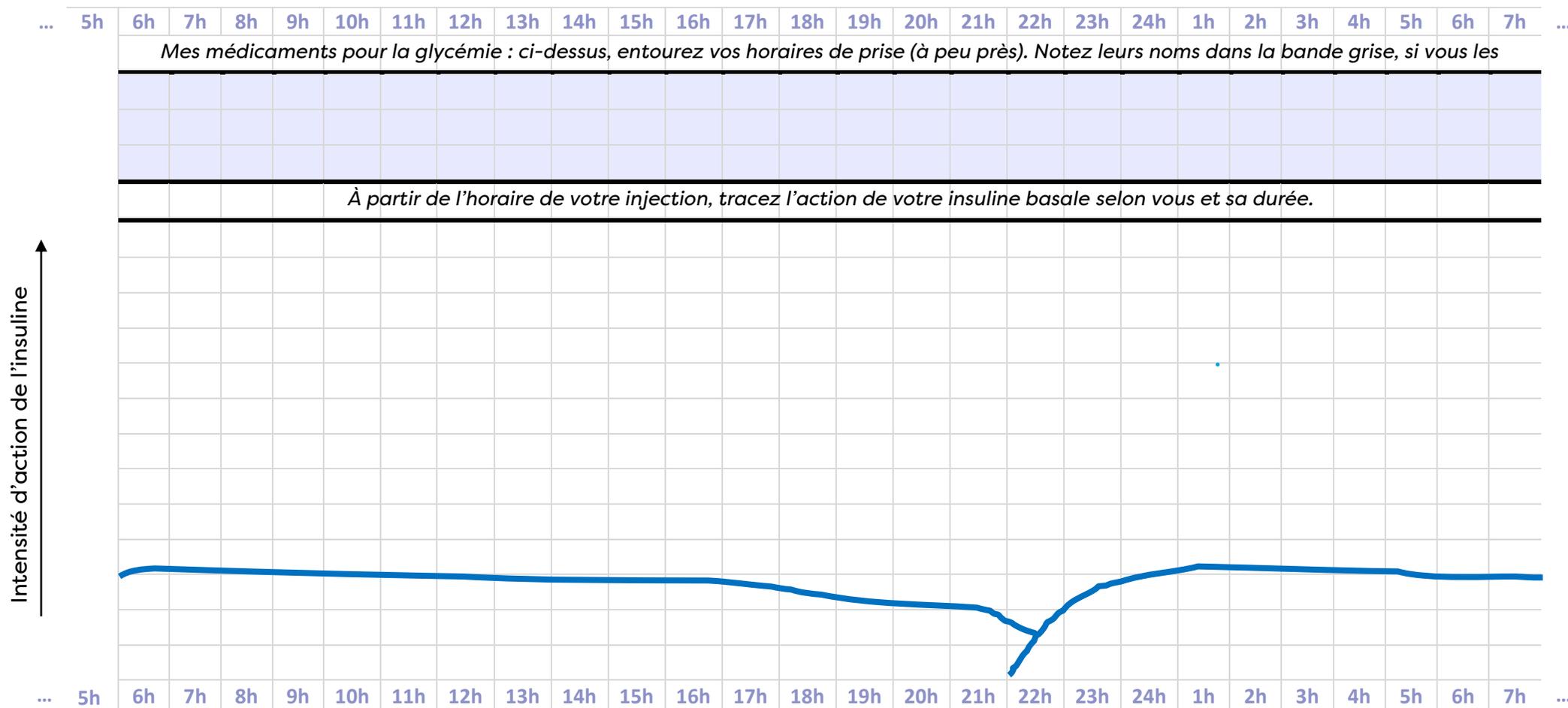




# MON INSULINE BASALE



## Une journée heure par heure



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

# EXEMPLE DE MOMENTS UTILES DE MESURE DE LA GLYCÉMIE

## Traitement par une injection d'insuline basale et des comprimés

DATE	LEVER	MILIEU DE MATINÉE	MIDI	APRÈS-MIDI	DINER	SOIRÉE	NUIT
LUNDI	*	*					
MARDI	*		*	*			
MERCREDI	*				*	*	
JEUDI	*	*					
VENDREDI	*		*	*			
SAMEDI	*				*	*	
DIMANCHE	*						

DATE	LEVER	MILIEU DE MATINÉE	MIDI	APRÈS-MIDI	DINER	SOIRÉE	NUIT	Commentaires
LUNDI	1,15	*						
MARDI	1,38		*	*				
MERCREDI	1,09				*	*		
JEUDI	1,52	*						
VENDREDI	1,20		*	*				3h de jardinage l'après-midi
SAMEDI	0,92				*	*		Diner au restaurant avec dessert
DIMANCHE	2,10							

**Lundi et jours suivants : Même dose que la semaine qui s'est finie ? ou + 2u ? ou - 2u ?**

# EN PRATIQUE

## Exercice 2

DATE	LEVER	MILIEU DE MATINÉE	MIDI	APRÈS-MIDI	DINER	SOIRÉE	NUIT	Commentaires
LUNDI	1,19	*						
MARDI	1,41		*	*				
MERCREDI	1,72				*	*		
JEUDI	1,52	*						
VENDREDI	1,68		*	*				
SAMEDI	1,20				*	*		Rien de spécial le samedi
DIMANCHE	2,10							

**Lundi et jours suivants : Même dose que la semaine qui s'est finie ? ou + 2u ? ou - 2u ?**

DATE	LEVER	MILIEU DE MATINÉE	MIDI	APRÈS-MIDI	DINER	SOIRÉE	NUIT	Commentaires
LUNDI	1,15	*						
MARDI	1,38		*	*				
MERCREDI	0,79				*	*		Rien de spécial, pas de médicament pris 2 fois la veille
JEUDI	1,08	*						
VENDREDI	0,71		*	*				
SAMEDI	1,20				*	*		Match de tennis à la télé l'après-midi
DIMANCHE	1,40							

**Lundi et jours suivants : Même dose que la semaine qui s'est finie ? ou + 2u ? ou - 2u ?**

# LA SÉCRÉTION D'INSULINE

## Rappel de la séance « Comprendre son diabète »

