



Instructions de préparation au test pour les personnes diabétiques

Avis aux personnes diabétiques : le test fera sauter un repas et changera le plan de repas habituel. Il faut s'assurer de gérer correctement le taux de glycémie. Suivre les instructions de ce feuillet après les instructions de *Préparation au test jour après jour*.

Il faut se rappeler des points suivants en se préparant au test.

- Vérifier le taux de glycémie avant chaque repas et avant de se coucher le jour précédant le test et le jour du test.
- Vérifier le taux de glycémie en cas d'indication de niveau haut ou bas.
 - **Symptômes de glycémie basse :** avoir faim, trembler, nerveux, en sueur, étourdi, confus, anxieux, faible, difficultés à parler.
 - **Symptômes de glycémie haute :** bouche sèche, soif, uriner fréquemment, vision floue, fatigue, somnolence, perte de poids et avoir faim plus que d'habitude.
- S'assurer que le test est programmé tôt dans la journée. Il sera ainsi possible de manger après et prendre les remèdes le plus près possible de l'heure habituelle.
- S'assurer d'appeler nos bureaux en cas de questions sur la préparation au test.

Ingérer au maximum 45 g de glucides aux repas et 15 à 30 g de glucides aux collations.

Glucides dans certains aliments et boissons.

Aliments/boissons qui contiennent des glucides	Quantité de glucides
Jus de pomme (120 ml - 4 oz)	15
Jus de raisin blanc (120 ml - 4 oz)	20
Boisson énergétique (240 ml - 8 oz)	14
Jell-O nature/sucré (120 ml - 1/2 tasse)	15
Popsicle (lire l'étiquette)	15
Gelato (pas le sorbet) (lire l'étiquette)	30
Sucre (4 g - 1 cuillère à café ou 1 sachet)	4
Boisson nutritive claire <i>Enlive</i>	52
Boisson nutritive claire <i>Resource Breeze</i>	53

Aliments/boissons sans glucides

Potage, bouillon ou consommé sans matières grasses	Café sans lait ou crème
Soda light, p. ex. 7-Up	Thé non sucré ou light
Cola light	Eau gazeuse, eau aromatisée

Il faut se rappeler de ces points importants

- Tous les liquides, boissons, jus de fruit, Jell-O ou gélatines et popsicles doivent être clairs et de couleur neutre ou jaune.
- **Pas** de rouge, bleu, violet ou orangé.

1 jour (le : _____) avant le test

Il faut se rappeler de suivre les instructions de *Préparation au test jour après jour* ainsi que ces instructions. Pendant cette journée, ne boire que des liquides clairs.

Si on prend :	Matin	Repas de midi/soir	Avant de se coucher
Comprimés à avaler ou Byetta	Prendre la dose habituelle	Ne pas prendre	Ne pas prendre
Lantus, Levemir ou insuline NPH	Prendre la dose habituelle		Prendre la moitié (1/2) de la dose habituelle
Humalog, Novolog, Apidra ou insuline normale	Prendre la moitié (1/2) de la dose habituelle	Prendre la moitié (1/2) de la dose habituelle	Ne pas prendre
Insuline 75/25 ou 70/30	Prendre la moitié (1/2) de la dose habituelle	Prendre la moitié (1/2) de la dose habituelle	Ne pas prendre

Le jour (le : _____) du test

Si on prend :	Matin	Repas de midi/soir	Avant de se coucher
Comprimés à avaler ou Byetta	Ne pas prendre	Prendre après le test si on mange	Prendre la dose habituelle
Lantus, Levemir ou insuline NPH	Prendre la moitié (1/2) de la dose habituelle		Prendre la dose habituelle
Humalog, Novolog, Apidra ou insuline normale	Ne pas prendre	Prendre après le test si on mange	Prendre la dose habituelle
Insuline 75/25 ou 70/30	Ne pas prendre	Prendre après le test si on mange	Prendre la dose habituelle