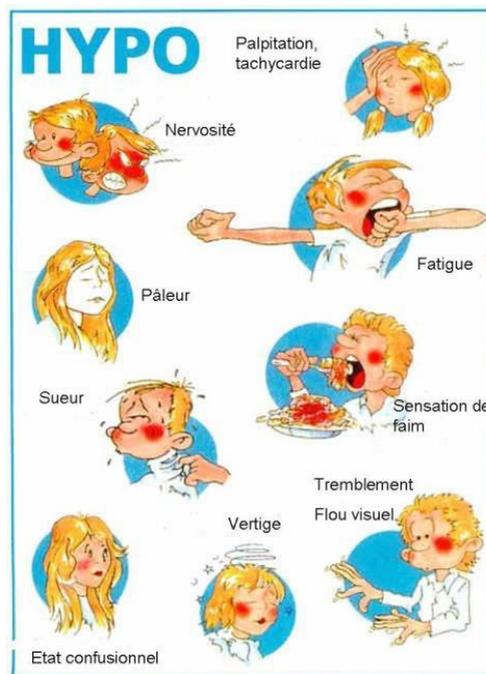


# Glycémie trop basse (hypoglycémie) en cas de diabète gestationnel

## Que faire si la glycémie est trop basse ?

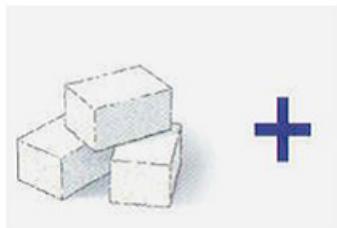
L'hypoglycémie signifie que le taux de sucre dans le sang est trop faible (inférieur à 65 mg/dl). **Cela peut se produire en cas de diabète gestationnel traité par des injections d'insuline.**

Les symptômes d'une hypoglycémie peuvent varier d'une personne à l'autre. Dans la plupart des cas, vous ressentirez toujours les mêmes symptômes. Il est important de reconnaître les signaux suivants ; ils ne se produisent pas tous en même temps :



Pour vous assurer que vous êtes effectivement en hypoglycémie, mieux vaut effectuer une mesure (supplémentaire) de la glycémie.

## Comment traiter une hypoglycémie ?



### Étape 1 : ingérez 10 à 15 grammes de sucres rapides

- = 3 morceaux de sucre ordinaire de 5 grammes ou
- = 5 doses de sucre de raisin de 3 grammes ou
- = 15 cl de cola = 1 mini canette (la canette de 33 cl est trop grande) ou
- = 1 sachet de gel Hypo-Fit gel 18 g (en cas de restriction hydrique)

### Étape 2 : Attendez 20 minutes

Laissez au sucre le temps nécessaire pour entrer dans la circulation sanguine.

Si cela ne va pas mieux après 20 minutes : renouvelez l'étape 1

Si cela va mieux après 20 minutes : passez à l'étape 3

### Étape 3 : nécessaire ? / pas nécessaire ?

Si le prochain repas est prévu dans l'heure, vous pouvez simplement attendre jusque-là

Si le prochain repas est prévu plus d'une heure plus tard, mieux vaut ingérer une dose de sucres lents, par exemple un fruit, un petit yaourt ou une barre de céréales pour éviter une nouvelle hypoglycémie.

Si cela se produit fréquemment, veuillez contacter :

	<b>infirmier en diabétologie</b>	<b>diététicien en diabétologie</b>
<b>Campus Rumbeke</b>	t 051 23 77 72	t 051 23 77 65
<b>Campus Menin</b>	t 056 52 20 14	t 056 52 21 92
<b>Campus Torhout</b>	t 050 23 24 67	t 050 23 27 39