

Informations sur le suivi glycémique (lecteur de glycémie) en cas de vague de chaleur

1. Que risquez-vous quand il fait chaud si vous êtes diabétique ?
 2. Que se passe-t-il dans le corps quand il fait chaud si vous êtes diabétique ?
 3. Pourquoi l'utilisation d'un lecteur de glycémie peut-elle présenter un risque en cas de vague de chaleur ?
 4. Que faut-il faire pour se préparer à de fortes chaleurs ou en cas de canicule si vous est diabétique ?
 5. Que faut-il faire en cas de fortes chaleurs ou à l'annonce de canicule ?
 6. Comment conserver votre lecteur, vos bandelettes (ou électrodes) et solutions de contrôle en cas de canicule ?
 6. Comment utiliser votre lecteur de glycémie en cas de canicule ?
 7. Comment transporter votre lecteur, vos bandelettes (ou électrodes) et solutions de contrôle en cas de canicule ?
-

1. Que risquez- vous quand il fait chaud si vous êtes diabétique ?

L'exposition à de fortes chaleurs constitue une agression pour l'organisme. Parmi les complications les plus graves, vous risquez une déshydratation, un coup de chaleur ou le déséquilibre d'une maladie, comme le diabète.

2. Que se passe-t-il dans le corps quand il fait chaud si vous êtes diabétique ?

Lorsqu'il fait chaud, le corps met tout en œuvre pour s'adapter, c'est à dire diminuer la température corporelle. Il se refroidit essentiellement par l'évaporation de la transpiration.

Lorsque l'humidité extérieure est élevée ou en l'absence de vent, la transpiration ne s'évapore pas assez vite, ce qui gêne le refroidissement.

Quand la température corporelle est trop élevée, cela peut endommager le cerveau et les organes vitaux.

En revanche, quand le corps transpire beaucoup, cela peut entraîner des pertes importantes d'eau et de sel et une déshydratation, si ces pertes d'eau ne sont pas remplacées par une hydratation (prise de boisson) suffisante. Cette déshydratation, si elle n'est pas corrigée, risque d'accentuer un déséquilibre glycémique déjà existant et de favoriser un coma diabétique en particulier chez des personnes fragiles comme les personnes âgées et les enfants.

3. Pourquoi l'utilisation d'un lecteur de glycémie peut-elle présenter un risque en cas de vague de chaleur ?

Les lecteurs de glycémie, les bandelettes (ou électrodes) et les solutions de contrôle doivent être conservés et utilisés dans des conditions de température définies. Si ces températures ne sont pas respectées, le matériel peut être défaillant et vous pouvez ainsi obtenir des résultats faussés (ou pas de résultat affiché par l'appareil).

Par ailleurs, en cas de déshydratation, il est difficile d'obtenir une goutte de sang. Pour cette raison, les résultats peuvent être faussés.

En cas de doute sur l'équilibre de votre diabète, vous devez demander conseil à un professionnel de santé (cabinet médical, pharmacie, laboratoire de biologie médicale).

4. Que faut-il faire pour se préparer à de fortes chaleurs ou en cas de canicule si vous est diabétique ?

Vous devez lire attentivement le manuel d'utilisation de votre lecteur de glycémie, la notice des bandelettes (ou électrodes) et de la solution de contrôle que vous utilisez. Cela vous permettra de connaître les températures de stockage et les conditions de bon fonctionnement de ces produits.

Le manuel d'utilisation du lecteur vous a été remis lors de l'achat du lecteur. Il y a une notice d'utilisation dans chaque boîte de bandelettes (ou électrodes) et dans chaque boîte de solution de contrôle.

Vous devez demander conseil à votre médecin ou pharmacien en cas d'interrogation, en particulier si vous ne comprenez pas bien la notice ou le manuel d'utilisation.

Vous pouvez aussi contacter le fabricant de votre lecteur de glycémie dont le numéro de téléphone figure sur la notice des bandelettes et/ou sur le manuel d'utilisation du lecteur.

Vous pouvez également le contacter si vous avez perdu votre manuel d'utilisation.

Vous pouvez identifier par avance des lieux propices au stockage ou à la réalisation des dosages dans lesquels la température ne sera pas trop élevée.

5. Que faut-il faire en cas de fortes chaleurs ou à l'annonce de canicule ?

Vous devez avoir à l'esprit que votre matériel peut être défaillant et ne plus présenter les conditions d'une bonne utilisation.

Toute analyse donnant un résultat qui entraînerait une modification thérapeutique inhabituelle doit être contrôlée dans des conditions optimales ou auprès d'un laboratoire d'analyses de biologie médicale. Il en est de même pour tout résultat normal alors que vous ressentez des symptômes inhabituels.

En cas de doute sur l'équilibre de votre diabète, vous devez demander conseil à un professionnel de santé (cabinet de médecine, pharmacie, laboratoire de biologie médicale).

Vous pouvez aussi contacter le fabricant de votre lecteur de glycémie dont le numéro de téléphone figure sur la notice des bandelettes et /ou sur le manuel d'utilisation du lecteur.

6. Comment conserver votre lecteur, vos bandelettes (ou électrodes) et solutions de contrôle en cas de canicule ?

Vous ne devez pas exposer votre matériel ni au soleil, ni à des températures élevées, ni à de fortes variations de température ni à une atmosphère trop humide.

Les bandelettes (ou électrodes) et solutions de contrôle doivent être conservées dans un endroit frais et sec dans l'intervalle de température indiqué sur l'emballage et dans la notice d'utilisation. Par exemple, il peut être mentionné de ne pas conserver les bandelettes (ou électrodes) dans un réfrigérateur. En effet, dans ce

cas, au moment de l'utilisation, le brusque changement de température provoque une condensation incompatible avec une bonne utilisation des bandelettes (ou électrodes).

Les bandelettes (ou électrodes) et les solutions de contrôle ne doivent pas être congelées.

Pour disposer d'informations techniques complémentaires, le fabricant peut être contacté.

En cas de température supérieure à la température maximale préconisée pendant plusieurs jours, tout résultat qui entraînerait une modification thérapeutique inhabituelle doit faire l'objet d'un appel à un professionnel de santé (cabinet médical, pharmacie, laboratoire de biologie médicale).

7. Comment utiliser votre lecteur de glycémie en cas de canicule ?

Température de fonctionnement

Pour chaque lecteur de glycémie, les manuels d'utilisation indiquent l'intervalle de température permettant le bon fonctionnement de l'appareil. Ces intervalles de température doivent être respectés.

Conformément à leur manuel d'utilisation, lors de l'affichage du résultat, certains lecteurs indiquent un message d'erreur si le lecteur se situe en dehors des intervalles de température spécifiés. Le résultat affiché n'est alors pas fiable. Dans d'autres cas, il peut arriver qu'aucun résultat ne soit affiché. Enfin, certains lecteurs n'ont pas d'alarme de température. Dans ce cas, le respect des intervalles de température par l'utilisateur doit être rigoureux. Consultez votre manuel d'utilisation pour connaître les caractéristiques de votre lecteur.

Par ailleurs, si le matériel (lecteur, bandelettes et solutions de contrôle) est soumis à un changement brusque de température, il est impératif de le laisser s'équilibrer à la température ambiante avant de procéder à une mesure glycémique.

Le fabricant peut être contacté pour avoir des informations techniques complémentaires.

Si les intervalles de température indiqués ne peuvent pas être respectés, tout résultat qui entraînerait une modification thérapeutique inhabituelle doit faire l'objet d'un appel à un professionnel de santé (cabinet de médical, pharmacie, laboratoire de biologie médicale).

Déshydratation

En cas de déshydratation, il est difficile d'obtenir une goutte de sang. Pour cette raison, les résultats peuvent être faussés.

En cas de doute sur l'équilibre de votre diabète, vous devez demander conseil à un professionnel de santé (cabinet médical, pharmacie, laboratoire de biologie médicale).

8. Comment transporter votre lecteur, vos bandelettes (ou électrodes) et solutions de contrôle en cas de canicule ?

Les bandelettes et les solutions de contrôle doivent être transportées dans leur emballage d'origine. Ces bandelettes et ces solutions de contrôle (dans une moindre mesure les lecteurs de glycémie) peuvent être très altérées si elles sont conservées plusieurs heures à une température supérieure à celle préconisée. L'ensemble du matériel ne doit pas être exposé au soleil, ni à des températures élevées (telles que fréquemment relevées dans les coffres ou les habitacles de voitures exposées en plein soleil), ni aux fortes variations de températures, ni à une atmosphère trop humide.

Pour cela, il est conseillé de transporter les bandelettes et solutions de contrôle en plus de leur emballage d'origine, dans des pochettes isothermes mais en l'absence totale de glace.