

Gamme ACCU-CHEK® Performa

Roche

ACCU-CHEK® Performa

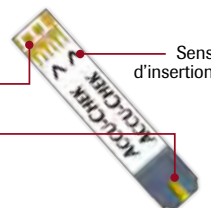


ACCU-CHEK® Performa Nano

- Mesure de la glycémie en 5 secondes avec 0.6 µl¹
- Identification des glycémies pré et post-prandiales²
- Moyenne des glycémies sur les 7, 14, 30 et 90 jours³
- Rappel des glycémies post-prandiales

Bandelette extra-large ACCU-CHEK® Performa

- 6 électrodes pour contrôler les conditions d'utilisation avant chaque mesure
- Zone de dépôt colorée en entonnoir
- Utilisation jusqu'à la date de péremption pour les flacons entamés conservés et utilisés correctement¹



11/2014 - Les produits Accu-Chek sont des dispositifs d'Auto-Surveillance Glycémique (ASG) destinés aux personnes atteintes de diabète. Fabricant : Roche Diagnostics GmbH (Allemagne) - Distributeur : Roche Diabetes Care France. Ces dispositifs médicaux et dispositifs médicaux de diagnostic in vitro sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation le marquage CE. Lire attentivement la notice. L'ASG est employée lorsqu'elle est susceptible d'entraîner une modification de la thérapeutique ; elle doit être systématique et pluriquotidienne dans le diabète de type 1 et limitée à certains patients dans le diabète de type 2. Elle nécessite une éducation avec un professionnel de santé. En cas de discordance entre résultat et votre état de santé actuel, contactez votre professionnel de santé. 14/04/ROCHEDIAG/GP001 rev.01

¹ Notice bandelette Accu-Chek Performa (2012-09). ² 1 ou 2 heures après le repas. ³ Manuel d'utilisation lecteur Accu-Chek Performa (2013-06) et Accu-Chek Performa Nano (2012-05).

Roche Diabetes Care s'implique à vos côtés !

→ Hotline diététique

Pour répondre à vos questions sur l'alimentation
0811 03 06 45 (n° Azur - prix d'un appel local)

→ www.cuisinevirtuelle.fr

Un site ludique et interactif pour composer ses repas et calculer leurs apports nutritionnels en ligne

→ Gluci-Chek

L'application qui compte les glucides, pour les personnes traitées par insuline
www.gluci-chek.fr



C'EST-À-DIRE

COMPLÉTEZ VOTRE COLLECTION DE FICHES

Roche

- > Fiche Diabète de type 1
- > Fiche Diabète de type 2
- > Fiche Autosurveillance de la glycémie - type 1
- > Fiche Autosurveillance de la glycémie - type 2
- > Fiche Glycémie trop haute
- > Fiche Glycémie trop basse

- > Fiche Conseils diététiques pour adapter l'insuline à l'alimentation
- > Fiche Conseils diététiques pour les personnes diabétiques de type 2
- > Fiche Diabète gestationnel
- > Fiche Diabète et voyage
- > Fiche Vocabulaire du diabète
- > Fiche Pied diabétique



> Découvrez notre collection de fiches pratiques en composant le :
0820 201 045 (n° Azur prix d'un appel local)

Adhérer à une association de patients est recommandé et contribue à une meilleure connaissance de sa maladie et des progrès de la recherche.

AFD • Fédération Française des Diabétiques

88, rue de la Roquette - 75544 Paris Cedex 11
Tél. 01 40 09 24 25 - Fax 01 40 09 20 30
www.afd.asso.fr

AJD • Aide aux Jeunes Diabétiques

9, avenue Pierre de Coubertin - 75013 Paris
Tél. 01 44 16 89 89 - Fax 01 45 81 40 38
www.adj-diabete.fr - ajd@ajd-educ.org

Union des Maisons du Diabète

124, rue Raymond Derain - 59700 Marcq en Baroeul
Tél. 03 20 72 32 82 - www.maison-diabete.info

Association française des femmes diabétiques

Maison des associations du 4^{ème}
38 boulevard Henri IV - 75004 Paris
Tél. 06 30 99 00 70 - contact@femmesdiabetiques.com
www.femmesdiabetiques.com

Roche Diabetes Care France
2, avenue du Vercors
38240 Meylan



DIRECTEUR DE PUBLICATION
F. JACQUEY

COMITÉ DE RÉDACTION
S. HALIMI, P.Y. BENHAMOU, A. RUEFF

C'EST-À-DIRE

C'EST-À-DIRE

AUTOSURVEILLANCE DE LA GLYCÉMIE - TYPE 2

Roche



→ Autosurveillance de la glycémie - Type 2

ROCHE vous informe

→ Mesurer sa glycémie soi-même

→ Préserver une bonne qualité de vie

MESURER SA GLYCÉMIE SOI-MÊME, C'EST METTRE PLUS DE CHANCES DE SON CÔTÉ

> **Mesurer sa glycémie** pour un diabétique traité par insuline est indispensable, mais les diabétiques traités uniquement par régime seul ou par comprimés ont aussi intérêt à le faire. En effet, ce diabète est silencieux, sournois et souvent négligé.

> **La surveillance des glycémies** par le patient le renseigne sur la qualité de son équilibre entre deux prises de sang. Elle lui permet de comprendre l'influence des médicaments, de l'alimentation, de l'exercice physique sur son taux de sucre dans le sang et elle lui indique si une fringale ou un malaise correspondent à une hypoglycémie.

> Les mesures ne devront pas nécessairement être fréquentes mais elles seront pratiquées **en variant l'horaire** et seront choisies en concertation avec le médecin. Pour résumer, mesurer sa glycémie aide à mieux se connaître et permet de rester attentif à l'équilibre de son diabète.

UNE MALADIE SILENCIEUSE

Dans de nombreux cas, le diabète de type 2 n'est pas ressenti par le sujet qui en est atteint. C'est une maladie-

silencieuse, **souvent ignorée** et négligée. Elle peut être responsable de complications sérieuses. Pour les prévenir, il faut se surveiller régulièrement et ne pas attendre les prises de sang faites tous les 3 mois en laboratoire de biologie médicale (afin de doser l'hémoglobine glyquée ou HbA1c) pour ajuster le traitement.

Aucun laboratoire d'analyse médicale ne peut venir à domicile à toute heure pour mesurer votre taux de glycémie ou vérifier la nature d'un malaise.

De plus, une prise de sang est plus pénible que les contrôles que vous pouvez réaliser en tout lieu et tout temps avec votre lecteur de glycémie.

CONNAÎTRE LES EFFETS DE VOTRE ALIMENTATION

Vous pouvez, **grâce à la mesure de votre glycémie, connaître les effets des aliments**, après un repas : plus ou moins de féculents, effet d'un dessert, amélioration obtenue par la diminution des apports. Tous les diabétiques ne réagissent pas de façon identique aux aliments. Inutile de vous priver si un aliment vous convient ! Ceci vous permet de savoir si, pour vous, tel aliment fait monter ou non la glycémie.

En pratique, il est très utile de mesurer ses glycémies dites post-prandiales (1 h 30 à 2 h après les repas).

CONNAÎTRE LES EFFETS DE L'EXERCICE PHYSIQUE

L'exercice physique est fortement recommandé au diabétique pour améliorer ses glycémies et protéger son cœur. De plus, certains efforts physiques sont nécessaires au quotidien, dans le travail, les loisirs, la vie quotidienne.

Les effets bénéfiques ou le risque d'hypoglycémie liés à ces efforts ne peuvent être vraiment mesurés que par la surveillance réalisée par vous-même. Ceci vous permettra d'apprécier les bénéfices de ces efforts et aussi de prévenir ou de corriger (par prise de sucre) une hypoglycémie.

AJUSTER LES DOSES DE COMPRIMÉS POUR TRAITER LE DIABÈTE

Certains médicaments font produire plus d'insuline par le pancréas ; par conséquent il faut éviter que le traitement soit trop puissant. Ce n'est pas à jeun que cet effet est le plus fort. C'est donc vous, conseillé par votre médecin, qui pourrez le mieux savoir si votre traitement vous convient. Ainsi mesurer votre glycémie vers 17 h ou 18 h est important puisque c'est à ce moment de la journée que le traitement est le plus fort et parfois excessif.

RECONNAÎTRE ET TRAITER UNE HYPOGLYCÉMIE

Les hypoglycémies sont parfois évidentes, bien identifiées par vous-même. Mais parfois elles ne sont pas typiques. **Grâce à votre lecteur, vous pouvez immédiatement vérifier si un malaise est bien une hypo ou non.** Vous pouvez ainsi corriger cela en prenant une collation ou du sucre.

PRÉVENIR LES HYPERGLYCÉMIES

Dans ces situations (grippe, rhinopharyngite, gastro-entérite par exemple) ou si on doit vous donner certains médicaments qui font monter rapidement la glycémie (comprimés ou infiltration de cortisone pour un problème de rhumatisme par exemple), il faut être très vigilant.

Mais comment le savoir, si vous ne ressentez pas cette montée de la glycémie ?

Mesurer soi-même sa glycémie est alors la seule façon d'être alerté et de prendre avec votre médecin les mesures adaptées à temps pour éviter des ennuis et même éviter une hospitalisation.

POURQUOI REMPLIR UN CARNET ?

Il faut tenir un carnet et pouvoir le présenter à son médecin. Ceci permettra d'analyser vos résultats, les bons et les mauvais et apporter des réponses ensemble. Il faut donc, si possible, y noter des commentaires (repas, sorties, apéritifs, loisirs, efforts, épisodes de maladie, sensation de malaise) qui permettront de mieux connaître votre situation et vous donner les bons conseils et bien sûr ajuster le traitement.

La clé de la réussite, c'est donc aussi que votre médecin analyse avec vous les résultats recopiés sur votre carnet et en tienne compte lors de chaque consultation.

N'oubliez donc pas de l'apporter à chaque consultation.

Des outils informatiques peuvent aujourd'hui remplacer le carnet papier.

Mesurer sa glycémie soi-même fait aujourd'hui partie intégrante du traitement moderne pour tout diabétique.

QUEL EST LE BON RYTHME DE SURVEILLANCE ?

Les recommandations d'autosurveillance glycémique diffèrent selon le traitement mis en place ⁽¹⁾ :

> Pour atteindre l'objectif glycémique sans insulinothérapie, les mesures ne devront pas nécessairement être fréquentes mais elles seront pratiquées en variant l'horaire et seront choisies en concertation avec le médecin. Deux mesures par semaine peuvent suffire.

> En cas de traitement médicamenteux par insulino-sécréteurs (sulfamides ou glinides, seuls ou associés à d'autres médicaments antidiabétiques), deux mesures par jour à deux par semaine à des moments différents de la journée sont nécessaires.

> En cas de traitement par insuline qui comprend une injection par jour, deux à quatre mesures quotidiennes sont suffisantes. Il en est de même en cas d'insulinothérapie prévue à court terme.

> En cas de traitement par insuline qui comprend plusieurs injections par jour, au moins 4 mesures de glycémie quotidiennes sont recommandées (comme pour les diabétiques de type 1).

(1) L'autosurveillance glycémique dans le diabète de type 2 : une utilisation très ciblée - HAS (avril 2011)

