

 **J'ADAPTE LA DOSE DE MON INSULINE BASALE**

Avec la (nom de votre insuline)
Objectif le matin au réveil : maximum 1,2 g/L (ou à préciser avec votre médecin)

CHAQUE SEMAINE, je regarde les glycémies de la semaine écoulée Je compte les glycémies du matin au réveil supérieures à  0, 1, 2 ou 3 glycémies supérieures à → Garder la même dose 4, 5, 6 ou 7 glycémies supérieures à → J'augmente la dose de 2 unités	JE N'ATTENDS PAS UNE SEMAINE pour changer ma dose quand... ... j'ai fait une hypoglycémie la nuit non expliquée (glycémie inférieure à 0,60 g/l) ... ma glycémie le matin au réveil est inférieure à 0,80 g/l  Je diminue la dose de 2 unités chaque jour jusqu'à ce que : - je ne fasse plus d'hypoglycémie la nuit - ma glycémie le matin soit supérieure à 0,80 g/l
--	--

Nom de l'outil : J'ADAPTE LA DOSE DE MON INSULINE BASALE

Auteur : DIABETE OCCITANIE

Description : Cet outil simple à utiliser permet aux patients de s'approprier leur traitement par insuline basale et de se sentir en confiance pour oser cette prise de décision.

Thématique : Insuline basale

Objectif : Être acteur dans l'adaptation en autonomie de sa dose d'insuline basale.

Public : Personnes diabétiques qui ont une insuline basale et pour la basale si ils ont des multi-injections.

Animateur : Infirmier.e

Utilisation : L'outil est utilisé lors d'une consultation ou d'une séance d'éducation individuelle (en primo prescription et/ou au cours du suivi) ou en collectif. La personne reçoit son outil, elle l'emportera comme support à domicile. On y personnalise le nom de insuline et l'objectif à jeun. L'animateur demande de décrire l'outil et ce qui en est compris et au mieux propose 1 à 3 exercices de simulation. Il complète les explications.

Plus d'informations : lemozy.s@diabeteoccitanie.org

J'ADAPTE LA DOSE DE MON INSULINE BASALE

Avec la *(nom de votre insuline)*

Objectif le matin au réveil : maximum 1,2 g/L *(ou à préciser avec votre médecin)*

CHAQUE SEMAINE, je regarde les glycémies de la semaine écoulée

Je **compte** les glycémies du matin
au réveil supérieures à



**0, 1, 2 ou 3 glycémies supérieures
à**

→ Garder la même dose

**4, 5, 6 ou 7 glycémies supérieures
à**

→ J'augmente la dose de 2 unités

**JE N'ATTENDS PAS UNE SEMAINE pour
changer ma dose quand...**

... j'ai fait **une hypoglycémie la nuit** non
expliquée (glycémie inférieure à 0.60 g/l)

... ma glycémie le matin au réveil est
inférieure à 0.80g/l



**Je diminue la dose de 2 unités chaque jour
jusqu'à ce que:**

- je ne fasse plus d'hypoglycémie la nuit**
- ma glycémie le matin soit supérieure à
0,80 g/l**