



**CHU
Sainte-Justine**
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant
Université 
de Montréal

Injection d'insuline pour le diabète gestationnel

Informations destinées à la clientèle



Vous venez d'apprendre que vous avez besoin de vous injecter de l'insuline et cela vous inquiète : c'est normal. Plusieurs femmes enceintes vivent ces inquiétudes.

Ce dépliant a pour but de répondre à vos questions. Si vous avez d'autres préoccupations, n'hésitez pas à en parler à votre infirmière.

Qu'est-ce que l'insuline ?

L'insuline est une hormone qui aide à diminuer le taux de sucre dans le sang.

Pourquoi faut-il injecter son insuline ?

L'insuline ne peut être prise par la bouche parce qu'elle serait détruite lors de la digestion. Il faut donc, si on veut qu'elle atteigne le sang, l'injecter sous la peau.

L'insuline est-elle nocive pour le bébé ?

L'insuline ne traverse pas le placenta. En améliorant les taux de glycémie, l'insuline permet de réduire le risque de complications pour vous et votre bébé.

Existe-t-il différentes sortes d'insuline ?

Oui, voici les 2 principales sortes d'insuline utilisées pour le contrôle du diabète gestationnel.

Insuline à action rapide

- › Doit être donnée immédiatement avant le repas
- › Apparence claire
- › Début d'action : 10-20 minutes
- › Action maximale : 30-45 minutes
- › Durée : 3-5 heures

Insuline à action lente

- › Apparence : opaque, blanche
- › Doit être mélangée avant d'injecter (voir à la page 5)
- › Début d'action : 1 h 30
- › Action maximale : 6-12 heures
- › Durée : environ 12-18 heures

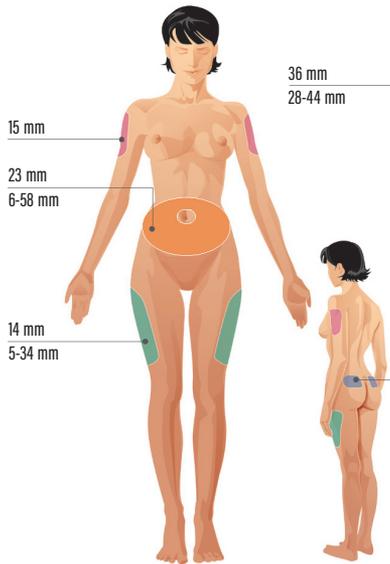
À noter

- ▶ À la suite de vos résultats de glycémie, le médecin ou l'infirmière ajustera vos doses d'insuline. Ces ajustements pourront se faire lors de vos rendez-vous réguliers, par téléphone ou par courrier électronique.
- ▶ L'effet de l'insuline peut varier selon le site d'injection, l'augmentation de la température corporelle et l'exercice physique.

Conservation de l'insuline

- ▶ Conservez l'insuline de réserve au réfrigérateur. Les stylos en cours d'utilisation se conservent à température ambiante jusqu'à 4 semaines.

Sites d'injection



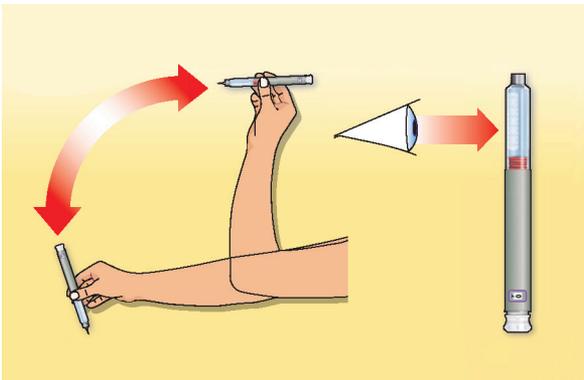
Tiré du site internet : www.fit4diabetes.com

Les chiffres représentent l'épaisseur du tissu sous-cutané.

- ▶ L'insuline doit être injectée sous la peau, dans le tissu sous-cutané. L'épaisseur du tissu gras sous-cutané varie selon la zone du corps.
- ▶ L'abdomen est la région d'injection privilégiée chez la femme enceinte.
- ▶ Laissez un espace d'environ 3 cm autour du nombril.
- ▶ Effectuez une rotation des points d'injection.

Technique d'injection

1. Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon.
2. Préparez votre dose d'insuline selon la technique enseignée par l'infirmière (référez-vous au guide de l'utilisateur de votre stylo injecteur au besoin)
3. L'insuline opaque doit être mélangée. Basculez 10 fois.



Tiré du site internet : www.fit4diabetes.com

4. Si la dose est de 50 unités ou plus, administrez en 2 points d'injection.
5. Choisissez la région de l'injection (il n'est pas nécessaire de désinfecter la peau).
6. Au besoin, faites un pli cutané de la région choisie.
7. Positionnez votre stylo à un angle de 90° de la surface de la peau pour faire votre injection.
8. Laissez l'aiguille sous la peau pendant 10 secondes après avoir terminé votre injection.

Hypoglycémie

Qu'est-ce que l'hypoglycémie ?

L'hypoglycémie est une baisse du niveau de glucose dans le sang.

Causes possibles

- ▶ Ne pas avoir assez mangé ou avoir mangé en retard
- ▶ Plus d'activité physique
- ▶ Trop grande quantité d'insuline

Symptômes

- ▶ Sueurs froides
- ▶ Tremblements
- ▶ Faim intense
- ▶ Fatigue soudaine
- ▶ Faiblesse
- ▶ Vertiges
- ▶ Impatience
- ▶ Pâleur
- ▶ Mal de tête
- ▶ Confusion
- ▶ Changement dans la vision
- ▶ Picotement autour de la bouche
- ▶ Excès de nervosité

Si vous êtes incapable de boire ou de manger (par exemple si vous avez d'importantes nausées ou vomissements, contactez le triage obstétrical au 514 345-4701.

Que faire en cas d'hypoglycémie ?

1. Si vous le pouvez, faites une glycémie avec votre glucomètre. Vous apprendrez ainsi à reconnaître vos signes lors d'hypoglycémie.
2. Si votre glycémie est plus basse que 3,5 mmol/L, prenez 15 g de glucide (un choix) :
 - > 125 ml (½ tasse) de jus de fruits
 - > 6 Life Savers^{MD} (mâcher et avaler) ou 3 bonbons durs
 - > 1 cuillère à table de miel (15 ml)
3. Si votre prochain repas n'est pas dans l'heure qui suit, prenez des protéines et un féculent (p. ex. craquelins et fromage)
4. 15 minutes plus tard, refaites une glycémie. Si elle est toujours plus basse que 3,5 mmol/L, reprenez un aliment comme ceux recommandés ci-haut.

5. Si vous n'avez pas de symptômes et que votre glycémie est entre 3,5 et 4 mmol/L, prenez une collation ou mangez votre repas prévu.
6. Inscrire sur votre feuille de glycémie :
 - > l'heure de l'hypoglycémie
 - > vos symptômes d'hypoglycémie
 - > les résultats de glycémies
 - > les aliments pris

N'oubliez pas d'en parler à votre prochaine visite médicale.

Lorsque vous sortez, vous devriez toujours avoir en votre possession un aliment sucré.

Si vous avez des questions ou problèmes concernant votre diabète, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

CHU Sainte-Justine

3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
Montréal (Québec) H3T 1C5
Téléphone : 514 345-4931

chusj.org

Infirmière de la clinique MIGO

Téléphone : 514 345-4931 poste 6692
(entre 8 h 00 et 16 h 00, du lundi au vendredi)

Courriel : clinique.migo.hsj@ssss.gouv.qc.ca

En cas de problème les soirs, nuits ou fins de semaine **appelez à l'Unité des naissances au 514 345-4701.**

Révision

Mounia Messas, inf. clinicienne
D^{re} Evelyne Rey
Valérie Samson, CCSI
D^{re} Marie-Lou Tardif

Collaboration

Maire-Pierre Gagné, inf. clinicienne
D^{re} Nicole Michon
Caroline Morin, pharmacienne
Françoise Pilon, inf. clinicienne

Impression

Imprimerie du CHU Sainte-Justine
© CHU Sainte-Justine

F-4204 GRM 3993993 (rév. 10-2022)