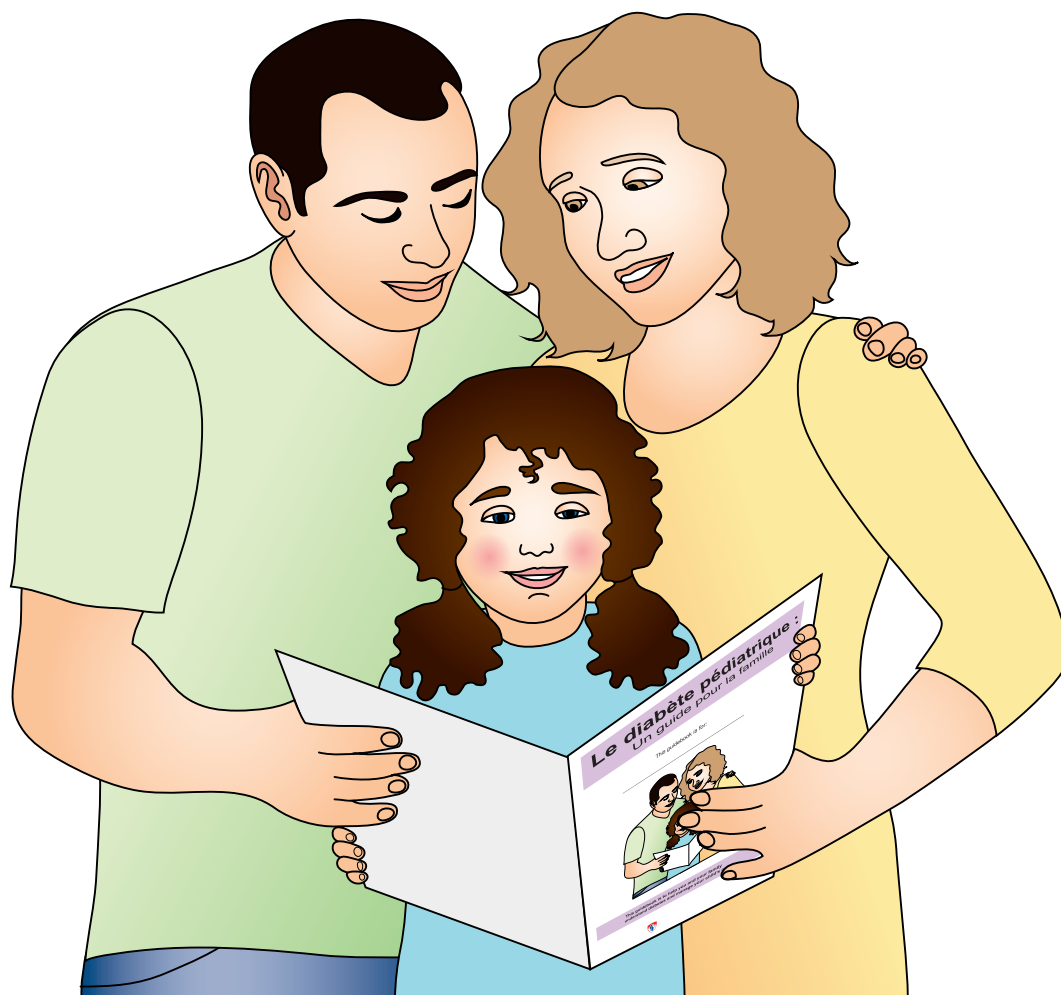


# Le diabète pédiatrique : Un guide pour la famille

Ce guide est pour :

---



**Le but de ce guide est de vous aider, vous et votre famille, à mieux comprendre le diabète et à gérer les soins de votre enfant.**

*Lilly*

Hôpital de Montréal  
pour enfants  
Centre universitaire  
de santé McGill



Montreal Children's  
Hospital  
McGill University  
Health Centre

  
novo nordisk®



# Le diabète pédiatrique : Un guide pour la famille

Ce guide sur le diabète pédiatrique a été conçu par les personnes suivantes :  
**Nancy Dumouchel BSC.inf, CDE,**  
**Sandra Kambites BSC.N,**  
**Meranda Nakhla MD MSc FRC**

Nous remercions l'Office d'éducation des patients du CUSM de l'aide fournie tout au long de l'élaboration de ce guide, pour la rédaction, le design et la mise en page ainsi que pour la conception de toutes les illustrations.

Ce livret destiné aux patients a été rendu possible grâce à une bourse éducative sans restriction de Lilly et de Novo Nordisk.

© Copyright le 25 juillet 2019, janvier 2015, Centre universitaire de santé McGill.  
2ième édition. La reproduction partielle ou totale sans autorisation écrite de [patienteducation@muhc.mcgill.ca](mailto:patienteducation@muhc.mcgill.ca) est strictement interdite.



## IMPORTANT : VEUILLEZ LIRE

Ce livret a été conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas l'avis médical ou les conseils donnés par un professionnel de la santé et ne se substitue pas à des soins médicaux. Contactez un professionnel de la santé qualifié si vous avez des questions concernant vos soins de santé.

Centre universitaire  
de santé McGill



McGill University  
Health Centre

**Office d'éducation des patients**  
**Patient Education Office**



Le matériel est aussi disponible sur le site de  
l'Office d'éducation des patients du CUSM  
([www.educationdespatientscusm.ca](http://www.educationdespatientscusm.ca))

# Table des matières

## Chers parents

Un message de votre équipe spécialisée en diabète	6
Comment utiliser ce guide ?	6
Qui fait partie de l'équipe de diabète pédiatrique ?	7
Quand et qui appeler ?	8

## Rencontre avec l'infirmière spécialisée en diabète :

<b>Le diabète</b>	Introduction	10
	Qu'est-ce que le diabète ?	10
	Trouver la bonne information santé pour votre enfant	11
	Deux types de diabète : le diabète de type 1	12
	Deux types de diabète : le diabète de type 2	12
<b>Comprendre les résultats de la glycémie</b>	Qu'est-ce que le sucre dans le sang ?	14
	Comment interpréter les résultats de sucre sanguin ?	15
	Quels sont les signes de la glycémie élevée (hyperglycémie) ?	17
	Que dois-je faire en cas de glycémie élevée (plus de 17,0 mmol/L) ?	18
	Quels sont les signes de la glycémie basse ?	19
	Que dois-je faire en cas de glycémie basse ?	20
	Comment utiliser mon carnet de glycémies ?	21
<b>Mesurer votre niveau de glycémie</b>	Qu'est-ce qu'un lecteur de glycémie ?	22
	Comment faire un test de glycémie ?	23
	Comment remplacer l'aiguille (la lancette) de l'autopiqueur ?	24
	Quand est-ce que je dois faire un test de glycémie ?	25
<b>L'insuline</b>	Qu'est-ce que l'insuline ?	26
	Quel est mon dosage d'insuline ?	27
	Dans quelle partie de mon corps dois-je faire les injections ?	33
	Changez régulièrement l'endroit de l'injection	33
	Qu'est-ce qu'un stylo à insuline ?	34
	Comment préparer les injections d'insuline avec un stylo ?	35
	Comment m'injecter l'insuline avec un stylo à insuline ?	36
<b>Garder une routine au quotidien</b>	Comment intégrer le diabète dans ma routine quotidienne	37
	Conseils pour l'alimentation	41
	La prescription pour le diabète pédiatrique	43



## Le protocole pour l'école

Ce qu'il faut dire et apporter à l'école ou à la garderie	45
Le protocole pour l'hypoglycémie (niveau de sucre sanguin bas)	47
Comment traiter l'hypoglycémie chez l'enfant conscient ?	48
Comment traiter l'hypoglycémie chez un enfant inconscient ?	49

## Annexes

Où nous trouver	51
Comment faire une injection d'insuline avec une seringue ?	52
Comment faire le test des cétones ?	53
Aidez-nous à aider les autres	54
Accéder ce guide en ligne/ Access this guide online	55

# Chers parents,

## Un message de votre équipe spécialisée en diabète

Votre enfant a été diagnostiqué avec le diabète. Il s'agit d'un moment éprouvant pour la plupart des familles. Vous pourriez être submergés de questions, d'informations et d'émotions après ce diagnostic. Vous n'êtes pas seuls. D'autres parents vivent la même expérience que vous et l'équipe de santé est là pour vous soutenir.

En tenant compte de notre expérience et de ce que les parents nous ont dit, nous avons conçu ce guide pour qu'il soit utile, pratique et facile à lire. Nous espérons qu'il vous aidera à comprendre le diabète et vous apprendra à vivre avec le diabète au quotidien. Ce guide servira de référence lorsque vous aurez besoin de rechercher des informations au cours de vos réunions à l'hôpital avec l'équipe spécialisée en diabète. Vous pouvez également le consulter plus tard à la maison.

Nous espérons que cette initiative vous aidera pendant cette période difficile et vous permettra de mieux vous adapter, vous et votre famille, à la vie avec le diabète.

*L'équipe de diabète pédiatrique*

## Comment utiliser ce guide ?

Au cours des mois à venir, vous allez rencontrer plusieurs professionnels de la santé qui vous donneront beaucoup d'informations. Apportez ce guide à tous vos rendez-vous. Il vous aidera à mieux comprendre et gérer toute cette nouvelle information.

Ce guide est divisé en plusieurs sections, basé sur les différentes rencontres que vous aurez à la Clinique du diabète de l'Hôpital de Montréal pour enfants avec les différents membres de votre équipe de traitement.

Les enfants diabétiques peuvent mener une vie heureuse et épanouie. Nous vous encourageons à lire ce guide et à en discuter avec le médecin, les infirmières ou les autres membres de votre équipe de traitement. Posez-nous vos questions. Nous sommes là pour vous aider !



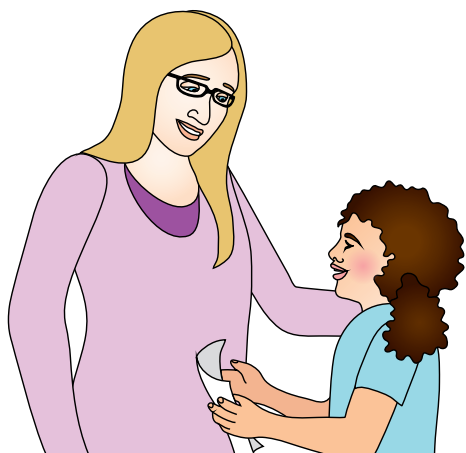
## Qui fait partie de l'équipe de diabète pédiatrique ?

La Clinique de diabète de l'Hôpital de Montréal pour enfants s'occupe de 600 enfants environ. Leur âge varie, le plus jeune à 1 an, le plus âgé à 18 ans. Chaque semaine, 1 nouvel enfant reçoit un diagnostic de diabète de type 1.

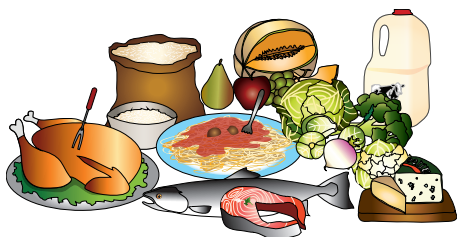
**Votre équipe spécialisée en diabète comprend :**



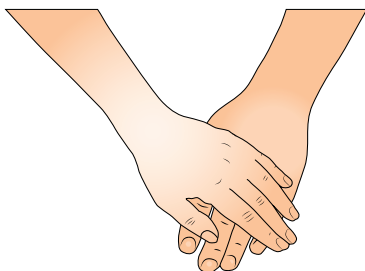
**L'endocrinologue :** c'est un médecin spécialisé dans les maladies des glandes, comme le pancréas qui est touché par le diabète. Quand vous viendrez à l'hôpital, vous rencontrerez beaucoup de médecins. Tous ces médecins sont là pour vous aider, vous et votre enfant. En plus de vos rendez-vous réguliers avec l'endocrinologue, nous vous conseillons vivement de continuer à aller chez votre pédiatre ou votre médecin de famille avec votre enfant. Vous aurez toujours besoin de soins médicaux courants, en plus des soins spécialisés de votre endocrinologue.



**L'infirmière clinicienne spécialisée en diabète :** c'est la personne ressource qu'il faut contacter pour poser vos questions sur la santé de votre enfant. Elle vous rencontrera et vous parlera fréquemment après le diagnostic initial. Ensuite, elle vous rencontrera chaque année pour vous donner des informations qui vous seront très utiles. Tout comme les autres membres de l'équipe de traitement, elle vous aidera à mieux comprendre la maladie de votre enfant. Elle vous aidera, vous et votre enfant, à gérer les problèmes quotidiens liés à la vie avec le diabète (par exemple : prendre de l'insuline, la collaboration avec votre école ou à la garderie).



**La nutritionniste :** c'est la personne ressource qu'il faut contacter pour poser les questions sur les habitudes alimentaires de votre enfant, sur les choix alimentaires, les glucides et la planification des repas. Elle vous rencontrera immédiatement après le diagnostic de votre enfant et ensuite une fois par an pour vous offrir des informations importantes pour votre enfant.



**Les travailleurs sociaux :** ils aident les enfants/ les adolescents et leurs familles pour les questions psychosociales telles que : les problèmes scolaires, les moments de crise, l'adaptation de la gestion des soins du diabète, les problèmes relationnels et les difficultés financières. Ils vous offrent des conseils réconfortants et vous peuvent vous mettre en contact avec les services et les ressources communautaires.

## Quand et qui appeler ?

**Appelez l'infirmière spécialisée en diabète pour les questions ou les préoccupations concernant :**

- les changements dans les dosages d'insuline
- les problèmes liés au diabète à la maison, à l'école ou à la garderie
- le dosage de l'insuline pour les sports, les événements spéciaux ou les journées de maladie (fièvre, infection, vomissement et diarrhée)
- les erreurs de dosage d'insuline ou les oublis

L'infirmière spécialisée en diabète est disponible la semaine du lundi au vendredi de 8 heures à 16 heures.

Téléphone : 514-412-4400, poste 22860

Télécopieur : 514-412-4264

Courriel : nancy.dumouchel@muhc.mcgill.ca  
sandra.kambites@muhc.mcgill.ca  
catherine.st-gelais@muhc.mcgill.ca  
\_\_\_\_\_@muhc.mcgill.ca

**Appelez la nutritionniste pour les questions ou les préoccupations concernant :**

- les changements de l'appétit
- l'aide pour les plans alimentaires et les choix alimentaires
- le calcul des glucides

Le nutritionniste est disponible la semaine du lundi au vendredi de 8 heures à 16 heures.

Téléphone : 514-412-4400, poste 22348 (Lisa) ou 62380 (Maude)

Télécopieur : 514-412-4264

Courriel : lisa.piperno@muhc.mcgill.ca  
maude.lafontainehebert@muhc.mcgill.ca  
\_\_\_\_\_@muhc.mcgill.ca

**Appelez le travailleur social pour les questions ou les préoccupations concernant :**

- Les problèmes psychosociaux du bien-être de votre enfant

Le travailleur social est disponible la semaine du lundi au jeudi de 8 heures à 16 heures.

Téléphone : 514-412-4455

Courriel : dawn.davis@muhc.mcgill.ca  
\_\_\_\_\_@muhc.mcgill.ca  
\_\_\_\_\_@muhc.mcgill.ca

**Appelez la secrétaire de la clinique du diabète pour les questions ou les préoccupations concernant :**

- les prescriptions de médicaments
- les rendez-vous à la clinique
- les lettres pour l'école ou les voyages

La secrétaire de la clinique du diabète est disponible la semaine du lundi au vendredi de 7 heures à 15 heures  
Téléphone : 514-412-4436  
Télécopieur : 514-412-4264  
Courriel : [helene.dubois@muhc.mcgill.ca](mailto:helene.dubois@muhc.mcgill.ca)

**Appelez votre médecin spécialisé en diabète (l'endocrinologue) pour les questions ou les préoccupations concernant :**

- un épisode d'hypoglycémie où vous avez besoin d'aide supplémentaire
- des convulsions pendant un épisode d'hypoglycémie
- le bon dosage d'insuline en cas de maladie (fièvre, vomissement, diarrhée)
- le bon dosage d'insuline avec les cétones

Le médecin est disponible les soirs/les nuits ou pendant la journée si vous n'arrivez pas à joindre l'infirmière spécialisée en diabète  
Téléphone : 514-412-4400, poste 53333  
Demandez le médecin spécialisé en diabète pédiatrique sur appel (de l'hôpital de Montréal pour enfants)

\* Si vous n'êtes pas à l'aise en anglais, vous pouvez demander un médecin parlant français lorsque vous appelez.

**Votre équipe de médecins spécialisés en diabète à l'Hôpital de Montréal pour enfants est :**

Robert Barnes  
Helen Bui  
Preetha Krishnamoorthy  
Laurent Legault  
John Mitchell  
Meranda Nakhla  
Constantin Polychronakos  
Julia Von Oettingen



\* Si vous n'arrivez pas à joindre le médecin de garde, composez le 911 ou rendez-vous à l'urgence de l'Hôpital de Montréal pour enfants.

# Rencontre avec l'infirmière spécialisée en diabète : Apprendre les bases

## Introduction

Cette section portera sur les connaissances de base dont vous aurez besoin pour prendre soin de votre enfant à la maison. Votre infirmière spécialisée en diabète verra toutes ces informations avec vous lors de votre première rencontre. Cette réunion durera environ 3 heures.

Vous recevrez beaucoup d'informations. Ne vous découragez pas. Il est normal de se sentir nerveux ou dépassé. Soyez assuré que votre équipe sera toujours disponible pour vous aider.

Pendant les premières semaines, votre infirmière spécialisée en diabète vous parlera très souvent. Elle vous demandera les niveaux de glycémies de votre enfant et les doses d'insuline que vous lui donnez tous les jours. Elle apportera des modifications à ces doses d'insuline assez souvent afin d'obtenir le dosage idéal.

**Au début, votre enfant recevra une très faible dose d'insuline. Cela donnera à son corps une possibilité de s'habituer à un bas niveau de sucre dans le sang.**

Posez vos questions à l'infirmière spécialisée en diabète. Parlez de vos préoccupations. Elle est là pour vous aider !

## Qu'est-ce que le diabète ?

Votre corps a besoin de sucre (ou glucose) pour grandir et rester en bonne santé. Le sucre donne de l'énergie aux cellules qui composent toutes les parties de votre corps. C'est aussi la principale source de carburant de votre cerveau.

Le diabète est une maladie où le corps a du mal à gérer le niveau de sucre dans le sang (la glycémie) pour répondre à ses besoins. Cela peut entraîner des problèmes de santé graves, si le diabète n'est pas pris en charge correctement.

Bien qu'on ne puisse pas guérir le diabète, il y a de bonnes nouvelles : il y a eu des avancées importantes dans les traitements du diabète ces dernières années. Aujourd'hui, avec des soins appropriés, votre enfant peut rester en bonne santé et vivre une vie active et épanouie.

## Trouver la bonne information santé pour votre enfant

Beaucoup de gens voudront vous donner des conseils de santé sans vraiment connaître les détails du diabète de votre enfant. Vous trouverez aussi des informations dans des livres ou sur Internet. Toutes ces informations pourraient prêter à confusion ou vous induire en erreur.

**Soyez prudent avec l'information que les gens vous donnent. Internet en offre aussi un grand nombre.** Cependant, toute l'information n'est pas juste. En plus, tout ce que vous lisez ne s'appliquera pas forcément à la situation unique de votre enfant.



Notez vos questions ou présentez les informations que vous avez à partager à votre équipe. Nous sommes là pour vous aider à comprendre l'information que vous avez trouvée et à vous apprendre comment elle peut s'appliquer à la santé de votre enfant et à son diabète.



## Deux types de diabète : le diabète de type 1

Il existe 2 types de diabète : le diabète de type 1 et le diabète de type 2. Chaque type est traité de façon très différente.

Dans le cas du diabète de type 1, le pancréas (une glande située dans votre corps, à côté de l'estomac) ne produit plus d'insuline. L'insuline participe à la transformation du sucre (glucose) provenant des aliments en énergie pour votre corps. Elle permet au sucre dans le sang de pénétrer dans les cellules du corps. De cette façon, le corps peut utiliser le sucre comme énergie.

L'injection d'insuline est le seul traitement pour le diabète de type 1.

### Les faits :

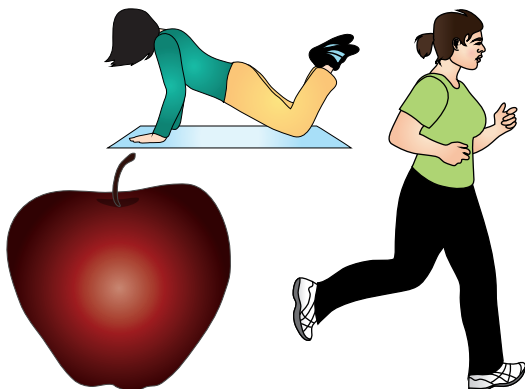
- Le diabète de type 1 est également appelé diabète juvénile, insulino-dépendant ou diabète pédiatrique.
- Manger trop ou manger trop de bonbons ne causent pas le diabète.
- 10 % des personnes (ou 1 personne sur 10) atteintes de diabète ont le diabète de type 1.

## Deux types de diabète : le diabète de type 2

Dans le cas du diabète de type 2, le pancréas produit de l'insuline mais il ne fonctionne pas bien. Cela est dû à un certain nombre de causes, telles que :

- Certaines caractéristiques qui sont transmises par les cellules de votre corps, de parent à enfant (génétique)
- Un surplus de poids
- Une mauvaise alimentation
- Un manque d'activité physique

Le diabète de type 2 peut être traité en changeant son style de vie (une alimentation santé et une perte de poids par la pratique d'activités physiques). Des médicaments (des comprimés) peuvent également être prescrits pour une meilleure production d'insuline. Si cela ne fonctionne pas, il faudra prescrire des injections d'insuline.



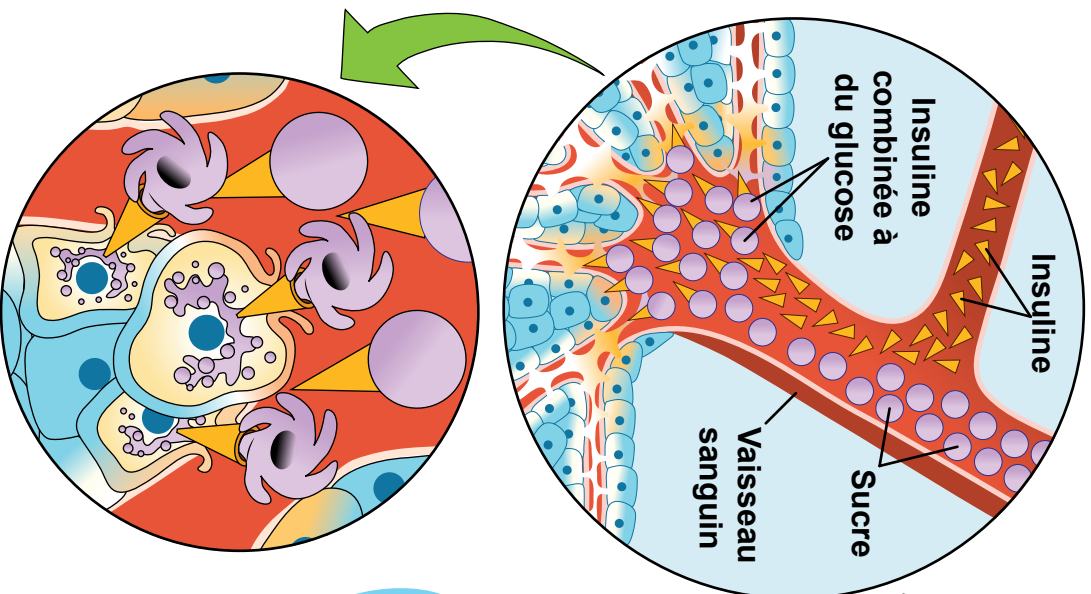
### Les faits :

- Le diabète de type 2 est aussi appelé diabète de l'adulte ou non insulino-dépendant.
- 90 % des personnes (ou 9 personnes sur 10) atteintes de diabète ont le diabète de type 2.



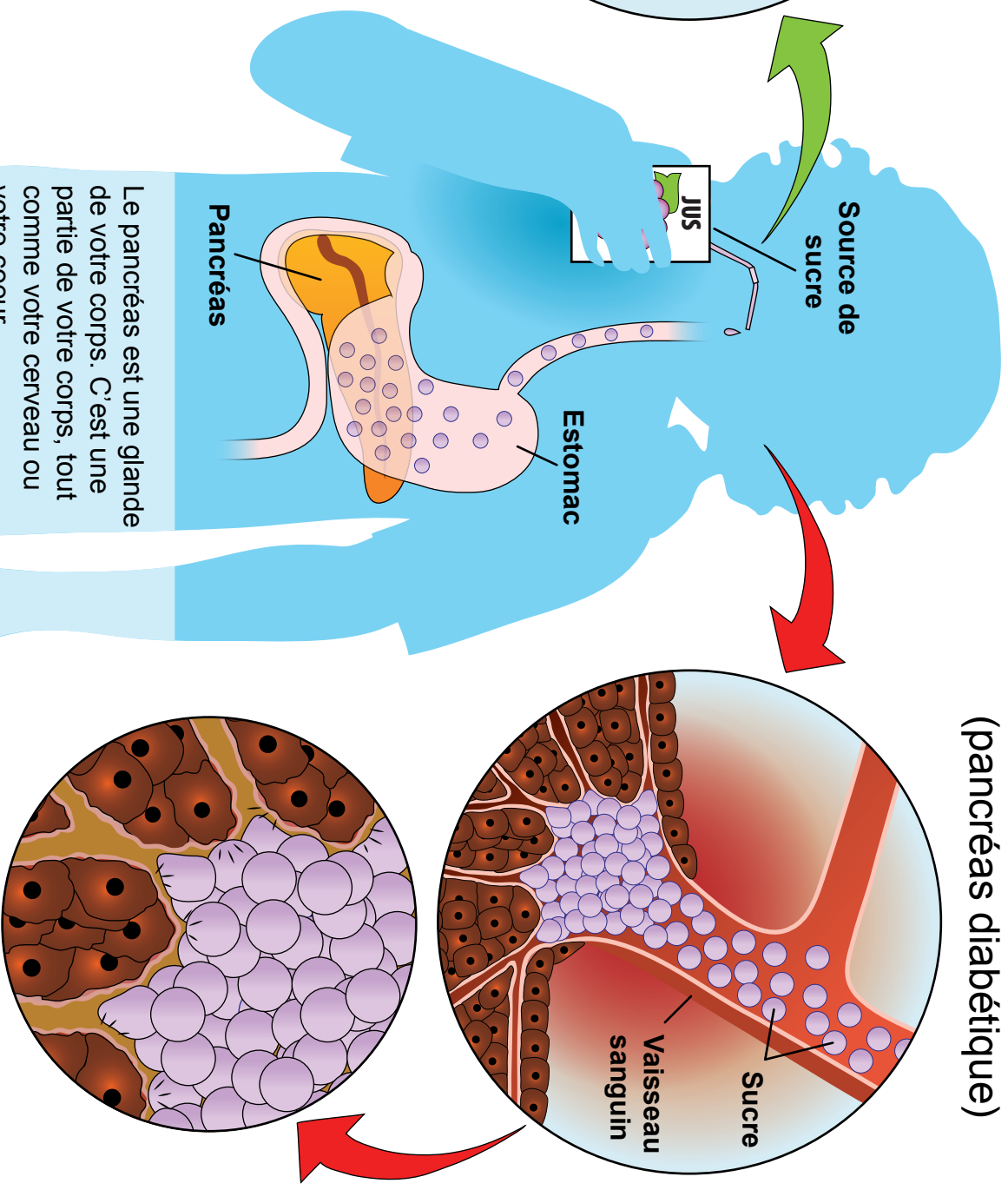
# Le diabète de type 1

**Normal**  
(Pancréas sain)



glucose. L'insuline permet de faire pénétrer le glucose dans les cellules pour créer de l'énergie.

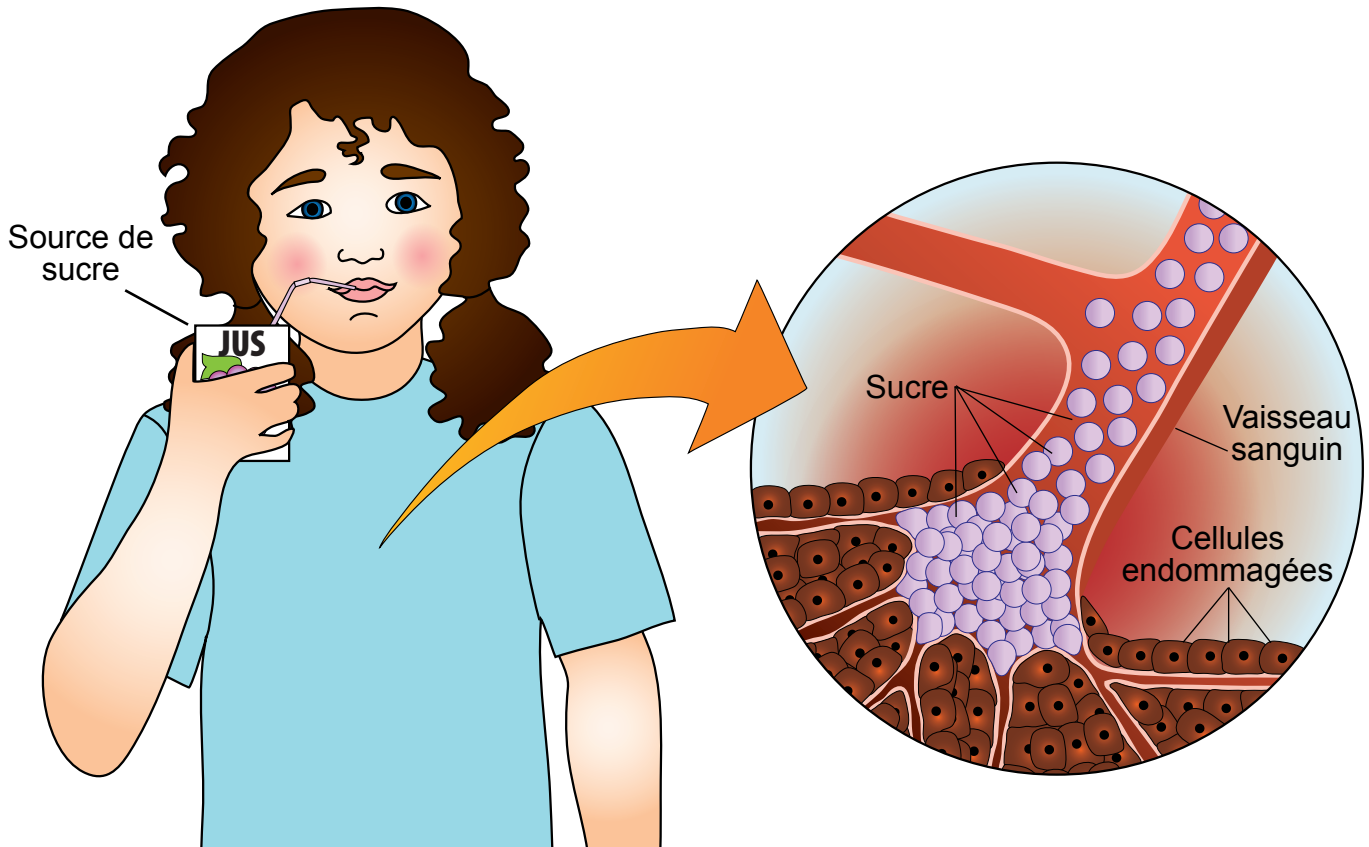
**Diabète de type 1**  
(pancréas diabétique)



Sans insuline, le glucose s'accumule dans le sang et n'est plus capable de pénétrer dans les cellules pour créer de l'énergie.

## Qu'est-ce que le sucre dans le sang ?

Le sucre sanguin (la quantité de sucre présente dans le sang) vient de la nourriture que nous mangeons. Les personnes ayant le diabète doivent mesurer le niveau de sucre dans leur sang régulièrement afin de prendre la quantité correcte d'insuline.

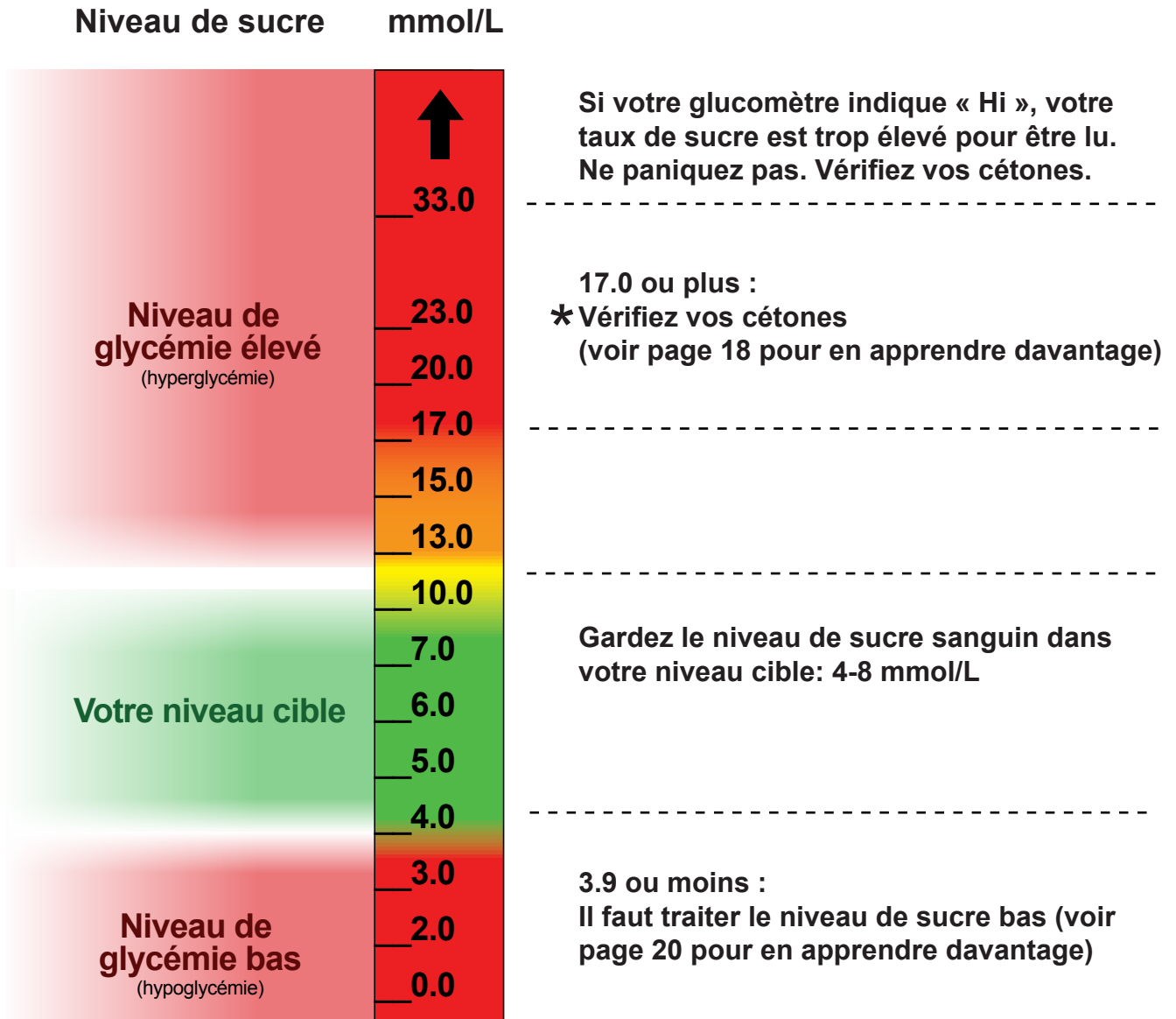


Les enfants ou les adolescents atteints de diabète de type 1 doivent avoir 4 injections d'insuline par jour. Cela signifie qu'ils doivent mesurer leur taux de sucre sanguin au moins 4 fois par jour.

**Vérifiez votre taux de sucre sanguin au moins 4 fois par jour pour voir si le taux est élevé ou faible. C'est ainsi que vous saurez la quantité d'insuline exacte (la dose) dont vous avez besoin pour vos injections.**

# Comment interpréter les résultats de sucre sanguin ?

Lorsque vous avez testé votre glycémie et connaissez votre niveau de sucre dans le sang, vous devrez comprendre ce que cela signifie. Voici le tableau qui vous permettra de décider des actions à prendre.



Une personne qui a un pancréas sain, le niveau normal de glycémie est 4.0 à 7.0.



Avec le diabète, le niveau santé à atteindre est légèrement différent. Il se situe entre 4 et 12 mmol/L, selon votre âge.



## Quels sont les signes de la glycémie élevée (hyperglycémie) ?

Si le niveau de sucre sanguin de votre enfant est supérieur à 10.0, cela s'appelle l'hyperglycémie.

Certains symptômes de l'hyperglycémie sont :



**La somnolence**



**Le besoin fréquent d'uriner**



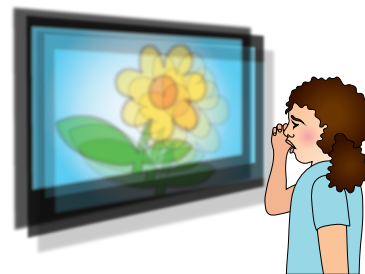
**Une soif intense**



**La bouche sèche**



**Pipi au lit fréquent et/ou réveil fréquent pendant la nuit**



**La vision floue**

Il est normal que votre enfant ait une glycémie élevée pendant la première semaine de traitement. Votre équipe travaillera en étroite collaboration avec vous pour atteindre progressivement un niveau de sucre sanguin adéquat pour votre enfant.

Votre enfant ne s'évanouira pas à cause de l'hyperglycémie.

# Que dois-je faire en cas de glycémie élevée (plus de 17,0 mmol/L) ?

**Vérifiez les cétones : faites le test des cétones dans l'urine (ketostix).**

Lorsque l'insuline se fait très rare, les cellules de votre corps n'ont plus de sucre pour leur donner de l'énergie. Dans ce cas, votre corps commence à utiliser le gras. Durant ce processus, votre corps libère un type d'acide appelé cétone.

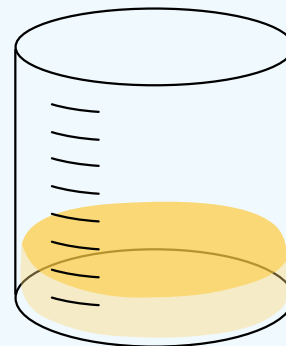
La présence de cétones dans votre urine est le signe que votre corps utilise la graisse au lieu du sucre pour avoir de l'énergie. Il faut vérifier la présence de cétones dans l'urine si votre glycémie est très élevée (plus de 17 mmol/L).

★ Si votre enfant est à l'école, vous n'avez pas besoin de vérifier la présence de cétones à midi. Vérifiez les cétones plutôt à la maison ce soir-là si le niveau de glycémie de votre enfant est encore élevé au souper.

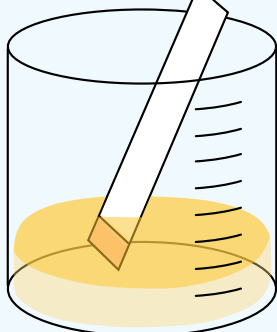
## 1. Ouvrez la bouteille et notez la date



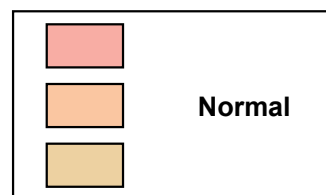
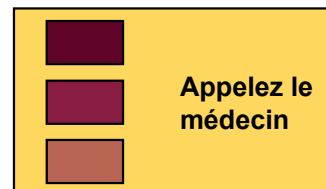
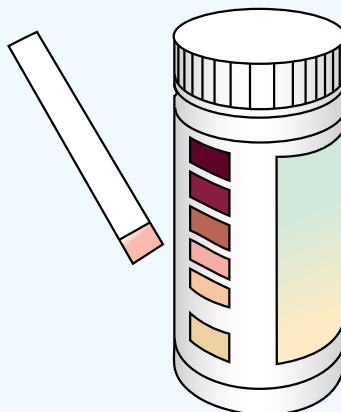
## 2. Demandez à votre enfant d'uriner (de faire pipi) dans un contenant.



## 3. Trempez la bandelette dans l'urine, enlevez-la tout de suite



## 4. la couleur de la bande avec la charte de couleur sur la bouteille



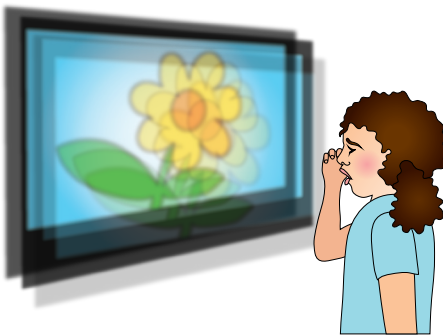
## Quels sont les signes de la glycémie basse (hypoglycémie) ?

Si le niveau de sucre sanguin de votre enfant est inférieur à 4.0, cela s'appelle l'hypoglycémie.

Certains symptômes de l'hypoglycémie sont :



Des tremblements



Une vision floue



Des vertiges



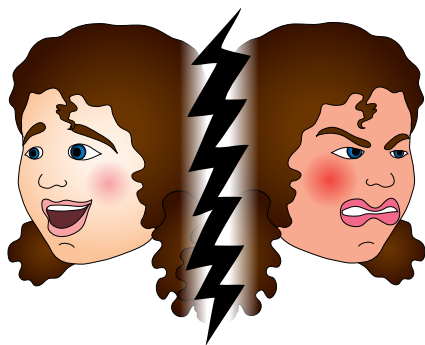
Des maux de tête



De la transpiration



La faim



Les changements d'humeur



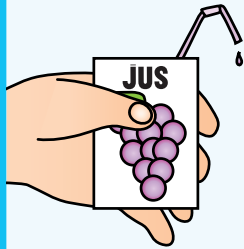
Une grande fatigue  
et la pâleur



# Que dois-je faire en cas de glycémie basse ?

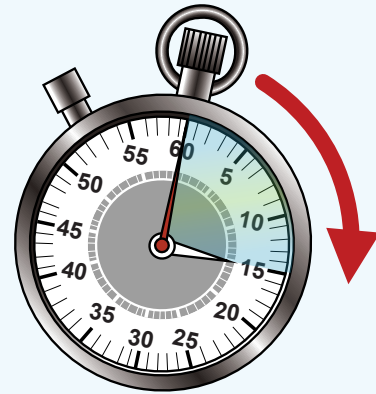
Si le niveau de sucre sanguin de votre enfant baisse sous 4,0, donnez à votre enfant une boîte à jus. Il faut le faire même s'il ne présente aucun signe d'hypoglycémie.

1. Donnez un petit jus (n'importe quelle saveur ou marque) :

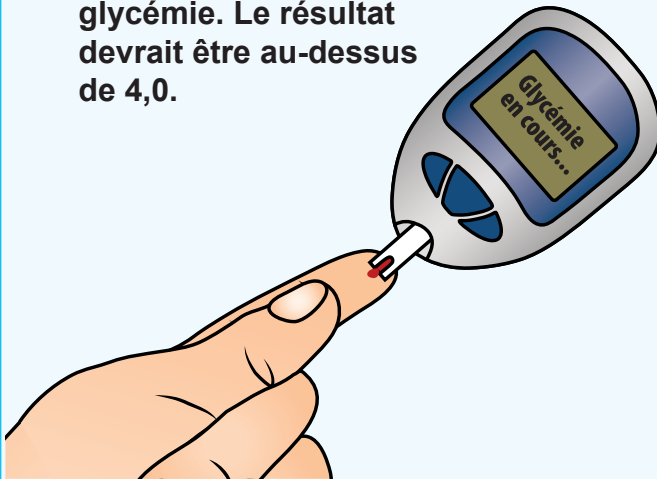


**Boire du jus est la meilleure façon d'élever la glycémie, rapidement et en toute sécurité. Ne donnez pas d'autre aliment avec le jus, car cela va ralentir les effets du jus.**

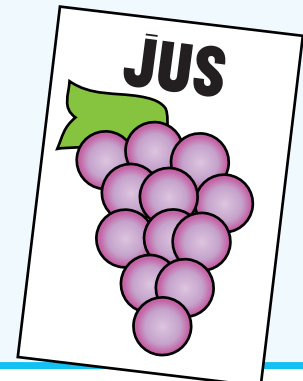
2. Attendez 15 minutes. Ne laissez pas l'enfant seul.



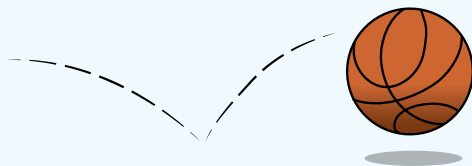
3. Refaites un test de glycémie. Le résultat devrait être au-dessus de 4,0.



4. Si le niveau de sucre dans le sang de l'enfant est toujours inférieur à 4,0, répétez les étapes 1, 2 et 3.



5. Lorsque le niveau de sucre dans le sang est revenu à la normale (au-dessus de 4,0), l'enfant peut reprendre ses activités.



6. Si le prochain repas/la prochaine collation est seulement dans une heure ou plus, donnez-lui une collation contenant des glucides et des protéines (par exemple, une barre granola, un yogourt ou des craquelins avec du fromage).





# Comment utiliser mon carnet de glycémies quotidien ?

Votre infirmière spécialisée en diabète vous donnera un carnet de glycémies pour vous aider à faire un suivi du niveau glycémie. Votre carnet de glycémies est un outil important à utiliser avec votre équipe. Il vous permettra de déterminer ensemble les meilleurs dosages et planifications pour vous.

Vous devrez utiliser le carnet de glycémies tous les jours pour noter vos niveaux de glycémie, vos doses d'insuline, ainsi que toutes les remarques importantes. Le carnet de glycémies est divisé en 4 sections (Date, Mesures, Insuline et Commentaires). Chaque page regroupe une semaine de lectures (du lundi au dimanche).

**Notez vos lectures de glycémie ici**

The diagram shows a perspective view of a logbook page. A blue callout bubble points to the 'TESTS' section. Another blue callout bubble points to the 'INSULINE / INSULIN' section. A third blue callout bubble points to the 'COMMENTAIRES COMMENTS' section. The logbook page is tilted and shows a grid for recording data over a week.

DATE	TESTS				INSULINE / INSULIN				COMMENTAIRES COMMENTS	
	MOIS / MONTH	AM	MIDI NOON	PM	SOIR NIGHT	AM	MIDI NOON	PM		SOIR NIGHT
Lun / Mon										
Ma / Tu										
Me / Tu										
Je / Th										
Ve / Fr										
Sa / Sa										
Di / Su										
Moy / Ave										

**Notez vos doses d'insuline ici**

**Notez vos commentaires pour expliquer certaines glycémies (par exemple : entraînement de football, fêtes, oublier une collation, fièvre)**

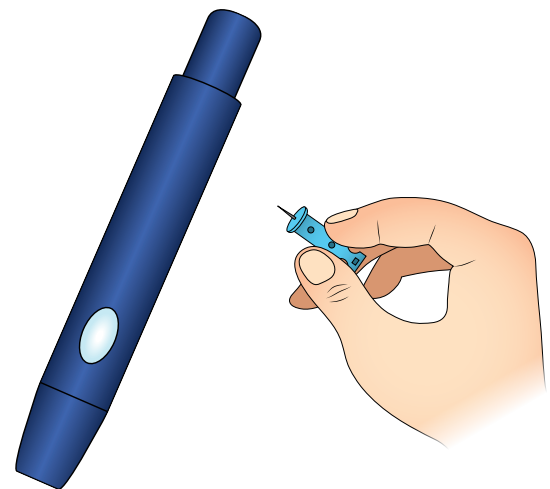
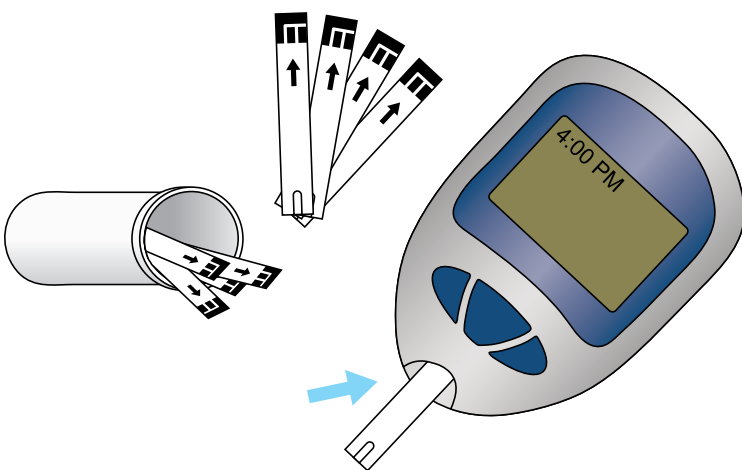
## Qu'est-ce qu'un lecteur de glycémie ?

Vous aurez besoin d'utiliser un lecteur de glycémie pour mesurer les niveaux de sucre sanguin de votre enfant. Il existe beaucoup de lecteurs sur le marché. Certains sont très sophistiqués. D'autres sont plus simples. En fin de compte, ils font tous la même chose et sont tous bons. Votre infirmière vous donnera un lecteur, celui qu'elle juge le plus pratique et le facile à utiliser pour votre enfant.



La plupart des lecteurs utilisent de petites languettes (ou **bandelettes**) pour recueillir de petits échantillons de sang. Une nouvelle bandelette doit être utilisée chaque fois que vous faites un test de glycémie pour votre enfant. **Elles ne peuvent pas être réutilisées.**

Vous aurez également besoin d'un appareil pour piquer le doigt de votre enfant. On appelle cela un **autopiqueur**. La lancette est la minuscule aiguille de l'appareil. **Une nouvelle lancette doit être utilisée chaque jour.**



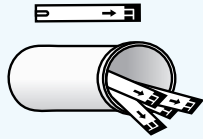
**Ne partagez pas l'autopiqueur avec quelqu'un d'autre. Il doit être utilisé par une seule personne (c'est-à-dire votre enfant).**

# Comment faire un test de glycémie ?

## 1. Préparez tout ce dont vous avez besoin



Le lecteur de glycémie



La bandelette

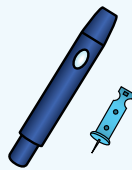


Nettoyant pour les mains

OU



SAVON



L'autopiqueur et l'aiguille

## 2. Lavez-vous les mains (adulte et enfant)



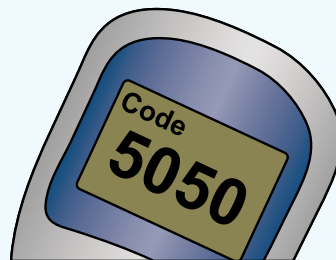
Utiliser le désinfectant pour les mains ou les tampons alcoolisés si vous n'êtes pas près d'un lavabo.



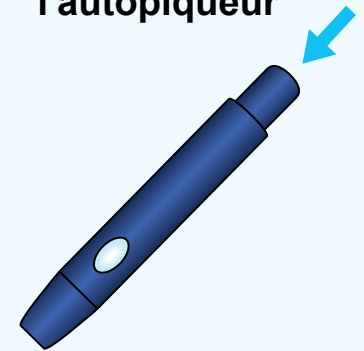
## 3. Insérez la bandelette pour positionner le lecteur sur "ON"



Certains lecteurs demandent un code lors du démarrage d'une nouvelle boîte/bouteilles de bandelettes pour obtenir des résultats exacts.



## 4. Poussez ou tirez pour charger l'autopiqueur



## 5. Piquez le doigt



Place the child's hand palm-up against a hard surface, place the lancet device against the pad of a finger and press the button to release the needle.

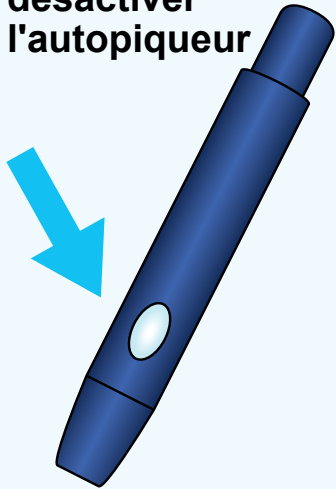
## 6. Placez la goutte de sang sur la bandelette



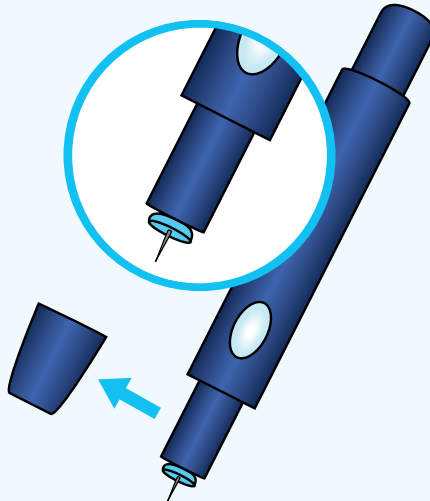
Pressez le doigt pour faire apparaître un peu de sang. Puis appliquez le sang sur la bandelette.

# Comment remplacer l'aiguille (la lancette) de l'autopiqueur

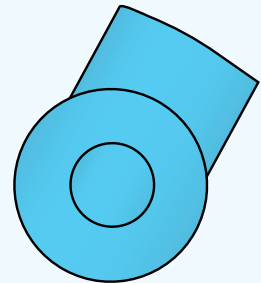
1. Appuyez sur le bouton pour désactiver l'autopiqueur



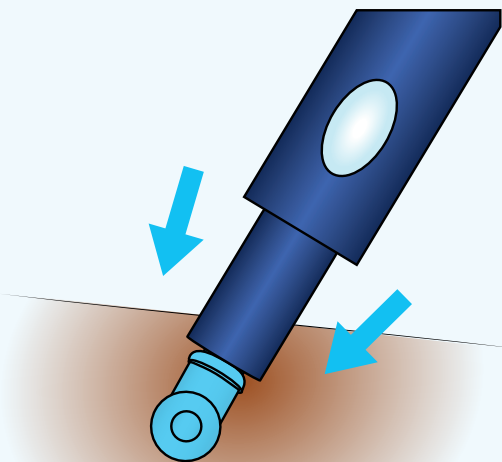
2. Enlevez le couvercle extérieur



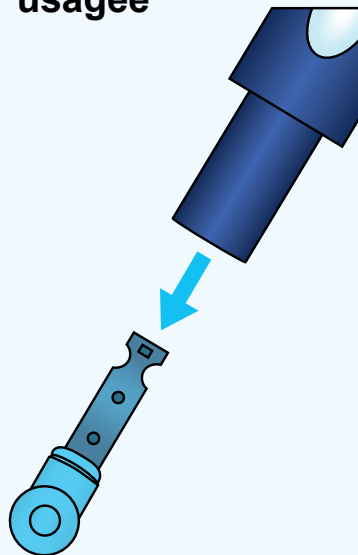
3. Prenez le petit capuchon qui vient avec l'aiguille



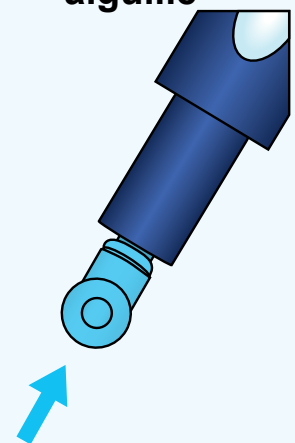
4. Poussez l'autopiqueur dans le capuchon



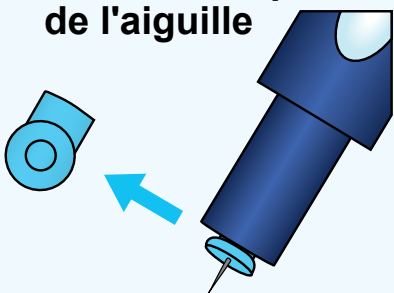
5. Retirez l'aiguille usagée



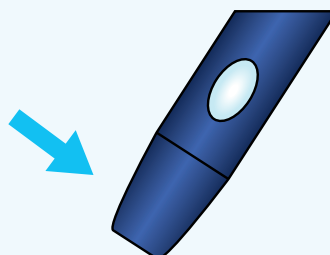
6. Enfoncez la nouvelle aiguille



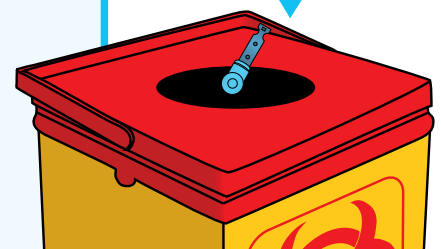
7. Retirez le capuchon de l'aiguille



8. Remettez le couvercle extérieur de l'autopiqueur

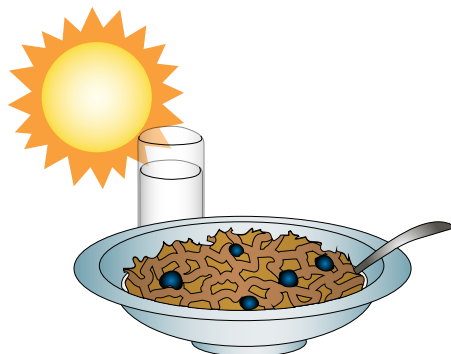


Jetez l'aiguille usagée dans le collecteur d'aiguilles.

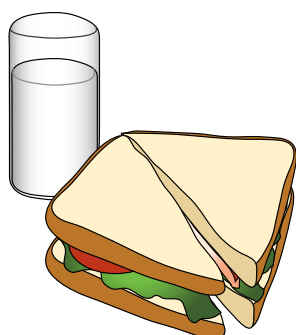


# Quand est-ce que je dois faire un test de glycémie ?

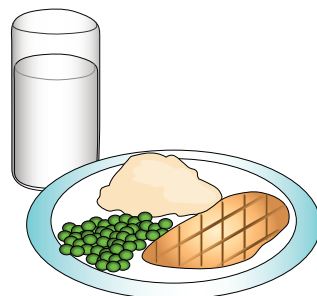
Vous devez faire au moins 4 tests de glycémie par jour :



**Avant le déjeuner**



**Avant le repas de midi**



**Avant le souper**



**Avant la collation du coucher**

**Vous devez toujours faire un test avant un repas et avant la collation du coucher.**

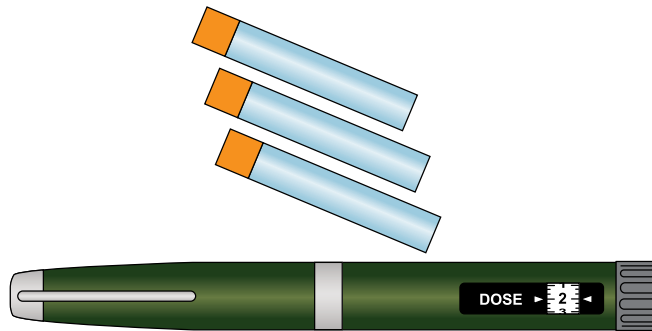
## Qu'est-ce que l'insuline ?

L'insuline est une hormone produite par le pancréas.

Votre insuline est présentée dans des cartouches d'insuline que vous pouvez chercher à votre pharmacie locale. Chaque boîte contient 5 cartouches. L'insuline peut être endommagée ou ne pas agir correctement si elle n'est pas stockée convenablement. Pour cela :

- Lisez la date d'expiration sur la boîte. Votre insuline doit être utilisée avant cette date.
- Placez vos cartouches non ouvertes dans le réfrigérateur.
- Ne congelez pas ou ne surchauffez pas votre insuline. Lorsque vous voyagez, vous devez mettre votre insuline dans une glacière ou une boîte à lunch avec un sac de glace.
- Ne laissez pas votre insuline dans la voiture (surtout en été ou en hiver).

L'insuline peut être administrée avec une seringue ou un stylo à insuline. Voir les pages 36 et 51 de ce guide pour plus de détails.



**L'insuline peut être conservée à température ambiante pendant 1 mois seulement. Ensuite, vous devez la jeter, même s'il en reste dans le stylo. N'oubliez pas : toutes les cartouches non ouvertes doivent être conservées au réfrigérateur.**

Il existe différents types d'insuline que votre enfant aura besoin de prendre. Certains types agissent rapidement. D'autres types prennent plus de temps. Une combinaison de ces différents types d'insuline permettra à votre glycémie de rester stable tout au long de la journée.

# Quel est mon dosage d'insuline ?

Le dosage d'insuline correspond à la quantité exacte d'insuline que vous devez prendre pendant une certaine période de temps. Votre infirmière spécialisée en diabète discutera ce que cela signifie pour vous. Elle vous expliquera :

1. Les types d'insuline dont vous avez besoin
2. Les moments de la journée où il faut faire les injections
3. La dose à préparer pour chaque injection

Votre enfant a besoin de prendre de l'insuline plusieurs fois par jour :

- au déjeuner (si votre enfant n'est pas capable de s'injecter lui-même de l'insuline au dîner, vous devrez injecter 2 types d'insuline).
- au dîner (si votre enfant est en mesure de s'injecter de l'insuline lui-même)
- au souper
- au coucher

Votre enfant a besoin de prendre plusieurs types d'insuline : l'insuline à action rapide, insuline à action prolongée et/ou l'insuline basale.

## L'insuline à action rapide

### De quoi s'agit-il ?

Ce type d'insuline commence à faire baisser la glycémie dans les 5 à 10 minutes après une injection. Son effet dure environ 4 heures après l'injection. Cette insuline a une couleur claire.

### Quand faut-il utiliser cette insuline ?

Vous devez injecter l'insuline à action rapide au déjeuner et au souper. Il peut être donné au dîner si votre enfant est capable de s'injecter de l'insuline lui-même.

### Comment fonctionne le dosage ?

Votre dose d'insuline à action rapide sera différente à chaque injection (une dose variable). La quantité d'insuline à injecter dépendra de votre glycémie. Si votre glycémie est basse, votre dose d'insuline à action rapide sera plus faible. Si votre glycémie est élevée, votre dose d'insuline à action rapide sera plus élevée. Nous appelons ce type de dosage une échelle. Votre infirmière vous expliquera ce que cela signifie pour vous.

# L'insuline à action prolongée

## **De quoi s'agit-il ?**

Ce type d'insuline commence à faire baisser la glycémie dans 1 à 3 heures après l'injection. Son effet dure environ 12 à 18 heures après l'injection. Cette insuline a un aspect opaque.

## **Quand faut-il utiliser cette insuline ?**

Vous devez injecter l'insuline à action prolongée au moment du coucher. Si votre enfant n'est pas capable de s'injecter lui-même de l'insuline au dîner, il aura aussi besoin d'une injection de cette insuline le matin.

## **Comment fonctionne le dosage ?**

Cette dose est toujours la même (une dose fixe). Votre infirmière vous expliquera ce que cela signifie pour vous.

# Insuline basale

## **De quoi s'agit-il ?**

Ce type d'insuline commence à agir 1 heure après l'injection. Son effet dure environ 24 heures. Cette insuline a une couleur claire.

## **Quand faut-il utiliser cette insuline ?**

Vous avez besoin d'injecter l'insuline basale au coucher.

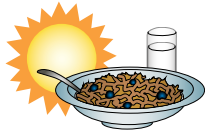
## **Comment fonctionne le dosage ?**

Cette dose est toujours la même (une dose fixe). Votre infirmière vous expliquera ce que cela signifie pour vous.



## Votre dosage :

### Au déjeuner :

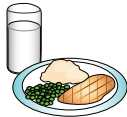


Échelle pour l'insuline claire à **action rapide** ( ) : couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Glycémie	Unités	Notes
3.9 ou moins		Traitez d'abord l'hypoglycémie. Quand elle est corrigée, donnez cette dose.
4.0 - 8.0		
8.1 - 12.0		
12.1 - 17.0		
17.1 ou plus		Faites le test des cétones.

\_\_\_\_\_ unités d'insuline opaque à **action intermédiaire** ( ) couleur du stylo : \_\_\_\_\_

### Au souper :



Échelle pour l'insuline claire à **action rapide** ( ) : couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Glycémie	Unités	Notes
3.9 ou moins		Traitez d'abord l'hypoglycémie. Quand elle est corrigée, donnez cette dose.
4.0 - 8.0		
8.1 - 12.0		
12.1 - 17.0		
17.1 ou plus		Faites le test des cétones.

### Au coucher :



\_\_\_\_\_ unités d'insuline opaque à **action intermédiaire** ( ) couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Votre infirmière révisera votre feuille de dosage d'insuline et vous expliquera ce que cela signifie pour vous. N'oubliez pas que votre dosage peut changer tous les jours pendant la première semaine après le diagnostic. Pour cette raison, vous parlerez à votre infirmière spécialisée en diabète tous les jours pendant les premières semaines. Elle sera là pour vous guider et apporter les modifications nécessaires dans le dosage.

**Voir pages 35 et 36, Comment préparer mon injection d'insuline avec un stylo ?**

**Appelez votre infirmière spécialisée en diabète ou le médecin de garde, si :**

- vous n'êtes pas sûr de la dose à préparer
- si vous avez des questions ou des inquiétudes.

**Gardez votre carnet de glycémies et votre feuille de dosage à portée de main lorsque vous les appelez.**



## Votre dosage (les enfants de plus de 12 ans) :

### Au déjeuner :



Échelle pour l'insuline claire à **action rapide** ( ) couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Glycémie	Unités	Notes
3.9 ou moins		Traitez d'abord l'hypoglycémie. Quand elle est corrigée, donnez cette dose.
4.0 - 8.0		
8.1 - 12.0		
12.1 - 17.0		
17.1 ou plus		Faites le test des cétones.

### Au dîner:



Échelle pour l'insuline claire à **action rapide** ( ) couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Glycémie	Unités	Notes
3.9 ou moins		Traitez d'abord l'hypoglycémie. Quand elle est corrigée, donnez cette dose.
4.0 - 8.0		
8.1 - 12.0		
12.1 - 17.0		
17.1 ou plus		Faites le test des cétones.

### Au souper :



Échelle pour l'insuline claire à **action rapide** ( ) couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Glycémie	Unités	Notes
3.9 ou moins		Traitez d'abord l'hypoglycémie. Quand elle est corrigée, donnez cette dose.
4.0 - 8.0		
8.1 - 12.0		
12.1 - 17.0		
17.1 ou plus		Faites le test des cétones.

### Au coucher :



\_\_\_\_\_ unités d'insuline opaque à **action intermédiaire** ou claire à **action basale** ( ) : couleur du stylo : \_\_\_\_\_

Votre infirmière vérifiera votre feuille de dosage de l'insuline et vous expliquera ce que cela signifie pour vous. N'oubliez pas que votre dosage peut changer tous les jours pendant la première semaine après le diagnostic. Pour cette raison, vous parlerez à votre infirmière spécialisée en diabète tous les jours pendant les premières semaines. Elle sera là pour vous guider et apporter les modifications nécessaires dans le dosage.

**Voir pages 35 et 36, *Comment préparer mon injection d'insuline avec un stylo ?***

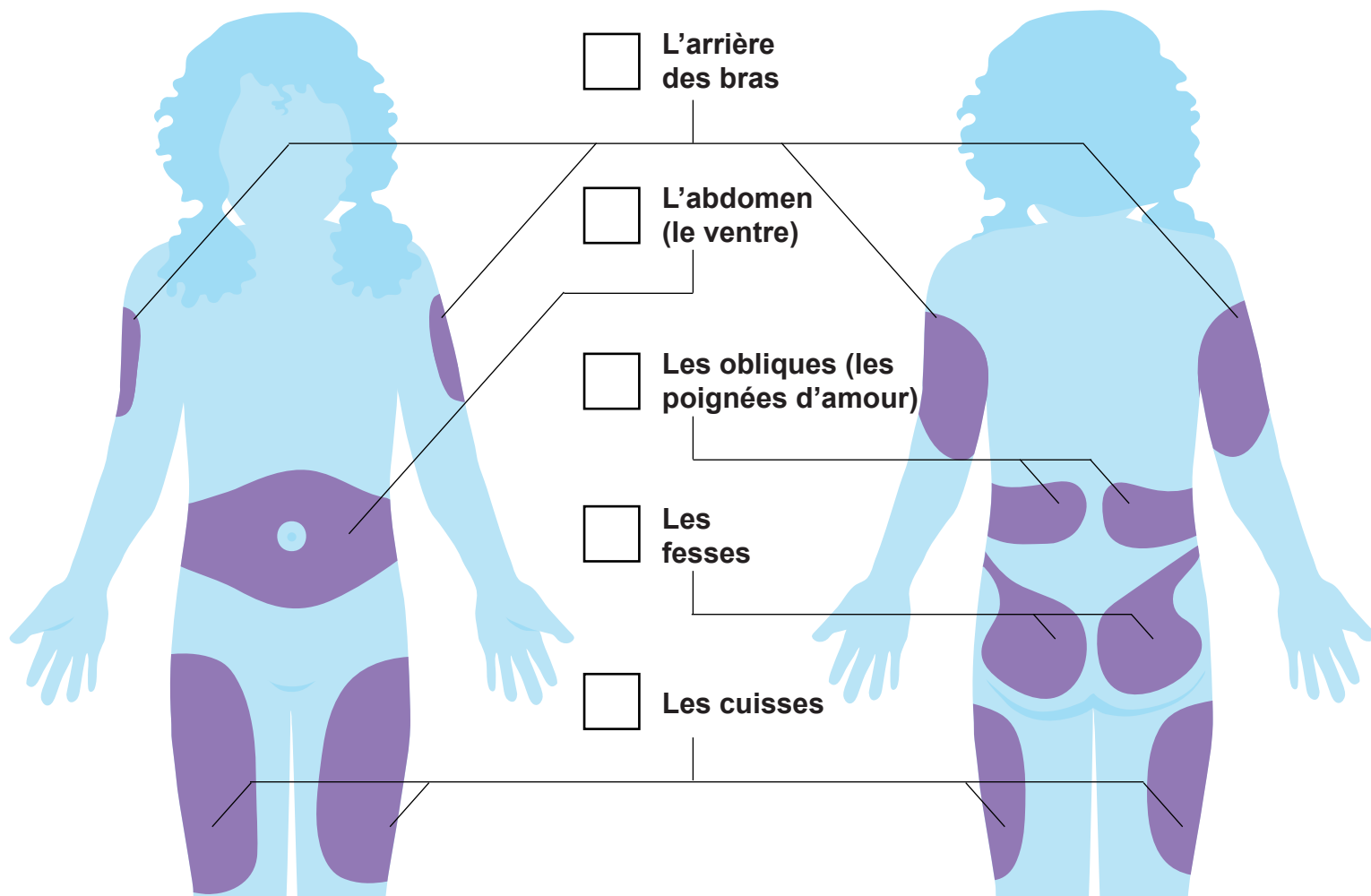
**Appelez votre infirmière spécialisée en diabète ou le médecin de garde, si :**

- **vous n'êtes pas sûr de la dose à préparer**
- **si vous avez des questions ou des inquiétudes.**

**Gardez votre carnet de glycémies et votre feuille de dosage à portée de main lorsque vous les appelez.**

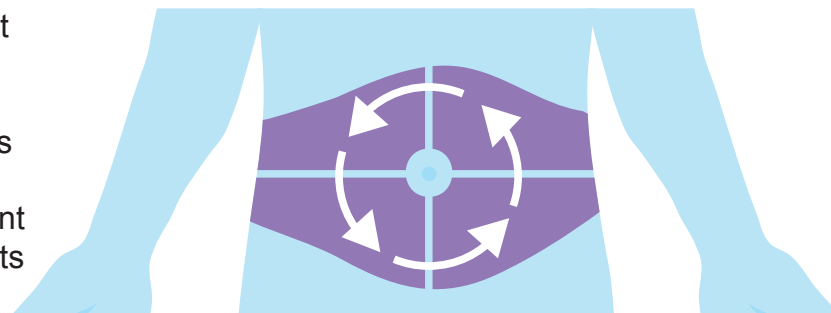
## Dans quelle partie de mon corps dois-je faire les injections ?

L'insuline est injectée dans les zones du corps où il y a le plus de matières grasses :



## Changez régulièrement l'endroit de l'injection

Il est important de changer régulièrement l'endroit où vous faites les injections. Nous appelons cela la rotation du site d'injection. Changer d'endroit chaque fois que vous faites une injection empêchera la formation de masses et le durcissement de la peau qui pourraient réduire les effets de l'insuline.



**Changer d'endroit chaque fois que vous faites une injection.**

# Qu'est-ce qu'un stylo à insuline ?

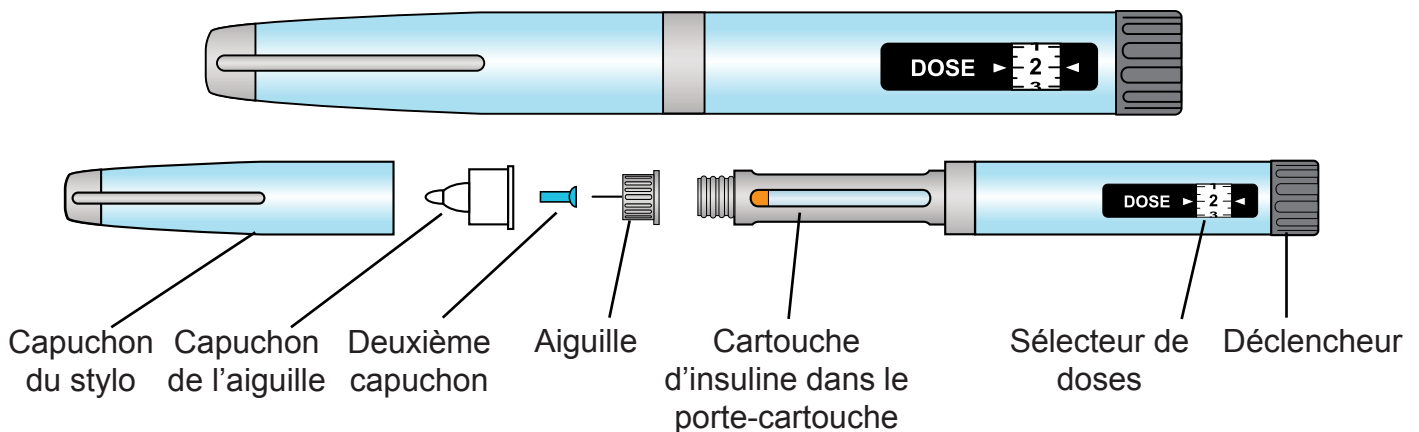
Un stylo à insuline sert à injecter de l'insuline. Il est composé :

- d'une aiguille
- d'une cartouche à insuline
- d'un sélecteur de doses qui contrôle la dose.

Les stylos à insuline sont fabriqués par de nombreuses entreprises et sont en général offerts gratuitement lorsque vous achetez des cartouches d'insuline. Il existe 2 types de stylos : les stylos pré-remplis et les stylos réutilisables.

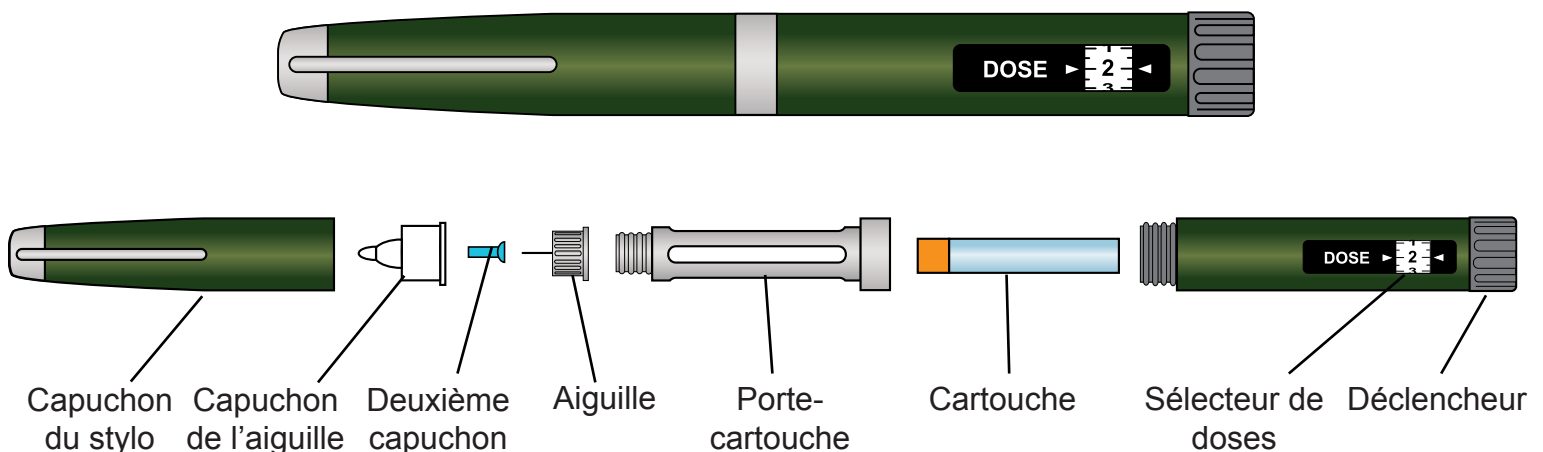
## Les stylos pré-remplis

Un stylo pré-rempli est livré avec la cartouche d'insuline déjà à l'intérieur. Il ne peut pas être réutilisé et doit être jeté après 1 mois d'utilisation, même s'il a toujours de l'insuline à l'intérieur.



## Les stylos réutilisables

Un stylo réutilisable peut resservir. Une fois que la cartouche d'insuline est vide, on la jette et une nouvelle cartouche est mise dans le stylo. La cartouche d'insuline doit être jetée après 1 mois d'utilisation, même s'il a toujours de l'insuline à l'intérieur.



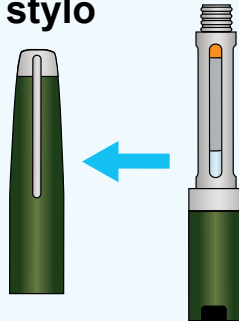
# Comment préparer les injections d'insuline avec un stylo ?

## Vérifiez votre dose d'insuline

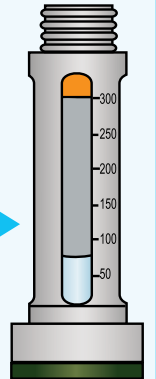
### 1. Lavez vos mains



### 2. Enlevez le capuchon du stylo

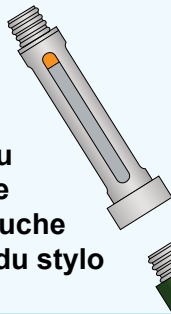


### 3. Vérifiez qu'il reste assez d'unités d'insuline dans la cartouche pour une dose

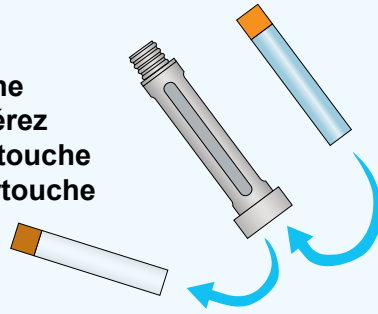


### 4. Pour changer la cartouche dans un stylo réutilisable :

Dévissez ou décliquez le porte-cartouche de la base du stylo



Enlevez l'ancienne cartouche et insérez une nouvelle cartouche dans le porte-cartouche



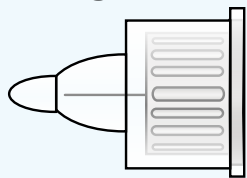
Cliquez ou revissez la base du stylo



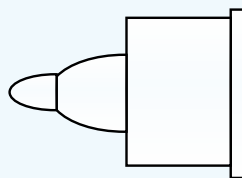
## Mettez en place votre aiguille

**\* L'aiguille du stylo à insuline doit être remplacée avant chaque injection.**

Une aiguille de stylo à insuline est composée de 2 parties principales :



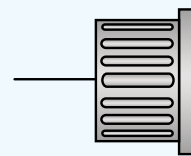
=



Capuchon de l'aiguille



deuxième capuchon

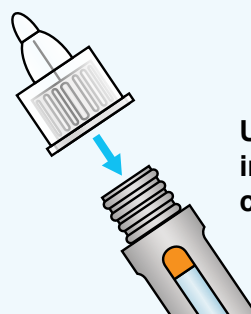


Aiguille

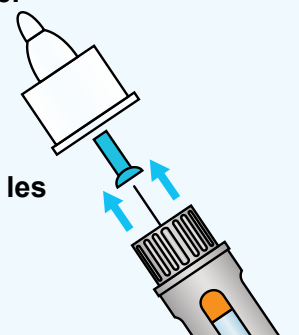
Conservez le capuchon de l'aiguille après avoir fait l'injection. Vous en aurez besoin pour retirer l'aiguille de façon sécuritaire.

### Pour fixer l'aiguille :

Cliquez ou vissez l'aiguille du stylo à insuline (le capuchon et l'aiguille) sur le porte-cartouche chargé.



Une fois l'aiguille installée, enlevez les capuchons.



# Comment m'injecter l'insuline avec un stylo à insuline ?

## 1. Préparez tout ce dont vous avez besoin



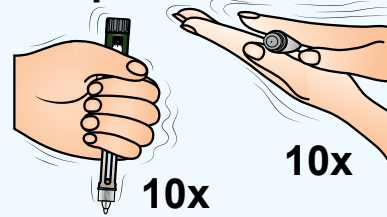
## 2. Lavez-vous les mains



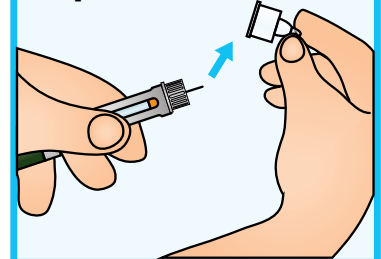
## 3. Essuyez le dessus de la cartouche avec un tampon d'alcool. Cliquez ou vissez une nouvelle aiguille.



## 4. Mélangez l'insuline 10 fois comme indiqué

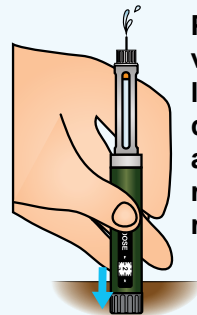
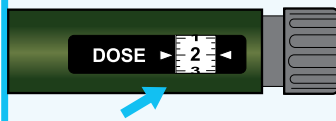


## 5. Enlevez les capuchons



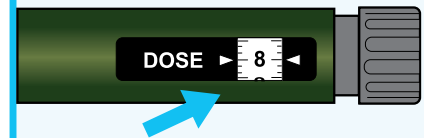
## 6. Vérifiez le débit d'insuline

Tournez le cadran du stylo pour le mettre sur 2

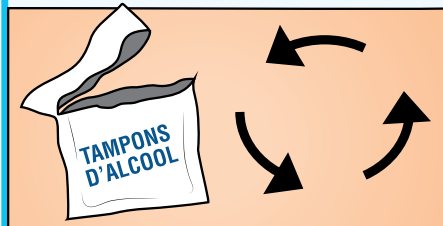


Pointez le stylo et l'aiguille vers le haut et appuyez sur l'extrémité du stylo pour que l'insuline sorte. Si aucune insuline ne sort, repositionnez le cadran et répétez l'opération.

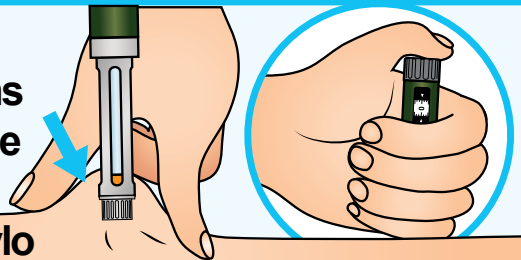
## 7. Réglez le sélecteur sur votre dose



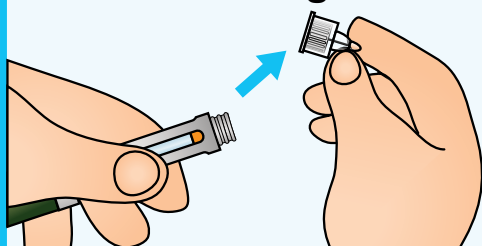
## 8. Nettoyez la peau avec un tampon d'alcool et laissez sécher



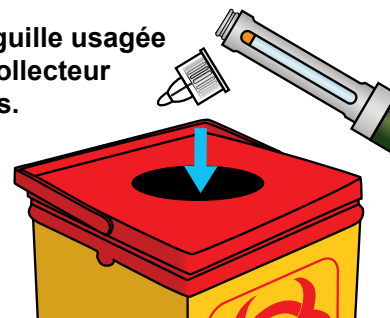
9. Pincez la peau. Insérez l'aiguille dans la peau à un angle de 90 degrés. Appuyez sur le dessus du stylo pour injecter l'insuline. Gardez en place pendant 10 secondes pour que la dose soit bien absorbée.



## 10. Enlevez l'aiguille



Jetez l'aiguille usagée dans le collecteur d'aiguilles.



Lorsque la boîte-dépôt est remplie aux 3/4, apportez-la à votre pharmacie.



# Comment intégrer le diabète dans ma routine quotidienne ?

Votre infirmière spécialisée en diabète vous demandera de décrire une journée typique pour votre famille. En tenant compte de votre routine (heures de réveil, de coucher, des repas, des collations, des activités), vous travaillerez ensemble pour établir un horaire quotidien. Cet horaire sera le premier pas pour intégrer le diabète dans la vie de votre famille.

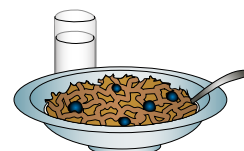


Se lever

7:00 AM

Glycémie  
Insuline  
Manger le déjeuner

7:30 AM



Début de l'école

8:30 AM

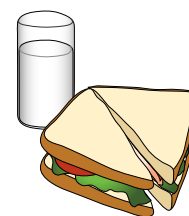
Collation à l'école

10:00 AM



Glycémie  
Insuline  
Manger le dîner

12:00 PM



Fin de l'école

3:30 PM

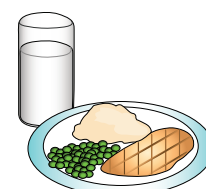
Collation

4:00 PM



Glycémie  
Insuline  
Manger le souper

6:00 PM



Glycémie  
Insuline  
Manger une collation au coucher

8:00 PM



Se coucher

8:30 PM



**\* Ne mangez pas d'aliment qui contient des glucides 2 heures avant un test de glycémie, sauf si vous avez besoin traiter l'hypoglycémie.**

Prenez toujours une collation au coucher si votre glycémie est de plus de 7.0 (par exemple un verre de lait). Si votre glycémie au coucher est de 7.0 ou moins, prenez votre collation habituelle et ajoutez un supplément de 250 ml lait ou 1 tranche de pain avec du fromage ou du beurre d'arachide.

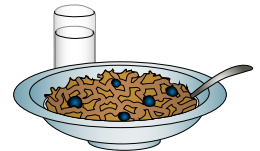


# Ma routine quotidienne



Se lever \_\_\_\_\_AM

Glycémie  
Insuline  
Manger le déjeuner \_\_\_\_\_AM

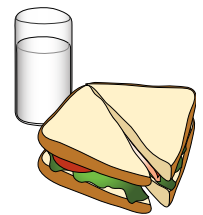


Début de l'école \_\_\_\_\_AM

Collation à l'école \_\_\_\_\_AM



Glycémie  
Insuline  
Manger le dîner \_\_\_\_\_PM

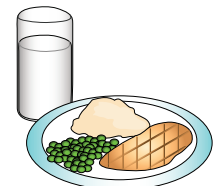


Fin de l'école \_\_\_\_\_PM

Collation \_\_\_\_\_PM



Glycémie  
Insuline  
Manger le souper \_\_\_\_\_PM



Glycémie  
Insuline  
Manger une collation au coucher \_\_\_\_\_PM



Se coucher \_\_\_\_\_PM

**\* Ne mangez pas d'aliment qui contient des glucides 2 heures avant un test de glycémie, sauf si vous avez besoin traiter l'hypoglycémie.**

Prenez toujours une collation au coucher si votre glycémie est de plus de 7.0 (par exemple un verre de lait). Si votre glycémie au coucher est de 7.0 ou moins, prenez votre collation habituelle et ajoutez un supplément de 250 ml lait ou 1 tranche de pain avec du fromage ou du beurre d'arachide.

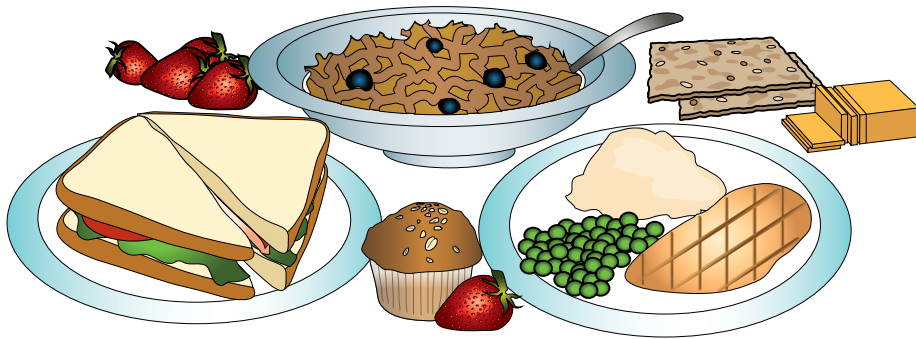


# Conseils pour l'alimentation

Vous rencontrerez la nutritionniste spécialisée en diabète peu de temps après le diagnostic de votre enfant. Au cours de cette rencontre, vous apprendrez des informations importantes concernant l'alimentation de votre enfant. Vous pourrez aussi poser toutes vos questions. En attendant, voici quelques conseils qui vous aideront à vous familiariser avec cette alimentation.

## L'alimentation

- Mangez 3 repas et 2 à 3 collations par jour, contenant tous des glucides
- Mangez tous les repas et les collations figurant selon votre routine aux heures établies avec l'infirmière.
- Ne pas s'interdire certains aliments. Vous pouvez manger tous les aliments, même si votre glycémie est élevée.
- Vous pouvez manger de la « malbouffe » avec modération, comme tout le monde (par exemple : 1 ou 2 friandises de format Halloween).



My daily routine	
Wake-up	___ AM
Blood sugar	___ AM
Breakfast	___ AM
School start	___ AM
Snack at school	___ AM
Blood sugar	___ PM
Lunch	___ PM
School ends	___ PM
Snack	___ PM
Blood sugar	___ PM
Supper	___ PM
Blood sugar	___ PM
Bedtime	___ PM

Always eat a regular snack if your bedtime blood sugar is over 7.0 (e.g. a glass of milk). If your bedtime blood sugar is below 7.0, eat a bigger snack (e.g. a glass of milk with a slice of peanut butter or cheese).

## Les boissons

- Choisissez du lait avec vos repas et collations.
- Buvez de l'eau si vous avez soif, surtout entre les repas et collations
- Buvez un petit jus avant une activité physique (gym, sports, natation, etc.).
- Limitez la consommation de jus à 125 à 200 ml par jour. Essayez de boire le jus avec les repas
- \* Ceci ne comprend pas le jus que vous buvez pour traiter l'hypoglycémie ou pour les activités.

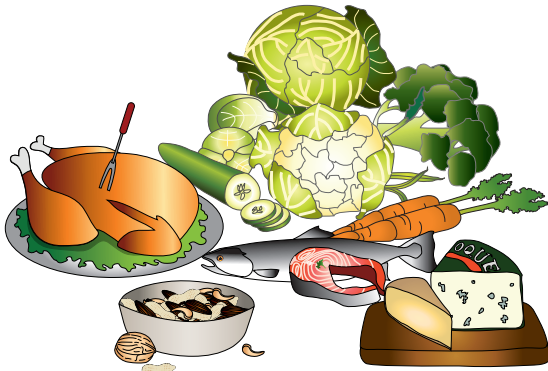


**Évitez de boire des boissons gazeuses.**

## Lors d'une mesure de glycémie il faut :

Ne mangez pas d'aliments contenant des glucides 2 heures avant un test de glycémie sauf si vous en avez besoin pour traiter l'hypoglycémie. Vous pouvez manger des aliments sans glucides durant cette période de 2 heures.

### Les aliments (sans glucides) que vous pouvez manger avant un test de sucre sanguin



Légumes, fromage, viande, œufs, poisson, noix, boissons diètes et les boissons d'amande non sucrée

### Les aliments (avec des glucides) à éviter 2 heures avant un test de sucre sanguin



Fruits, pain, craquelins, céréales, pâtes, riz, lait et yogourt

Testez votre glycémie avant le coucher. Si elle est inférieure à 7.0, mangez une collation supplémentaire (par exemple, 250 ml de lait ou 100 g de yogourt ou 1 tranche de pain avec du beurre d'arachide ou du fromage).



**Appelez la nutritionniste si vous avez des questions ou des préoccupations :**

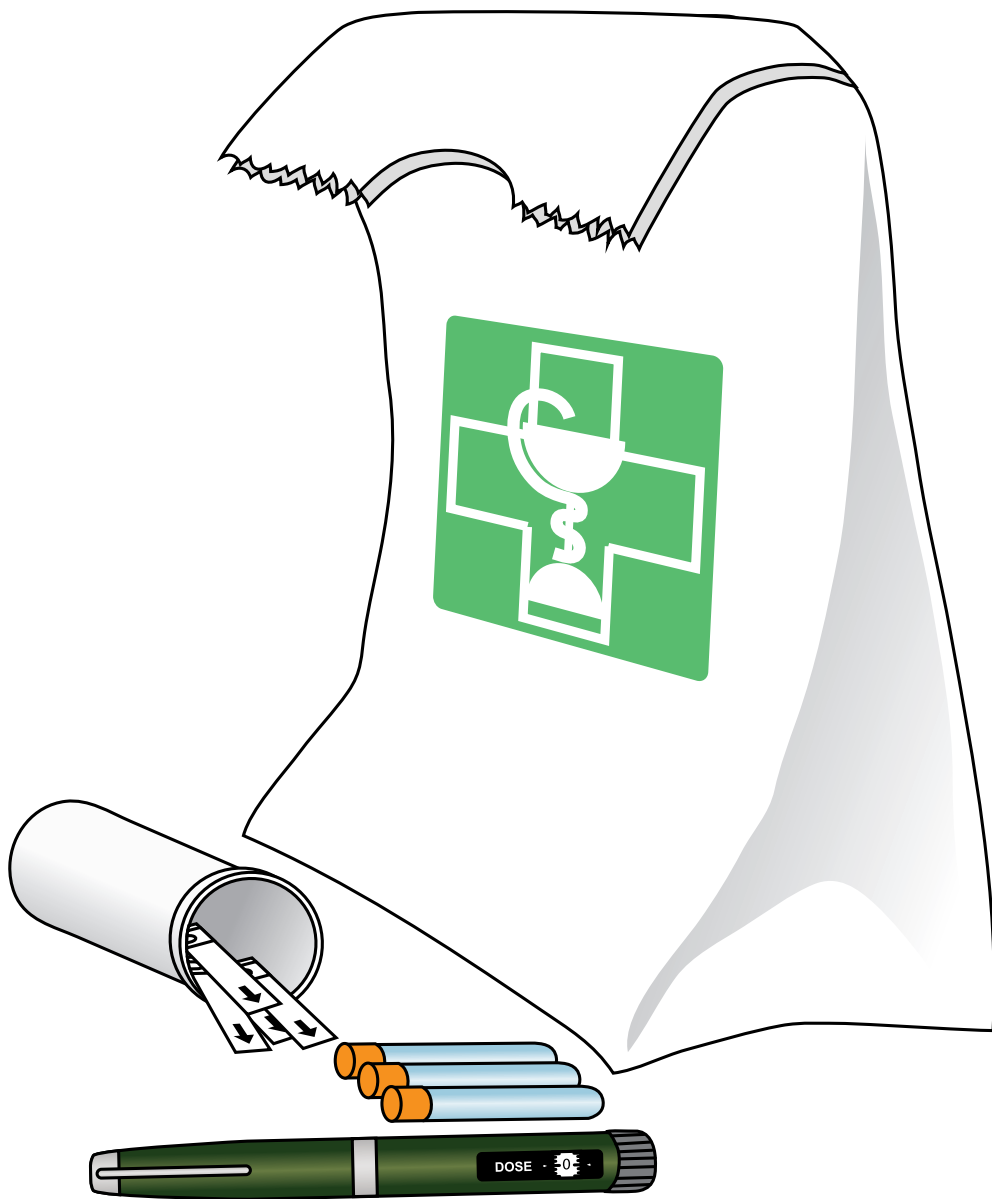
La nutritionniste est disponible en semaine du lundi au vendredi de 8 heures à 16 heures.  
Téléphone : 514-412-4400 poste 22348  
Télécopieur : 514-412-4264  
Email: [lisa.piperno@muhc.mcgill.ca](mailto:lisa.piperno@muhc.mcgill.ca)  
\_\_\_\_\_@muhc.mcgill.ca  
\_\_\_\_\_@muhc.mcgill.ca

## La prescription pour le diabète pédiatrique

Votre infirmière spécialisée en diabète vous donnera votre prescription pour les médicaments pour le diabète. Cette prescription comprend tout ce dont vous avez besoin (l'insuline, les tampons alcoolisés, les aiguilles, les bandelettes de test sanguin, le lecteur de glycémie, etc.).

Votre prescription est valable pendant 1 an. Cela signifie que lorsque vous avez besoin de plus de matériel au cours de l'année, vous pouvez simplement aller à la pharmacie.

**La page suivante est un exemple d'une prescription de médicaments pour le diabète.**





HME  HGM  HRV  
 MCH  MGH  RVH  
 HNM  ITM  CL  
 MNH  MCI  LC



**Prescription de Médicaments**  
**Diabète Pédiatrique**  
Prescription Form  
Pediatric Diabetes

**Tout le texte en surbrillance sera discuté avec votre infirmière en diabète.**

DATE: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
AAYY MM JD

Numéro de dossier / Unit Number / Nom du patient / Patient's Name

INSULIN

Humulin N / Novolin NPH (100 units/ml) <i>insuline / insulin</i>	____ bout.(s) / vial(s) ____ boîte(s) / box(es) 3.0 mL	<b>Lancettes / Lancets:</b> BD Ultrafine / Softclix / Freestyle Accucheck multiclix / one Touch Delica	____ boîte(s) / box(es)
Humalog (Lispro) / Novorapid/Apidra (100 units/mL) <i>insuline / insulin</i>	____ bout.(s) / vial(s) ____ boîte(s) / box(es) 3.0 ml	<b>Stylo(s) à insuline / Insulin Pen(s):</b> Novolin / Novolin Jr. / Echo Luxura / Luxura HD Clickstar Solostar	____ 3.0 mL ____ 21 / 42 unités (units)
Humulin R / Novolin Toronto (100 units/mL) <i>insuline / insulin</i>	____ bout.(s) / vial(s) ____ boîte(s) / box(es) 3.0 ml	<b>Aiguilles pour insuline:</b> Needles for insulin pen: BD / Novo Fine	____ boîte(s) / box(es) 5 mm / 6 mm / 8 mm
Lantus (Glargine) (100 units/mL) Levemir (Detemir) (100 units/mL)	____ bout.(s) / vial(s) ____ boîte(s) / box(es) 3.0 ml	<b>Glucomètre / Glucometer</b> Accu-Check Compact plus / Contour <sup>2</sup> One Touch Ultra <sup>2</sup> / Precision Xtra / Contour USB/ Aviva / Lite / Nano Autre / Other.	____ 1 ou / or 2
<b>Seringues à insuline: BD</b> Insulin syringes: BD	____ boîte(s) box(es) 50u / 100units ____ boîte(s) 30 units graduée ½ units box(es) 30 units with ½ mark courte- short / régulière- regular	<b>Bandelettes pour indicateur de glycémie:</b> Strips for blood glucose meter: Accu-check Compact plus / Contour <sup>2</sup> One Touch Ultra <sup>2</sup> / Precision Xtra / Aviva / Lite Autre / Other.	____ boîte(s) / box(es) glucose ____ boîte(s) / box(es) cétones / ketones
<b>Tampons alcoolisés / Alcohol swabs</b>	____ boîte(s) / package(s)	<b>Comprimés(Tablets) de Glucose DEX 4</b>	____ 10 tabs ____ 50 tabs ____ Patch / 30gr tube
<b>Ketostix</b>	____ bouteille(s) / bottle(s)	EMLA Cream Tegaderm transparent dressing Lancet Pen-Device/ auto-piqueur	____ ____ ____
<b>Trousse d'urgence de Glucagon</b> Glucagon emergency kit Glucagen® Hypokit 1 mg	____ 1 ou / or 2 OU/OR ____ 1 ou / or 2	Autre / Other :	____
Gravol <input type="checkbox"/> 15 mg <input type="checkbox"/> 25 mg <input type="checkbox"/> 50 mg <input type="checkbox"/> tab. <input type="checkbox"/> supp q 6h or q 8h or pm		<b>Boîte-dépôt d'aiguilles/ Sharp container:</b> ____ boîte(s) / box(es)	
<b>CETTE PRESCRIPTION EST RENOUVELABLE POUR ____ MOIS / THIS PRESCRIPTION IS RENEWABLE FOR ____ MONTHS.</b> Aucun substitut sans autorisation médicale / No substitution without medical authorization			
Veuillez parapher/ Please initial			
<b>A compléter lorsque la prescription doit être télécopiée / To be completed if prescription is faxed</b>			
Le médecin doit compléter cette section pour se conformer aux règles émises par le Collège des médecins lors de prescription transmise par télécopieur. To comply with the regulations of the Collège des médecins, this section must be completed by the physician if this prescription is to be faxed.			
Pharmacien propriétaire Owner of the Pharmacy	No. Télécopieur Fax number (____) _____	Date et heure de la télécopie Fax date and time	AAYY/MM/JD 00:00
Le médecin ci-haut mentionné certifie que :		The above mentioned physician certifies that :	
1) Cette ordonnance est originale 2) Le pharmacien identifié précité est le seul destinataire 3) L'original de cette ordonnance ne sera pas réutilisé		1) This is the original prescription 2) The afore mentioned pharmacist is the only recipient 3) The original prescription will not be re-used	
<b>TRANSMISSION CONFIDENTIELLE PAR TÉLÉCOPIEUR</b>		<b>CONFIDENTIAL FAX TRANSMISSION</b>	
Ce message contient de l'information privilégiée, confidentielle et ne pouvant être divulguée. Si vous n'êtes pas un destinataire envisagé de ce message ou une personne autorisée à le recevoir, veuillez communiquer avec le soussigné et ensuite détruire ce message ainsi que toutes les copies pouvant exister. This message contains privileged confidential information which is not to be disclosed. If you are not the intended recipient of this message please contact the undersigned and destroy this message as well as all existing copies.			
Annexer la confirmation par télécopieur à la copie jaune / Attach Fax confirmation to the yellow copy			
Nom du médecin: Name of physician:	Numéro de permis : License Number:	Signature :	



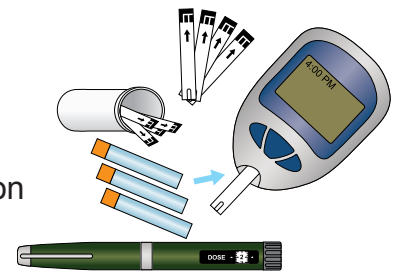
# Le protocole pour l'école

## Ce qu'il faut dire et apporter à l'école ou à la garderie

Organisez une rencontre avec le personnel scolaire qui sera responsable de votre enfant (enseignants, directeur d'école, secrétaire, infirmière de l'école...). Vous aurez besoin de parler des points suivants :

### 1. Le test de glycémie à midi et l'injection d'insuline

- Vérifiez qui sera responsable de faire le test de glycémie et l'injection d'insuline ou,
- Vérifiez qui sera chargé de surveiller votre enfant pendant son test de glycémie et son injection d'insuline.
- Où se feront le test et l'injection ?



### 2. Gérez un épisode d'hyperglycémie (niveau de glycémie élevé)

- Il n'y a rien à faire.
- L'enfant peut être assoiffé et aura besoin d'uriner plus souvent. Il doit avoir l'autorisation de boire de l'eau et d'aller aux toilettes selon ses besoins.



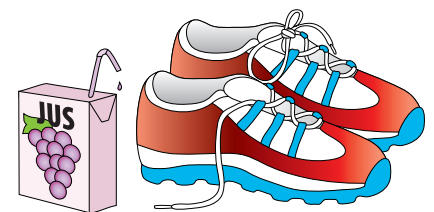
### 3. Gérez un épisode d'hypoglycémie (niveau de glycémie basse)

- Il faut suivre le protocole Pour l'hypoglycémie (niveau de glycémie basse).



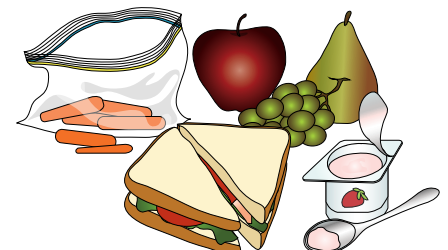
### 4. Les activités physiques

- L'enfant devra boire une boîte à jus avant de faire des activités physiques.
- Vérifiez qui sera chargé de surveiller que votre enfant boit son jus.



### 5. Les collations et les repas

- Vérifiez qui sera chargé de surveiller que les collations et les repas sont mangés.



## 6. En cas de malaise ou maladie

- Il faut contacter les parents pour qu'ils viennent chercher l'enfant.

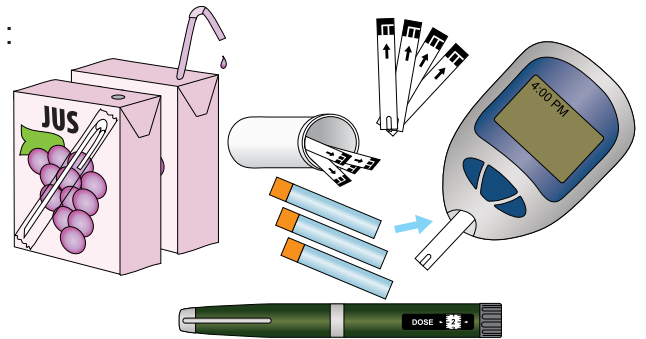
**Les vomissements (une gastro) peuvent devenir une situation d'urgence pour un enfant diabétique. Contactez immédiatement les parents.**



## 7. Les fournitures

L'école devrait toujours disposer des choses suivantes :

- des boîtes à jus
- un lecteur de glycémie et des bandelettes
- de l'insuline et des aiguilles de stylo à insuline si les injections se font au moment du dîner
- le protocole du diabète de l'hôpital
- des collations supplémentaires



## 8. Informations importantes sur les personnes à contacter :

Les parents :

---

---

---

---

### Des questions ou des préoccupations ?

N'hésitez pas à contacter l'infirmière de la clinique du diabète au : 514-412-4400 poste 22860  
(Nancy Dumouchel et/ou Sandra Kambites)

### Une urgence ?

Appelez le 514-412-4400 poste 53333.  
Demandez le médecin de garde spécialisé en diabète pédiatrique.



# Le protocole pour l'hypoglycémie (niveau de sucre sanguin bas)

## Qu'est-ce que l'hypoglycémie ?

L'hypoglycémie correspond à un niveau de de glycémie inférieur à 4.0.

## Quelles peuvent être les causes de l'hypoglycémie ?

- un repas sauté ou une collation manquée
- faire de l'activité ou de l'exercice sans avoir pris une collation supplémentaire
- les vomissements
- une dose d'insuline trop importante

## Quels sont les signes et les symptômes ?

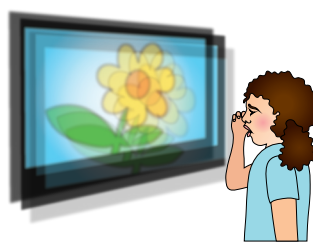
Un enfant plus âgé peut décrire les symptômes. Cependant, ce n'est pas toujours le cas pour un enfant plus jeune.



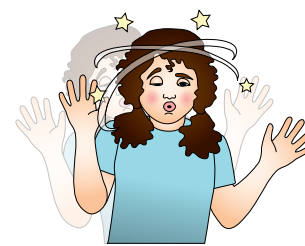
Des tremblements



Une grande fatigue et la pâleur



Une vision floue



Des vertiges



Les changements d'humeur



De la transpiration



La faim



Des maux de tête

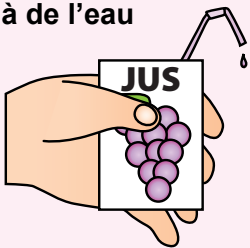
Dès que vous avez un doute, vérifiez la glycémie. Si vous ne pouvez pas mesurer la glycémie de l'enfant, considérez que l'enfant fait de l'hypoglycémie.

# Comment traiter l'hypoglycémie chez l'enfant conscient ?

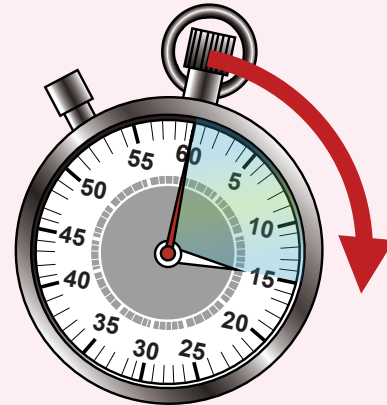
Appliquez le protocole ci-dessous, même si l'enfant ne montre aucun signe d'hypoglycémie. Surveillez et assurez-vous que tous les repas et les collations sont entièrement mangés et à la bonne heure.

## 1. Donnez une source de sucre à action rapide tout de suite :

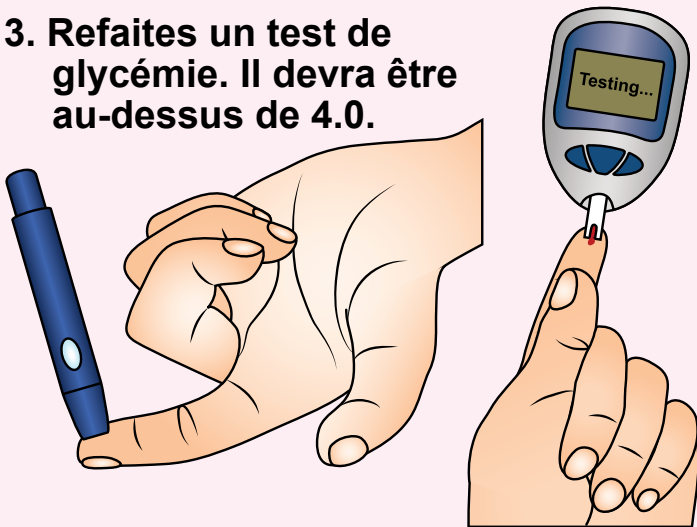
- Une boîte à jus de 200 ml
- 3 à 5 comprimés de glucose
- 4 cuillères à thé ou 4 sachets de sucre mélangé à de l'eau



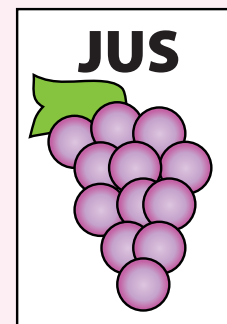
## 2. Attendez 15 minutes. Ne laissez pas l'enfant seul.



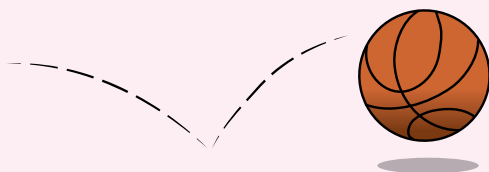
## 3. Refaites un test de glycémie. Il devra être au-dessus de 4.0.



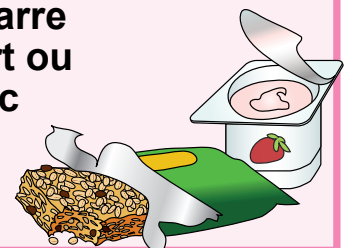
## 4. Si la glycémie de l'enfant est toujours inférieure à 4.0, répétez les étapes 1, 2 et 3.



## 5. Lorsque le niveau de glycémie dans le sang est revenu au-dessus de 4.0, l'enfant peut reprendre ses activités.



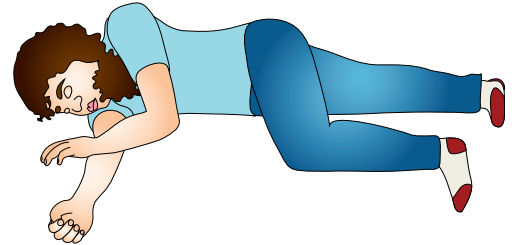
## 6. Si le prochain repas/la prochaine collation est dans plus d'une heure, donnez une collation contenant des glucides et des protéines (parexemple une barre granola, un yogourt ou des craquelins avec du fromage).



# Comment traiter l'hypoglycémie chez un enfant inconscient ?

## 1. Si l'enfant est inconscient, fait une convulsion, ou est incapable d'avaler :

- Positionnez l'enfant sur son côté
- Gardez l'enfant dans la position allongée
- Ne lui donnez rien par la bouche (risque d'étouffement)

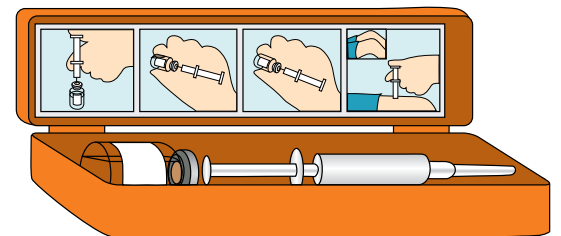


## 2. Appelez le 911



## 3. Injectez le glucagon si disponible. Une formation est nécessaire.

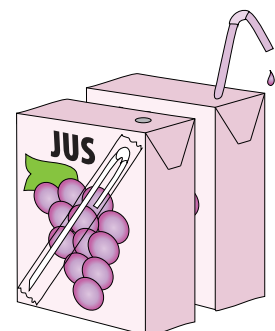
Le glucagon est une hormone. Il a l'effet inverse de l'insuline. Il augmentera le niveau de sucre dans le sang. Son utilisation est sécuritaire.



## 4. Appelez les parents.



5. Lorsque l'enfant est de nouveau conscient, donnez-lui des gorgées de jus ou de soda à moins qu'il ne vomisse.





# Appendix

## Où nous trouver

Nous sommes localisé dans l'aile A2 Sud de l'Hôpital de Montréal pour enfants au CUSM du site Glen.

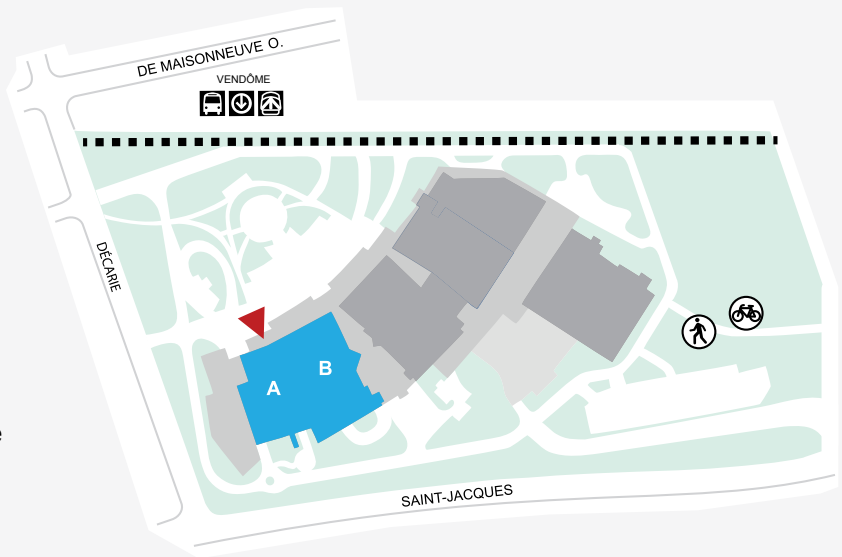
### Hôpital de Montréal pour enfants au site Glen du CUSM

1001 Décarie Blvd.  
Montreal, QC H4A 3J1

Se rendre au A2 Sud:

①

Entrez par l'entrée principale de l'Hôpital de Montréal pour enfants



②

Marchez le corridor qui mène aux ascenseurs



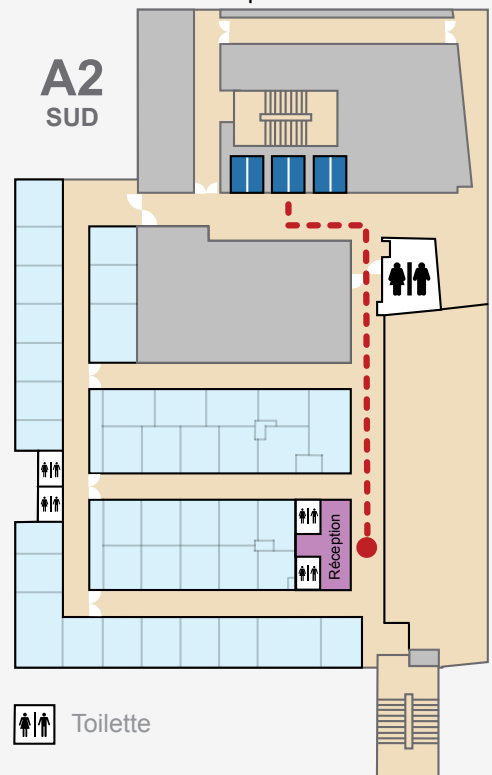
③

Prenez les ascenseurs jusqu'au 2<sup>ème</sup> étage (A2)



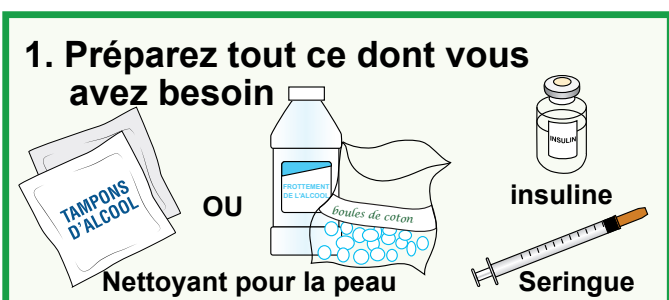
④

Marchez jusqu'au bureau de la réception du A2 Sud



# Comment faire une injection d'insuline avec une seringue ?

**1. Préparez tout ce dont vous avez besoin**



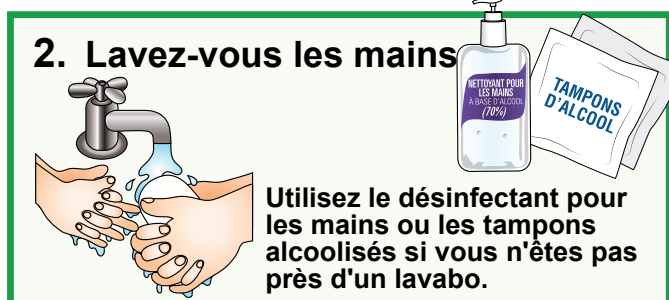
TAMPONS D'ALCOOL OU PROTECTANT POUR LES MAINS À BASE D'ALCOOL (70%)

Nettoyant pour la peau

insuline


Seringue

**2. Lavez-vous les mains**



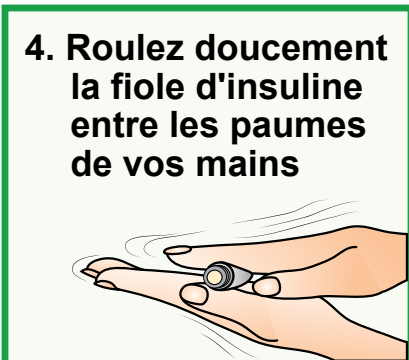
Utilisez le désinfectant pour les mains ou les tampons alcoolisés si vous n'êtes pas près d'un lavabo.

**3. Vérifiez la fiole d'insuline**

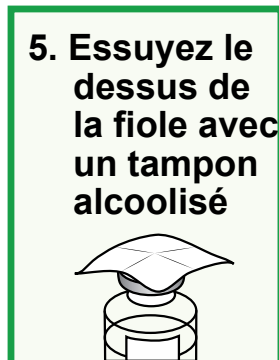


Vérifiez que vous avez le bon type d'insuline


**4. Roulez doucement la fiole d'insuline entre les paumes de vos mains**



**5. Essuyez le dessus de la fiole avec un tampon alcoolisé**

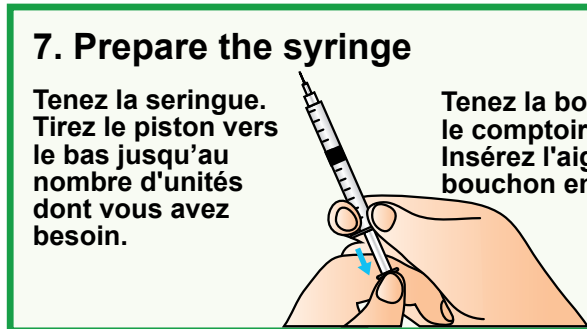


**6. Retirez le capuchon de l'aiguille**




**7. Prepare the syringe**

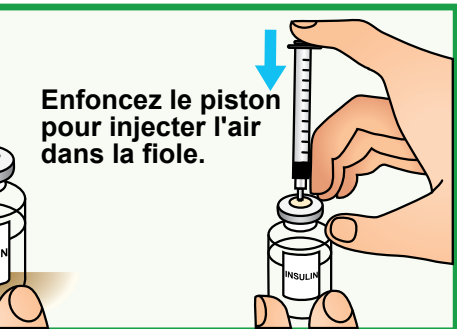
Tenez la seringue. Tirez le piston vers le bas jusqu'au nombre d'unités dont vous avez besoin.




Tenez la bouteille fermement sur le comptoir ou la table. Insérez l'aiguille dans le bouchon en caoutchouc.



Enfoncez le piston pour injecter l'air dans la fiole.



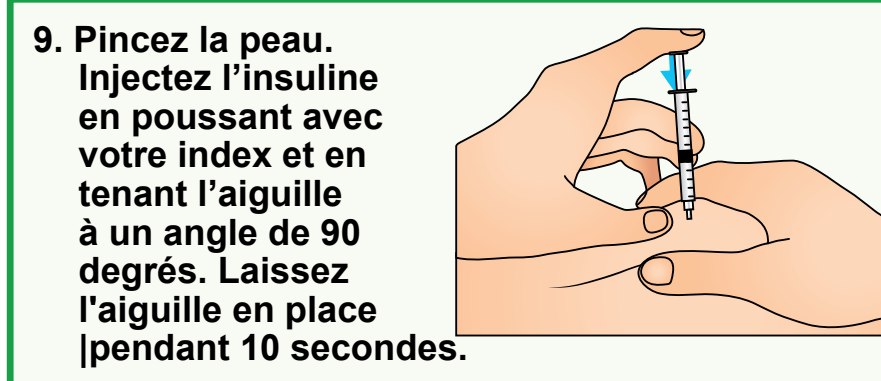
**8. Nettoyez la peau avec un tampon alcoolisé et laissez sécher**




Retirez la seringue de la fiole. Tapotez légèrement pour enlever les bulles d'air.

Rétournez maintenant la fiole et la seringue à l'envers. Tirez sur le piston pour remplir la seringue avec votre insuline.


**9. Pincez la peau. Injectez l'insuline en poussant avec votre index et en tenant l'aiguille à un angle de 90 degrés. Laissez l'aiguille en place pendant 10 secondes.**



**8. Nettoyez la peau avec un tampon alcoolisé et laissez sécher**



**Jetez la seringue dans le collecteur d'aiguilles.**



Lorsque le collecteur d'aiguilles est rempli aux 3/4, apportez-la à votre pharmacie ou votre CLSC.



# Comment faire le test des cétones ?

Un test sanguin de cétones est une méthode plus précise pour vérifier les cétones.

## 1. Préparez tout ce dont vous avez besoin



## 2. Lavez-vous les mains



## 3. Insérez la bandelette de cétones pour positionner le lecteur sur « ON »



## 4. Poussez ou tirez pour charger l'autopiqueur



## 5. Piquez le doigt



Posez la main de l'enfant sur une surface dure, la paume de main tournée vers le haut. Placez l'autopiqueur sur le bout du doigt et appuyez sur le bouton pour actionner l'aiguille.

## 6. Placez la goutte de sang sur la bandelette de test



## 7. Interprétez les résultats

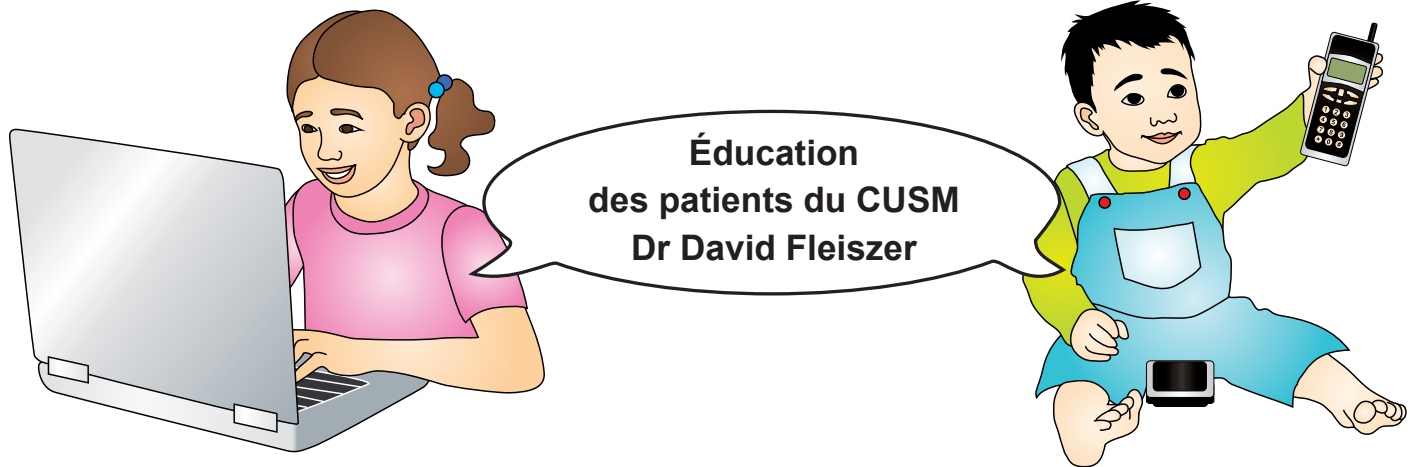
Niveau de cétones dans le sang	Conseil
Plus de 3 mmol/L	Il s'agit d'une situation d'urgence. Appelez le médecin spécialisé en diabète au : 514-412-4400 poste : 53333. Demandez le médecin de garde spécialisé en diabète pédiatrique.
Entre 1.5-3 mmol/L	L'enfant peut faire une acidocétose diabétique. Appelez le médecin spécialisé en diabète au : 514-412-4400 poste : 53333. Demandez le médecin de garde spécialisé en diabète pédiatrique.
Entre 0.6-1.5 mmol/L	Refaites une mesure du sucre sanguin dans le sang et un test de cétones dans 2 à 4 heures.
Moins 0.6 mmol/L	Ne faites rien. Faites vos mesures de sucre sanguin comme d'habitude.

## Aidez-nous à aider les autres

Aidez-nous à soutenir l'Office d'éducation des patients du CUSM. Votre don fera une grande différence. Il nous permettra de développer de nouveaux programmes et matériels d'information sur la santé afin d'offrir les meilleurs soins pour la vie.

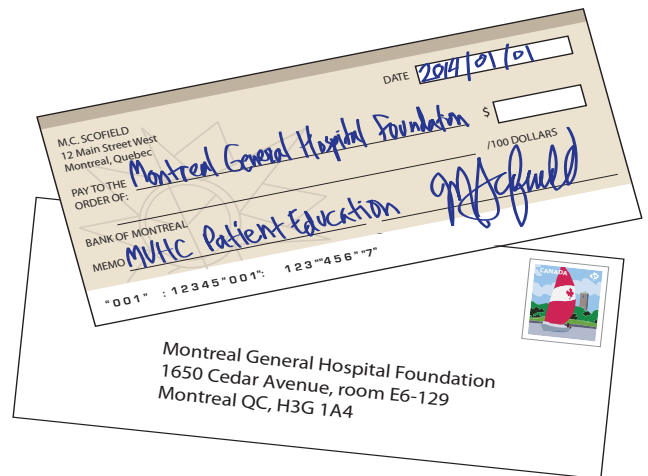
Tout le matériel d'information pour le patient est disponible gratuitement sur notre site internet pour les patients et leurs familles du CUSM ainsi que pour ceux de partout.

Faites un don à la Fondation de Hôpital général de Montréal à :



En ligne : [fondationhgm.com](http://fondationhgm.com)

Par téléphone : 514-934-8230



En personne / Par courrier : 1650, avenue Cedar, bureau E6-129  
Montréal QC, H3G 1A4

## Merci de votre soutien!

L'Office d'éducation des patients du CUSM: [educationdespatientscusc.ca](http://educationdespatientscusc.ca)

# Accéder ce guide en ligne / Access this guide online

Centre universitaire  
de santé McGill



McGill University  
Health Centre

Office d'éducation des patients  
Patient Education Office



English

[muhcpatienteducation.ca](http://muhcpatienteducation.ca)

Diabetes (in Children)



Français

[educationdespatientscusm.ca](http://educationdespatientscusm.ca)

Diabète (Enfants)



Centre universitaire  
de santé McGill



McGill University  
Health Centre

Office d'éducation des patients  
Patient Education Office



English

[muhcpatienteducation.ca](http://muhcpatienteducation.ca)

Diabetes (in Children)



Français

[educationdespatientscusm.ca](http://educationdespatientscusm.ca)

Diabète (Enfants)

