe de soins et votre pharmacien. Il peut être nécessaire d'aller à l'hôpital si votre état se détériore.

4 ▸ Que dois-je faire avec les médicaments?

Les personnes diabétiques de type 2 prennent souvent plusieurs agents oraux pour traiter le diabète et l'hypertension artérielle. Si vous êtes incapable de boire ou de manger, il faut cesser certains médicaments temporairement. Il existe un acronyme SIDMAAI pour vous aider à identifier quels médicaments devraient être cessés. Votre pharmacien peut vous aider à faire une liste de ces médicaments. Si vous prenez une insuline basale (longue action), vous devez continuer de prendre cette insuline.

L'arrêt de certains médicaments que vous prenez pour normaliser vos glycémies durant les jours de maladie, peut entraîner des hyperglycémies importantes. Votre équipe de soins ou votre pharmacien peut vous aider dans ces situations. Il est possible que l'hyperglycémie nécessite un traitement temporaire à l'insuline. Avant de reprendre ces médicaments, vous pouvez attendre 48 heures ou suivre les recommandations de votre équipe de soins ou votre pharmacien.

SIDMAAI

S	Sulfonylurées	Glyburide, Diabeta ^{md} , Diamicon ^{md}
I	IECA	Consultez votre pharmacien
D	Diurétiques	Hydrochlorothiazide (Hydrodiuril ^{md})
M	Metformine	Novometformine, Glucophage ^{md}
A	ARA	Consultez votre pharmacien
A	Anti-inflammatoire non stéroïdien	Advil ^{md} ou l'équivalent générique
I	iSGLT2	Invokana ^{md} , Forxiga ^{md} , Jardiance ^{md}

5 ▶ Que dois-je faire avec mon traitement à l'insuline si je ne peux pas manger normalement?

Vous devez continuer votre insuline basale (insuline lente). Si vous êtes diabétique de type 1 ou type 2, il faut donner la pleine dose d'insuline basale. Plusieurs compagnies d'insuline produisent des insulines qui portent des noms commerciaux différents, les insulines basales sont: Humulin N, Novolin ge NPH, Toujeo^{md}, Levemir^{md}, Lantus^{md}, Basaglar^{md} ou Tresiba^{md}.

Si vous prenez de l'insuline très rapide, cette insuline est donnée en fonction des glucides ingérés, la dose prévue en fonction des repas ne sera pas donnée si vous ne mangez pas. Si vous êtes incertain de votre capacité de manger, il faudra donner votre insuline très rapide après le repas en fonction des glucides que vous avez ingérés (Par contre, attention de ne jamais donner l'insuline plus de 30 minutes après le repas). Les insulines très rapides sont Humalog^{md}, NovoRapide^{md}, Apidra^{md} et Fiasp^{md}.

6 ▶ Que dois-je faire si je suis en hyperglycémie?

Vous pouvez vous injecter des doses de correction selon le niveau d'hyperglycémie avec votre facteur de correction (FSI) si vous avez appris à le faire. Sinon, votre équipe peut vous donner un protocole en fonction des hyperglycémies.

7 ▶ Combien de contrôles de glycémie, est-ce que je dois faire durant les jours de maladie?

La surveillance des glycémies doit être plus intensive durant les jours de maladie au moins aux quatre heures ou plus selon le niveau d'hyperglycémie.

8 ▶ Quand dois-je contrôler la cétonémie?

Si vous avez une glycémie supérieure à 18 mmol/L, vous devriez être en mesure de contrôler la cétonémie. Certains lecteurs comme FreeStyle Libre permettent de vérifier la présence de cétone dans le sang avec une bandelette de cétonémie. Selon le résultat, la communication avec votre équipe peut être nécessaire et même urgente.

9 ▶ Pourquoi mes glycémies augmentent alors que je ne mange pas?

Toute maladie bénigne ou grave représente un stress pour l'organisme. En réaction à ce stress, le corps augmente la sécrétion de certaines hormones comme le cortisol et l'adrénaline. Ces hormones, aussi appelées les hormones de la fuite ou de la lutte, font augmenter le taux de glucose sanguin. Cette augmentation importante du glucose permet au corps de réagir face à un danger. L'insuline libérée en grande quantité permet au glucose de pénétrer les cellules et de fournir l'énergie nécessaire pour faire face au stress ou de fuir. Pour les personnes diabétiques, le manque ou l'absence d'insuline fait que le glucose ne peut traverser les cellules pour se transformer en énergie, ce qui entraîne une hyperglycémie.





10 ▶ Qu'est-ce que je dois faire si je fais une gastro-entérite?

Il faut maintenir l'hydratation, la glycémie près des valeurs cibles et les électrolytes. Vous pouvez contrôler vos glycémies aux heures. Vous devriez ingérer au moins une tasse (250 ml) de la préparation suivante : deux tasses d'eau (500 ml), deux tasses (500 ml) de jus d'orange sans ajout de sucre et une cuillère à thé de sel (5 ml).

11 ▶ De quelle façon dois-je reprendre l'alimentation?

Vous devez reprendre progressivement l'alimentation avec une diète légère qu'on dit faible en résidus comme une pomme crue râpée, une demi-banane mûre, des biscuits soda, des toasts melba, du riz ou des pâtes alimentaires.

À la reprise d'une alimentation plus normale, il est préférable d'éviter les aliments qui peuvent irriter l'estomac, les fritures, le chocolat, le café, le cola, l'alcool et les épices. Il est également souhaitable d'éviter les aliments qui causent de la flatulence comme le chou, l'ail et les légumineuses.

Taux de cétonémie	Urgence	Conseil
Plus de 3 mmol/L		Vous avez besoin d'un traitement d'urgence. Vous devez consulter immédiatement un professionnel.
1,5 à 3 mmol/L		Vous risquez l'acidocétose diabétique, demandez rapidement des conseils à votre équipe de soins en diabète.
0,6 à 1,5 mmol/L		Refaire une glycémie et un test de cétonémie dans les 2 à 4 heures.
Moins de 0,6 mmol/L		Aucune action requise. Continuez à suivre l'horaire de vos tests de glycémie.



Contenu scientifique réalisé par :

Hélène Gagné, infirmière clinicienne, technopédagogue
Conseillère pédagogique des activités de formation continue
accréditées par Diavie.

Révision : Priscilla St-Laurent, infirmière clinicienne. Juillet 2021.