Autocontrôle de la glycémie en cas de diabète gestationnel

Comment mesurer la glycémie ?

1. N'utilisez pas de désinfectant mais lavez-vous au préalable les mains à l'eau et au savon. Séchez-les soigneusement. Veillez à le faire également après avoir utilisé du gel pour les mains.

2. Préparation du matériel : appareil, bandelette, ouate, carnet journalier et auto-piqueur avec lancette (la lancette servant à la piqûre peut être utilisée 4 fois maximum).

3. Contrôlez la date de péremption des bandelettes. Prenez une bandelette et refermez toujours immédiatement le flacon qui les contient.

4. Insertion de la bandelette = activation de l'appareil.

5. Choisissez un doigt (alterner), préparez-le (en le frictionnant) avant de le piquer. Conseil : le côté du bout des doigts est l'endroit le moins sensible.

6. Laissez la bandelette aspirer suffisamment de sang.

7. Attendez le résultat et notez-le dans votre carnet journalier (sous forme de tableau).

8. Veillez à conserver les lancettes usagées dans un conteneur à aiguilles. Ainsi, personne ne se blessera.

À quelle fréquence la glycémie doit-elle être mesurée?
Lors de l'établissement du diagnostic, des mesures en 7 points sont prévues jusqu'à votre première consultation chez l'endocrinologue. Cela signifie que vous mesurez la glycémie avant chaque repas principal (petit-déjeuner, repas du midi, repas du soir), 1h après le début de chaque repas principal et avant de dormir.

azdelta

Cette brochure est revisée le 25/03/2026 0520 6089-FR

Apportez toujours les résultats de vos mesures de glycémie et l'appareil de mesure lors de vos consultations.
En fonction de ces résultats, on décidera de la fréquence à laquelle vous devrez mesurer pendant la période suivante.
Les évaluations intermédiaires des mesures de glycémie peuvent se faire **par e-mail**. Pour ce faire, envoyez une photo de votre carnet journalier en annexe à l'adresse e-mail du campus où votre diabète gestationnel est suivi (voir ci-dessous). Notez toujours votre nom, votre date de naissance, depuis combien de semaines vous êtes enceinte et comment le diabète gestationnel est traité (alimentation et exercice physique et éventuellement les doses d'insuline si elles vous sont prescrites).

Quel matériel pouvez-vous vous procurer et à quel endroit ?

Appareil de mesure, bandelettes, auto-piqueurs, lancettes, piles pour appareil, carnet journalier du diabète	Clinique du diabète
Conteneur à aiguilles	Aucune prescription nécessaire, à acheter soi-même • en pharmacie ou • dans une boutique de soins à domicile ou • via la boutique en ligne Diabetes Liga
Conteneur à aiguilles rempli	Déposer au parc à conteneurs (comme petits déchets dangereux)

Des questions ?

Si vous avez des questions à ce sujet, vous pouvez contacter l'infirmier en diabétologie:

Campus Rumbeke	**t** 051 23 74 30	**e** diabetes@azdelta.be
Campus Menin	**t** 056 52 20 14	**e** diabetes@azdelta.be
Campus Torhout	**t** 050 23 24 67	**e** diabetes.torhout@azdelta.be