L’autosurveillance de la glycémie : un élément clé pour les diabétiques

Zitouni IMOUNACHEN - 2015-08-12 22:42:45 - Vu sur pharmacie.ma

Selon une étude américaine présentée lors de la réunion et l’exposition annuelles de l’Association américaine des éducateurs en diabète (American Association of Diabetes Educators Annual Meeting & Exhibition, AADE 15), à la Nouvelle-Orléans en Louisiane, l’autosurveillance régulière de la glycémie permet de mieux contrôler le diabète et également de faire baisser la glycémie.

L’étude à petite échelle menée en Caroline du Nord, a porté sur onze participants diabétiques de type 2 mais n’utilisant pas d’insuline. Conjointement avec les participants, les chercheurs ont conçu des schémas personnalisés et structurés pour l’autosurveillance de la glycémie (ASG). Dans la plupart des cas, cela consistait en deux mesures par jour, mais certains participants ont également effectué un contrôle quotidien, ou deux contrôles trois jours par semaine.

Selon l’auteure de l’étude, Dana Brackney, « les éducateurs en diabète aident les patients à comprendre à quel moment et pourquoi la glycémie est la plus problématique, et à faire face directement à ces situations en concevant un programme pour être en meilleure santé. » Par exemple, les participants réagissaient à une hyperglycémie en étant plus actifs physiquement ou à une hypoglycémie en prenant une collation saine, en adoptant ainsi un mode de vie plus sain.

Une autosurveillance régulière conduit non seulement les patients à accepter et à contrôler plus volontiers leur diabète, mais également à abaisser leur taux d’hémoglobine A1c de 7,3 à 6,2 % en moyenne.