

Dépistage

Soumis par Helene Michaud

Différentes méthodes : Les outils de dépistage Si vous faites de l'hypoglycémie, vous pouvez avoir accès à 4 principaux outils d'utilité complémentaire : Les questionnaires de dépistage : Pour adultes et pour adolescents/enfants.

Les appareils de mesure appelés glucomètres

Les tests sanguins sur papier buvard ou glucoval

Le test d'hyperglycémie de 5 heures est maintenant délaissé par les médecins, car il peut provoquer de nombreux effets secondaires; il exige un plus grand déboursé de la part de l'État, le test de 2 heures servant à dépister le diabète est souvent prescrit, mais il ne détecte pas l'hypoglycémie qui survient 3 ou 4 heures après un repas.

LES GLUCOMÈTRES Ces petits appareils appelés « glucomètres » mesurent le taux de sucre (glucose) dans le sang. Plusieurs personnes, pressentant l'hypoglycémie, empruntent ce lecteur de glycémie à un parent ou un ami diabétique et vérifient si le taux de glucose atteint un bas niveau au moment où leurs malaises se présentent. Elles peuvent ensuite convaincre leur médecin qu'il y a un problème. Prenez note que certains glucomètres auraient de la difficulté à offrir avec exactitude les mesures de glycémie basse, capitales pour identifier l'hypoglycémie. Pour les lectures de votre glycémie avec un glucomètre, nous vous suggérons de faire un test à jeun et un autre test 3 heures après chaque repas (juste avant votre collation). Une alternative est le test maison qui suit, même si les résultats ne sont pas aussi précis que le test d'hyperglycémie 5 heures : 7 heures a.m. : Prise de sang à jeun

Petit déjeuner très glucidique (Ex : Jus, pain avec miel ou confiture, café sucré…)

7 heures 30 : Prise de sang

8 heures : Prise de sang

8 heures 30 : Prise de sang

9 heures : Prise de sang

9 heures 30 : Prise de sang

10 heures : Prise de sang

10 heures 30 : Prise de sang

11 heures : Prise de sang

11 heures 30 : Prise de sang

12 heures : Prise de sang

Ne pas manger pendant 5 heures;

Noter vos symptômes et à quelle heure ils surviennent;

Si un malaise survient pendant le test, en dehors des prises de sang, effectuer un prélèvement supplémentaire.

Le test sur papier buvard : glucoval Source : Vaincre l'hypoglycémie, Édition de l'homme, 2003 pages 62-63

Avantages : Il n'est pas nécessaire d'être à jeun plusieurs heures pour effectuer ce test, puisque le prélèvement se fait dès que l'on ressent un malaise entre les repas. Il n'y a aucune solution de glucose à absorber et vous évitez tous les effets secondaires causés par l'hyperglycémie provoquée. Les personnes affaiblies et celles qui sont hypersensibles aux sucres concentrés et à l'alcool doivent donc préférer le test sur papier buvard; Vous ne perdez aucune journée de travail.

Inconvénients : Ces prélèvements de sang doivent être faits par la personne elle-même, à moins de vivre avec une infirmière! Plusieurs personnes n'aiment pas s'infliger une piqûre, surtout si elles vivent un symptôme d'hypoglycémie comme de la faiblesse, des tremblements, une grande nervosité ou de la transpiration abondante. Comme les prélèvements sont faits lorsque des malaises sont ressentis et ce, sur une période de trois semaines, on ne peut obtenir un graphique des réactions vécues pendant cinq heures (périodes de confort et d'inconfort) ni connaître la courbe glycémique. Le test pourrait être mieux documenté en le faisant de la façon suivante : Prise de sang à jeun, petit déjeuner habituel, prise de sang après 30 minutes, puis à la 1re, 2e, 3e, 4e et 5e heure, une autre prise de sang pourrait être ajoutée s'il y a malaise entre ces prélèvements. De plus, quatre autres prélèvements pourraient être faits au besoin durant cette période de trois semaines. Un dernier inconvénient : Ce test est gratuit seulement s'il est prescrit par un endocrinologue; le patient qui, à la suggestion de son médecin généraliste, utilise les services d'un laboratoire privé, devra lui-même en défrayer le coût.

IMPORTANT : N.B. Ne pas accepter une simple prise de sang à jeun, ni un test de 2 ou 3 heures qui ne dépiste que le diabète.

Ne pas se diagnostiquer soi-même. N'oubliez pas que le corps est un excellent « glucomètre » : Il envoie des messages qu'on apprend à reconnaître. Source : Vaincre l'hypoglycémie, Édition de l'homme, 2003