

Jeûne pour des examens médicaux et diabète de type 1

Certains examens médicaux (p.ex., prise de sang) nécessitent de jeûner (c-à-d, ne pas manger pour une période de temps). Si vous vivez avec le diabète de type 1, le jeûne peut augmenter le risque d'hypoglycémie et certains ajustements de votre médication pourraient être requis.



Si je dois être à jeûn, je prends les précautions suivantes:

AVANT LE JEÛNE

- Je m'informe auprès du personnel médical des modalités de mon jeûne (p.ex., durée, moment de reprise de l'alimentation normale, liquides et quantités permises) et des directives en cas d'hypoglycémie (p.ex. besoin d'annuler le rendez-vous).
- Je demande à ce que le rendez-vous soit le plus tôt possible dans la journée afin de limiter la durée du jeûne. Mentionner que vous vivez avec le diabète vous permet souvent d'être priorisé.
- Je limite mon activité physique et ma consommation d'alcool la veille et la journée du jeûne.
- Si je prends des médicaments, autre que l'insuline, je demande à mon médecin si et quand je dois les cesser.

Si j'utilise des injections d'insuline, je considère faire les ajustements suivants:

Durée du jeûne	Moins de 8 heures	De 8 à 12 heures
Insuline lente*	Aucun ajustement requis.	Si la durée d'action de mon insuline lente est de 24h et moins (p.ex., Lantus, Basaglar): je peux injecter 70-80% de la dose usuelle lors de l'injection qui précède le test (p.ex., la veille au soir). (Dose usuelle x 0.7 ou 0.8 = dose à administrer). Si la durée d'action de mon insuline est supérieure à 24h (p.ex., Toujeo, Tresiba), je conserve ma dose usuelle.
Insuline rapide	• Aucun ajustement requis pour les glucides du dernier repas. • Si ma glycémie est haute au dernier repas ou durant la nuit, je corrige avec prudence en me donnant la moitié de ma dose de correction habituelle.	

*Si vous prenez de l'insuline lente 2 fois par jour ou de l'insuline Humulin N ou Novolin NPH, un ajustement pourrait être requis en fonction de votre glycémie et la durée du jeûne. Parlez-en avec votre équipe de soins.

Si j'utilise une pompe à insuline, je considère faire les ajustements suivants:

Durée du jeûne	Moins de 8 heures	De 8 à 12 heures
Pompe à insuline non-automatisée	Débit basal: - En fonction de l'heure de l'examen, de la durée du jeûne et de mes glycémies habituelles, une réduction du débit basal de façon temporaire pourrait être requise, j'en parle avec mon équipe de soins. Bolus: - Aucun ajustement requis pour les glucides du dernier repas. - Si ma glycémie est haute au dernier repas ou durant la nuit, je corrige avec prudence en me donnant la moitié de ma dose de correction habituelle.	
Système de boucle fermée hybride (pompe à insuline automatisée)	Selon les fonctionnalités de mon système: - Je mets la pompe en mode activité physique. - OU je mets un débit basal temporaire de 70% du débit habituel. - OU je sélectionne avec une cible temporaire plus élevée pour la durée du jeûne.	

PENDANT LE JEÛNE

- Je surveille mes glycémies plus souvent.
- Si je porte un lecteur de la glycémie en continu, je programme l'alarme pour l'hypoglycémie à un seuil plus élevé qu'à l'habitude.
- Je mesure mes cétones si ma glycémie est supérieure à 14 mmol/L.
- En cas d'hypoglycémie pendant le jeûne, je la traite comme à l'habitude et avise l'équipe médicale pour que cela soit pris en compte dans l'analyse des résultats. Certains examens comme la coloscopie demandent une diète liquide 1 journée avant. Ces liquides devraient donc être privilégiés pour traiter une hypoglycémie (p.ex., ½ tasse de jus de pommes ou de boisson gazeuse régulière).
- J'apporte des sucres rapides avec moi à l'examen.

APRÈS L'EXAMEN MÉDICAL

- Je m'informe de ce que je pourrai manger et quand.
- Si je prends de la médication orale pour mon diabète, je pourrai la reprendre dès qu'il sera possible de manger et de m'hydrater normalement. Important ! Ne pas doubler la dose pour compenser la dose sautée.
- Si j'utilise des injections d'insuline, je recommence à prendre mes doses habituelles*
- Si j'utilise une pompe à insuline ou un système de boucle fermée hybride, je reviens à mon débit basal usuel dès la fin de la procédure ou je reprends le mode automatique /désactive le mode activité physique et je prends mes bolus normalement dès que je suis en mesure de manger normalement.*

*sauf si l'équipe médicale m'en avise autrement