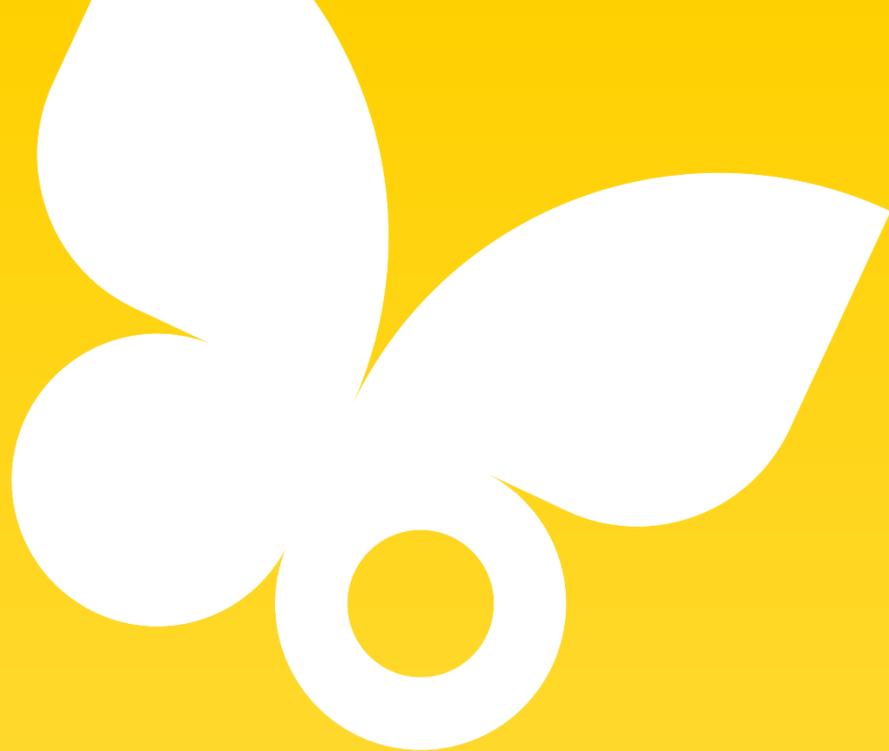


FreeStyle
Libre

ALIMENTATION

Alimentation et diabète

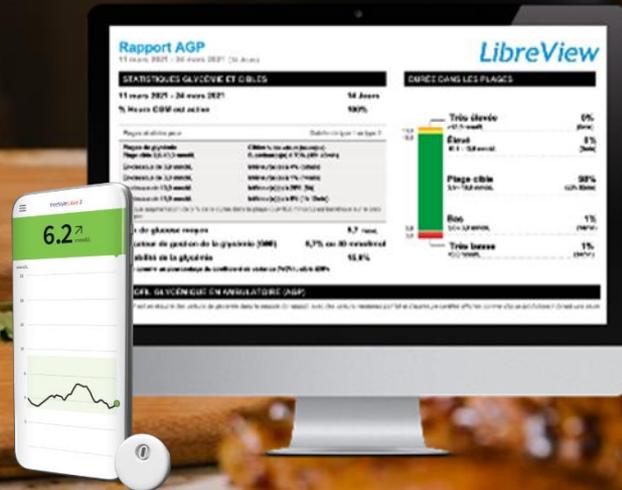


Abbott

Le boîtier du capteur, FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.

© 2025 Abbott | ADC-106050 v1.0

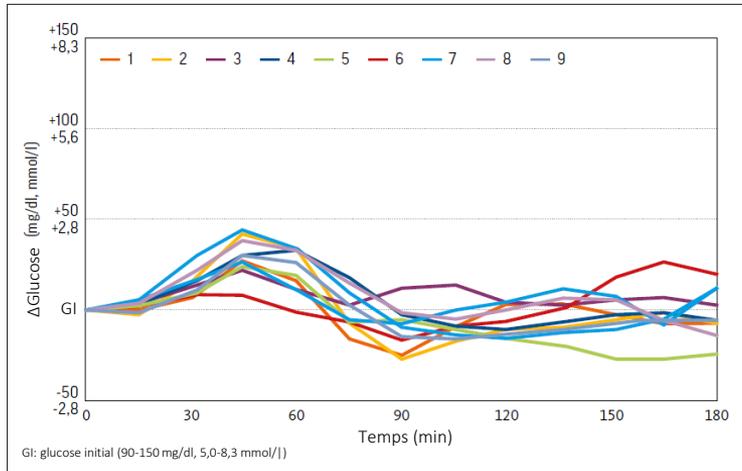
Alimentation dans la gestion du diabète



Les aliments ont des effets différents sur l'évolution du glucose¹

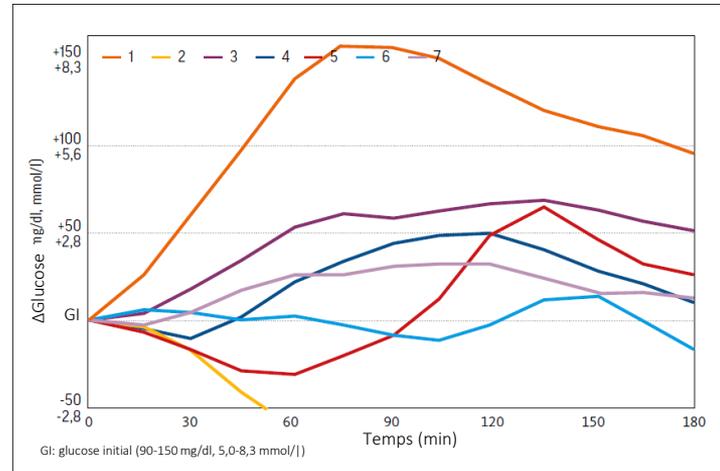
Exemple: Effet des toasts de blé sur l'évolution du glucose

PERSONNES NON DIABÉTIQUES



Courbes de glucose après consommation de toasts de blé chez des participants au métabolisme sain

PERSONNES ATTEINTES DE DIABÈTE DE TYP 1



Courbes de glucose après consommation de toasts de blé chez des personnes atteintes de diabète de type 1

Les aliments ont des effets différents sur l'évolution du glucose

La variabilité des évolutions du glucose pour un même repas peut aussi s'expliquer indépendamment du diabète:¹⁻³

- Vitesse à laquelle le repas est consommé
- Exercices ou activité physique antérieurs
- Situation métabolique glycémique (HbA1c, glucose à jeun)
- Heure du repas
- Indice de masse corporelle (IMC)
- Âge
- Microbiome (micro-organismes sur/dans l'organisme)
- Traitement du diabète



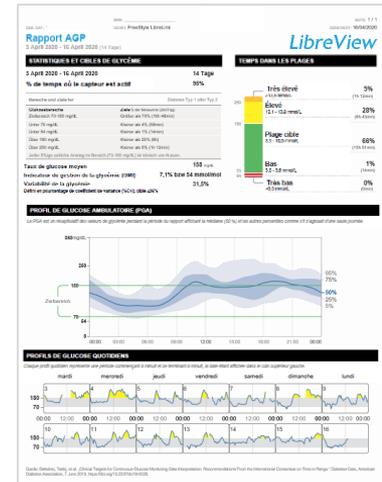
Évaluation structurée de l'évolution post- prandiale du glucose

Analyse structurée du profil glycémique ambulatoire (PGA)

Une analyse structurée du PGA (AGP) devrait être effectuée avant que le patient et l'équipe soignante n'envisagent de modifier le comportement alimentaire pour influencer positivement sur l'évolution du glucose.¹

Les étapes de l'analyse structurée du PGA²:

- Étape 1: Quelle est la qualité des données?
- Étape 2: Qu'en est-il de la plage cible et du temps dans la plage cible?
- Étape 3: Des hypoglycémies sont-elles survenues?
- Étape 4: Qu'en est-il de la variabilité ou des fluctuations du glucose?
- Étape 5: Quelle est la stabilité du profil glycémique?



1. AGP-Fibel Ernährung. Kröger et al, Mit CGM postprandiale Glukoseverläufe analysieren. Kirchheim Verlag, 1ère édition 2020. 2. AGP-Fibel. Kröger et al, Kirchheim, Mainz, 2018.

LibreView¹: Rapports



ANALYSER DES DONNÉES DE GLUCOSE EN LIGNE² AVEC LIBREVIEW

Le système de gestion du diabète en ligne sécurisé³ prépare toutes les données de glucose sous la forme de **rapports et d'analyses clairs**.

Les patient(e)s peuvent par ailleurs **partager^{2,4} leurs valeurs de mesure directement avec leurs médecins et leur équipe de soin du diabète**, et obtenir ainsi un aperçu précieux de l'ensemble de leurs données de glucose.



Inscription gratuite sur www.LibreView.com

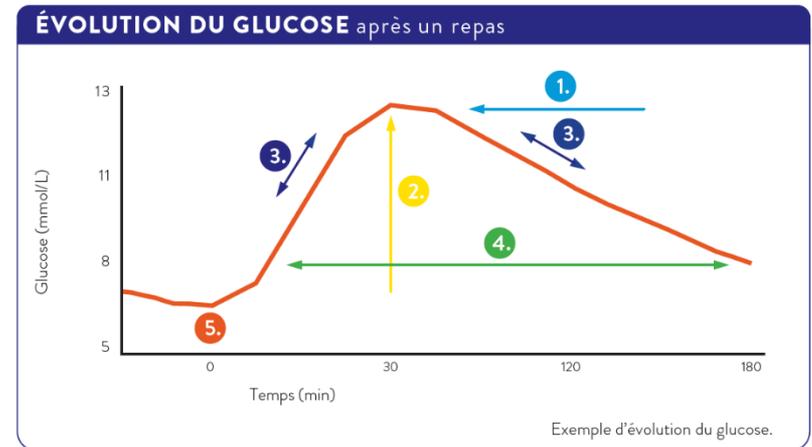
Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels.

1. LibreView est une application basée sur le cloud. 2. La transmission des données entre les applis du système FreeStyle Libre requiert une connexion Internet.3. Les données LibreView sont transmises à un réseau virtuel non public et hébergées dans une base de données SQL Server. Les données sont chiffrées au niveau des fichiers. Le chiffrement et le type des fonctions d'enregistrement chiffré permettent d'éviter que l'hébergeur nuagique (Amazon Web Services) puisse consulter les données. En cas d'utilisation de LibreView en Suisse, les données sont hébergées sur des serveurs à l'intérieur de l'UE. L'accès à chaque compte utilisateur est protégé par un mot de passe. 4. Le partage des données provenant des applis du système FreeStyle Libre requiert un enregistrement auprès de LibreView..

Analyse de l'évolution post-prandiale du glucose¹

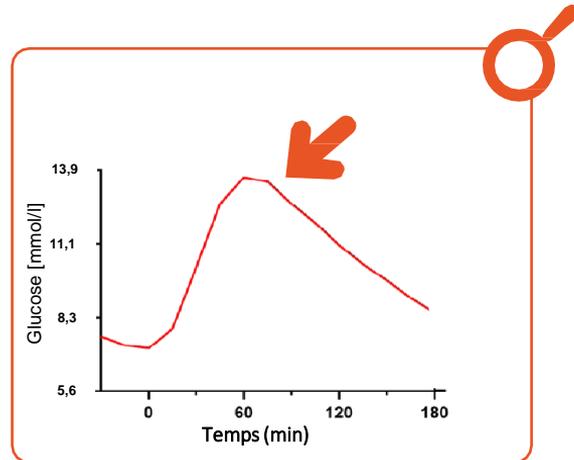
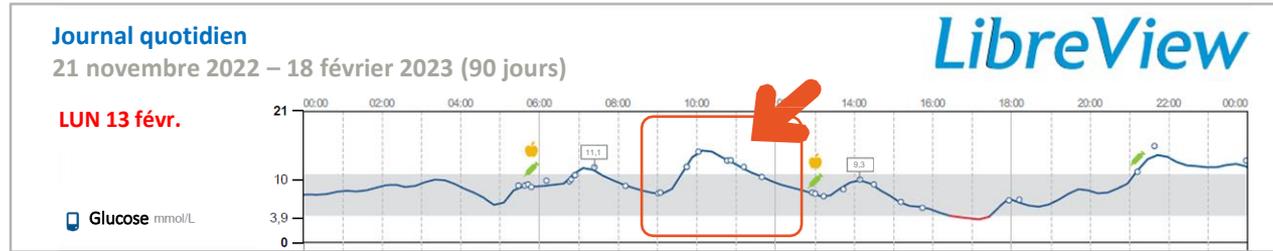
LES PARAMÈTRES DE L'ANALYSE STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE SONT LES SUIVANTS:

- 1 Le niveau absolu de la hausse du glucose
- 2 La différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
- 3 La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe
- 4 La durée des valeurs accrues du glucose
- 5 Particularités (individuelles)



ÉVALUATION STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE

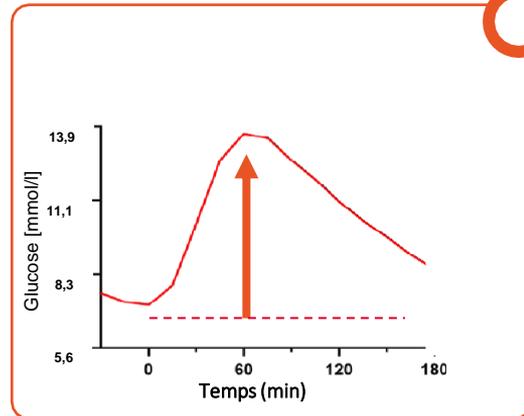
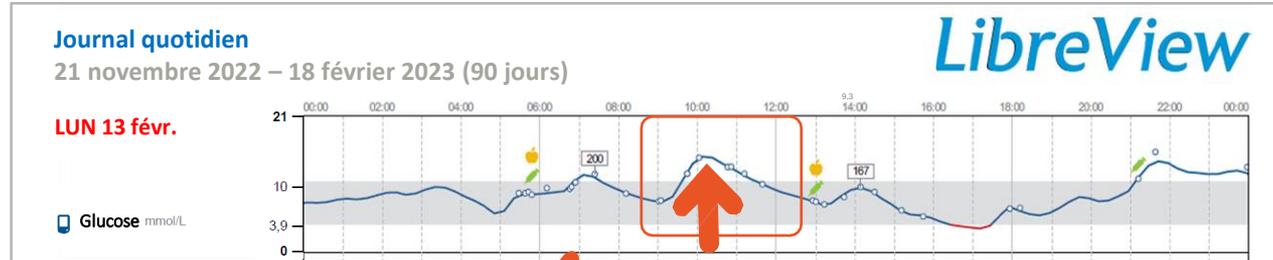
Niveau absolu de la hausse du glucose¹



- Le niveau absolu de la hausse du glucose

La valeur post-prandiale du glucose **ne doit pas augmenter au-delà de 10 mmol/l.**

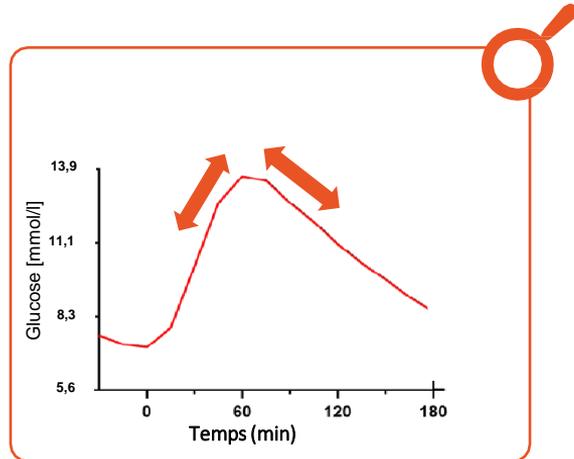
Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)¹



- Le niveau absolu de la hausse du glucose
- **Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)**

La différence maximale par rapport à la valeur initiale **ne doit pas dépasser 3,3 mmol/l.**

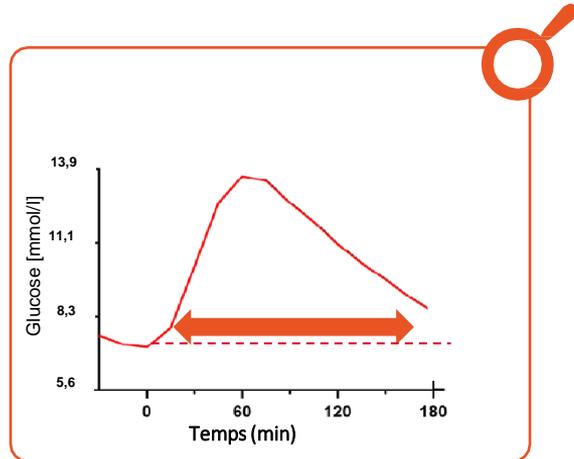
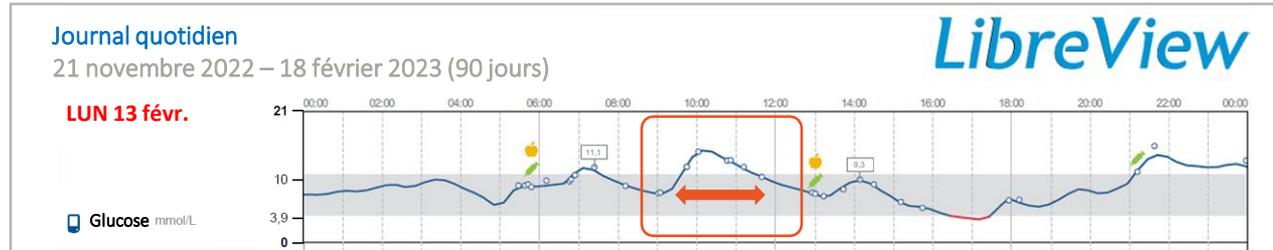
Vitesse d'absorption des glucides¹



- Le niveau absolu de la hausse du glucose
- Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
- **La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe**

La vitesse individuelle d'augmentation et de diminution après un repas comprend l'absorption du glucose ainsi que la réponse à l'insuline ou le bolus d'insuline au repas.

Durée des valeurs accrues du glucose¹

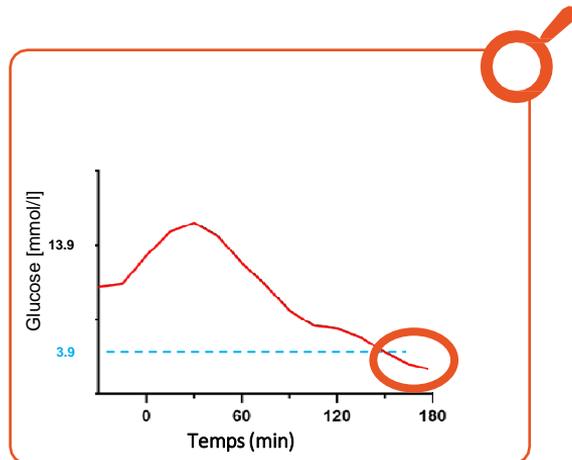


- Le niveau absolu de la hausse du glucose
- Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
- La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe
- **La durée de l'augmentation du glucose compte tenu des valeurs absolues du glucose**

L'évolution post-prandiale du glucose **devrait idéalement** revenir à la valeur initiale du glucose **après 3 heures**.

ÉVALUATION STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE

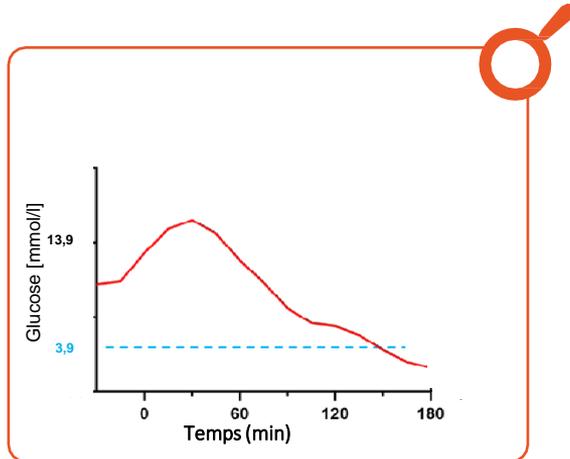
Particularités individuelles¹



- Le niveau absolu de la hausse du glucose
- Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
- La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe
- La durée de l'augmentation du glucose compte tenu des valeurs absolues du glucose
- **Particularités individuelles**

Des événements particuliers, comme les **hypoglycémies post-prandiales**, peuvent être détectés, analysés et traités grâce à la mesure continue du glucose.

Résumé¹



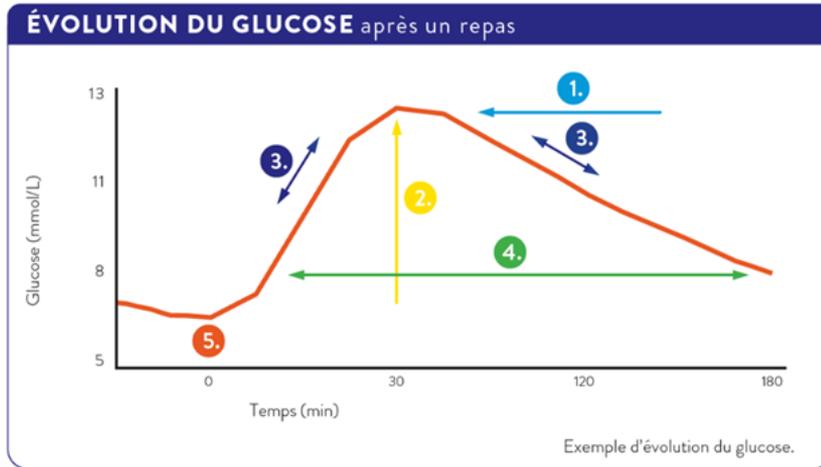
- Le niveau absolu de la hausse du glucose
- Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
- La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe
- La durée de l'augmentation du glucose compte tenu des valeurs absolues du glucose
- Particularités individuelles

Résumé

Considérer le test prandial en tenant compte des **préférences individuelles et des antécédents** de la personne atteinte de diabète pour une **recommandation spécifique et orientée vers le patient.**

Résumé¹

DE QUOI FAUT-IL TENIR COMPTE LORS DE L'ÉVOLUTION DU GLUCOSE APRÈS UN REPAS?



- 1 Le niveau absolu de la hausse du glucose
- 2 La différence maximale par rapport à la valeur initiale
- 3 Les pentes ascendante et descendante de la courbe
- 4 Le délai requis pour que la valeur de glucose retrouve son niveau initial
- 5 Il est par ailleurs nécessaire de surveiller les particularités individuelles, comme les hypoglycémies avant ou après un repas

Recommandation pour l'évaluation de l'évolution post-prandiale du glucose¹



RECOMMANDATION d'évaluation des évolutions du glucose

	Optimale	Décision individuelle	Anormale
1. Valeurs de glucose post-prandiales	jusqu'à 10 mmol/L (jusqu'à 180 mg/dl)	10 jusqu'à 13.9 mmol/L (180 jusqu'à 250 mg/dl)	au-dessus de 13.9 mmol/L (au-dessus de 250 mg/dl)
2. Différence de hausse	jusqu'à 3.3 mmol/L (jusqu'à 60 mg/dl)	3.3 jusqu'à 5.6 mmol/L (60 jusqu'à 100 mg/dl)	au-dessus de 5.6 mmol/L (au-dessus de 100 mg/dl)
3. Hausse du glucose	lente	modérée	rapide
4. Durée	jusqu'à 3 heures	jusqu'à 4 heures	plus de 4 heures
5. Particularités	individuelles	individuelles	individuelles

Exemples d'utilisation

Remarques:

Exemples réels de patients en Allemagne, la pratique en Suisse est parfois différente.

Les tests prandiaux sont un outil pour mieux connaître l'organisme et ne reflètent pas toujours le quotidien.



EXEMPLE D'UTILISATION (P. 58-61¹)

Profil de «Pierre»

PROFIL DE SANTÉ

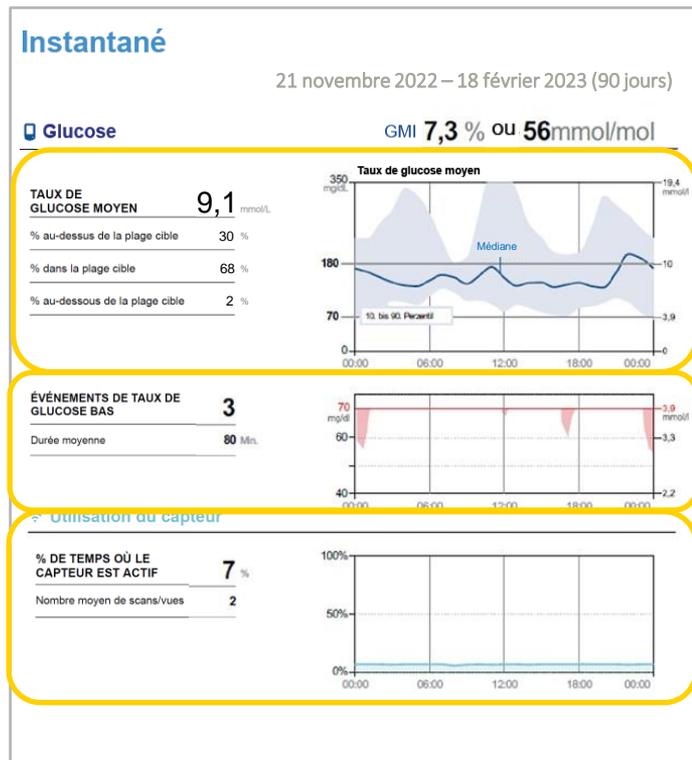
- Âge 38 ans
- IMC 26,0 kg/m²
- Diabète sucré type 1
- Valeur actuelle de l'HbA_{1c} 7,6 %/59.56 mmol/mol
- Durée du diabète 16 ans
- Forme de traitement base/bolus

PARAMÈTRES DU TRAITEMENT

- Insuline aspartate (rapide)
facteurs d'unités de glucides 2-2-2 U/UG
facteur de correction 1 unité/1.4 mmol/l
- Valeur cible 6.7 mmol/l
- Insuline degludec 30 U/24 h

Pierre indique faire très attention à ses valeurs de glucose dans sa vie quotidienne d'employé de bureau et suivre fidèlement son traitement. Néanmoins, il n'est pas satisfait car ses valeurs de glucose sont parfois très élevées.

Instantané de «Pierre»

**PLAGE CIBLE ET TIR**

Plage cible correctement définie², TIR proche de l'exigence minimale de 70 %, 30 % des valeurs de glucose supérieures à la plage cible³

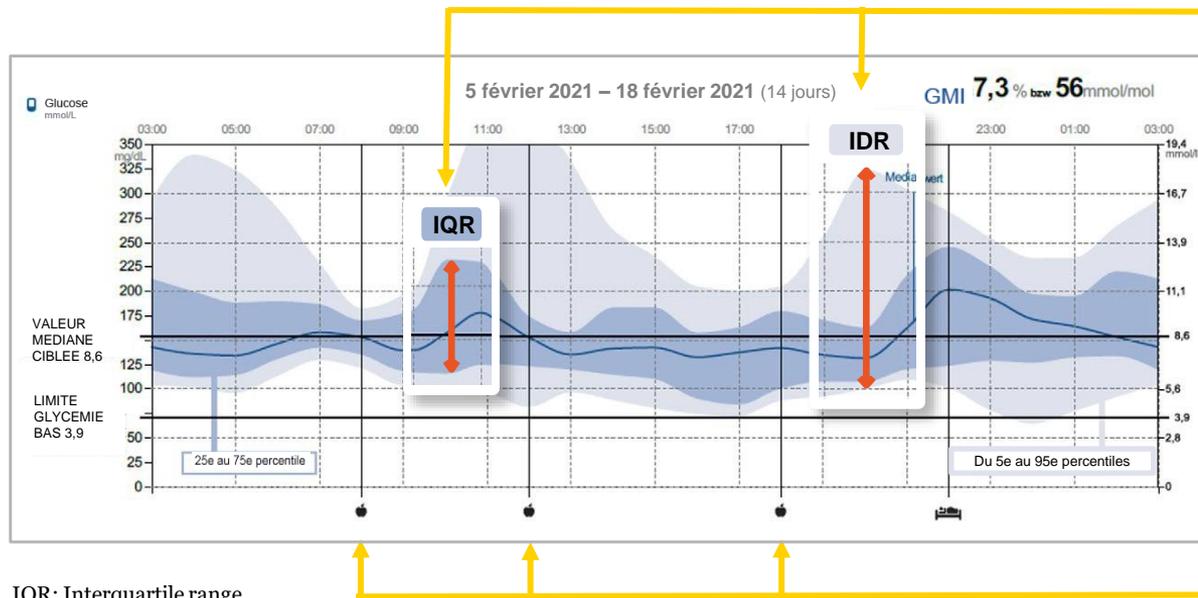
HYPOGLYCÉMIES

Période d'évaluation non conforme à la recommandation, mais pas d'hypoglycémie inférieure à 3 mmol/l; pas de problème majeur d'hypoglycémie

QUALITÉ DES DONNÉES

La période d'évaluation comprend les jours sans port du capteur, la qualité des données est insuffisante; par conséquent, seuls les jours où le capteur a été porté sont pris en compte; la période d'évaluation devrait être de 14 à 28 jours

Tendances quotidiennes de «Pierre»



IQR: Interquartile range
IDR: Interdecile range

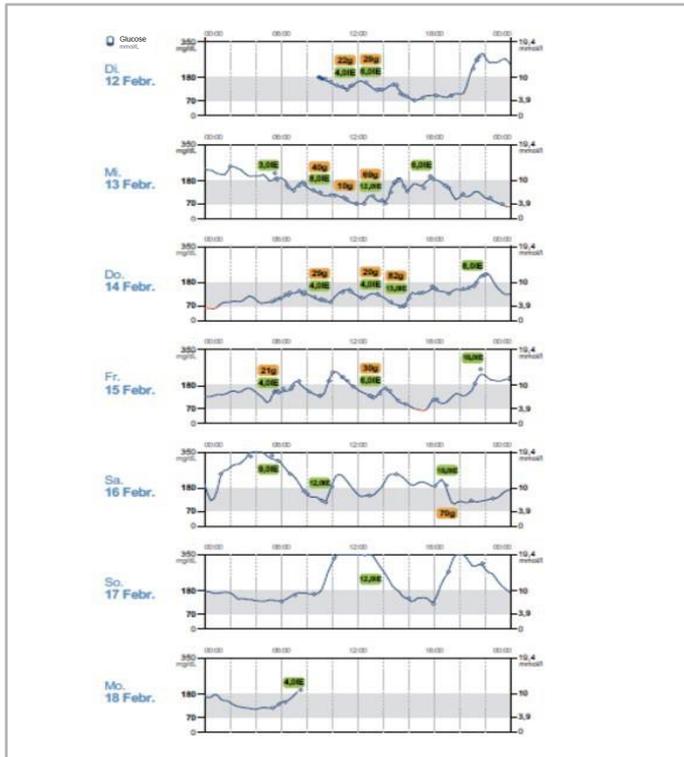
VARIABILITÉ DU GLUCOSE

IQR élargi pendant les repas et la nuit, sinon acceptable; IDR présentant de fortes variations, en particulier pendant les repas et la nuit

STABILITÉ DU GLUCOSE

La stabilité ne peut pas être prise en compte en raison de variations importantes au moment des repas

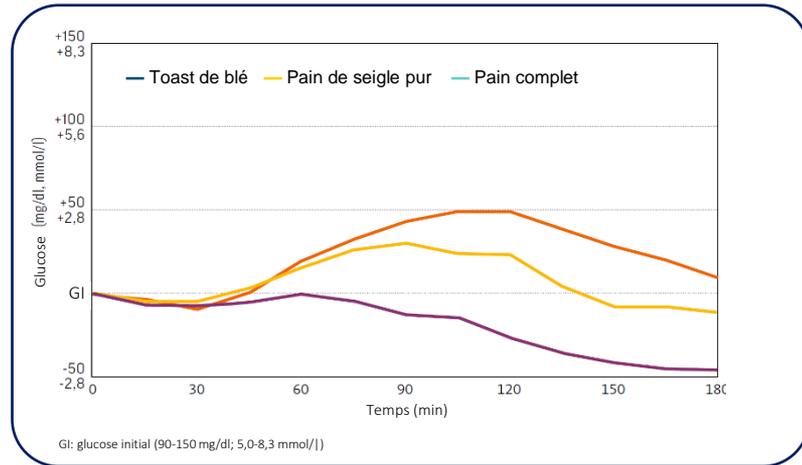
Journal quotidien de «Pierre»



- Après sa dernière consultation, Pierre a ajusté lui-même les facteurs d'UG et a augmenté la dose d'insuline
- Les unités injectées et la quantité de glucides consommée ne correspondent pas toujours
- Une grande variabilité est visible
- Les repas ne sont parfois pas documentés

Pour évaluer l'impact du régime alimentaire de Pierre sur la variabilité de son glucose, il est recommandé d'effectuer des tests prandiaux.

Test prandial n° 1 de «Pierre»: pain



	50 g Toast de blé	50 g Pain de seigle	50 g Pain complet
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	<10 mmol/l ●	<10 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	<3.3 mmol/l ●	<3.3 mmol/l ●	<3.3 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	modérée ●	lente ●	lente ●
4. Durée:	<4 h ●	<3 h ●	<3 h ●
5. Particularités:	non	non	Chute post-prandiale du glucose
Résumé:	●	●	●

Test prandial n° 1: pain avec 10 g de beurre et du jambon

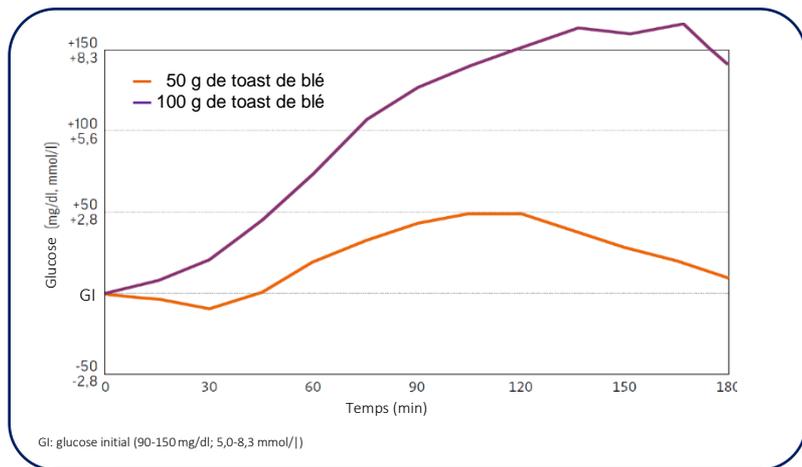
- 50 g (2 tranches) de toast de blé
- 50 g (1 tranche) de pain de seigle pur
- 50 g (1 tranche) de pain complet (>50 % de grain complet dans le pain)

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 4 U/2 UG, 5.5 mmol/l
- 4 U/2 UG, 7.4 mmol/l
- 4 U/2 UG, 6.8 mmol/l

- Parmi les types de pain testés, le **pain complet** (teneur plus élevée en fibres, index glycémique [IG] bas) présente la **meilleure évolution postprandiale**.

Test prandial n° 2 de «Pierre»: quantité de toast de blé



	50 g Toast de blé	100 g Toast de blé
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	>13,9 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	<3,3 mmol/l ●	>5,6 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	modérée ●	rapide ●
4. Durée:	<4 h ●	>4 h ●
5. Particularités:	non	non
Résumé:	●	●

Test prandial n° 2: toast de blé avec 10 g de beurre et du jambon

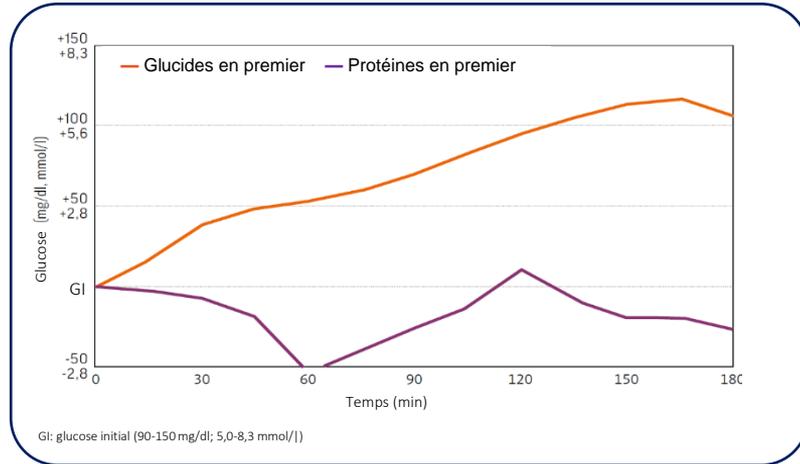
- 50 g de toast de blé
- 100 g de toast de blé

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 4 U/2 UG, 5,5 mmol/l
- 8 U/4 UG, 7,1 mmol/l

- **La quantité de glucides par repas** entraîne des différences significatives dans l'évolution du glucose, même si le facteur UG est le même.
- **Remarque:** ce que vous mettez sur la tranche de pain est également déterminant pour l'évaluation post-prandiale et peut être aisément contrôlé dans le cadre de tests prandiaux.

Test prandial n° 3 de «Pierre»: ordre



	Glucides en premier	Protéines en premier
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	10 – 13,9 mmol/l ●	<10 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	>5,6 mmol/l ●	<3,3 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	modérée ●	lente ●
4. Durée:	>4 h ●	<3 h ●
5. Particularités:	non	Chute post-prandiale du glucose
Résumé:	●	●

Test prandial n° 3 de «Pierre»: ordre glucides, protéines

- **Glucides** (1 petit pain de blé, 45 g), temps d'attente de 10 minutes, protéines (1 oeuf, 150 g de yoghourt 1,5 % de matières grasses)
- **Protéines** (1 oeuf, 150 g de yoghourt à 1,5 % de matières grasses), temps d'attente de 10 minutes, glucides (1 petit pain de blé, 45 g)

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 5 U/2,5 UG, 6.2 mmol/l
- 5 U/2,5 UG, 7.2 mmol/l

- **Effet positif** sur l'évolution post-prandiale du glucose en modifiant l'ordre (protéines en premier)
- **Les aliments utiles avant les glucides** sont l'œuf, le séré, le yoghourt, les légumes, la salade ou la viande
- **L'insulinothérapie** doit être adaptée de manière pertinente



EXEMPLE D'UTILISATION (P. 64-67¹)

Profil de «Véra»

PROFIL DE SANTÉ

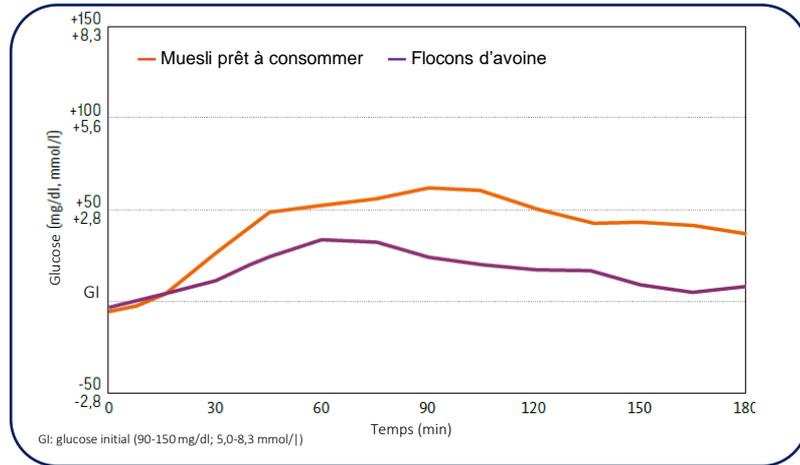
- Âge 37 ans
- BMI 29,0 kg/m²
- Diabète surcé type 2
- Valeur actuelle de l'HbA_{1c} 6,0 % / 42 mmol/mol
- Durée du diabète 17 ans
- Forme de traitement base/bolus

PARAMÈTRES DU TRAITEMENT

- Insuline aspartate (rapide)
facteurs d'unités de glucides 2-1-2 U/UG
facteur de correction 1 unité/1.7 mmol/l
- Valeur cible 5.6 mmol/l
- Insuline glargine 25U/24 h
- Dapagliflozin/Metformin 5/1'000 mg 1-0-1
- Dulaglutid 0,75 mg 1 x par semaine

L'objectif de Véra est de continuer à réduire ses doses d'insuline en adaptant son régime alimentaire et de réduire également la variabilité

Test prandial n° 1 de «Véra»: muesli



	Muesli prêt à consommer	Flocons d'avoine
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	<10 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	3,3 - 5,6 mmol/l ●	<3,3 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	modérée ●	lente ●
4. Durée:	<4 h ●	<3 h ●
5. Particularités:	non	non
Résumé:	●	●

Test prandial n° 1: muesli

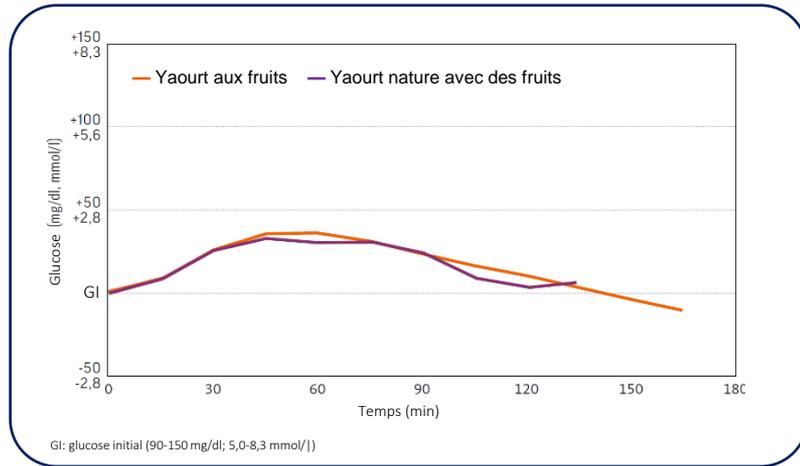
- 60 g de muesli prêt à consommer
- 40 g de flocons d'avoine avec 1 cuillère à soupe de noix et 10 g de fruits

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 6 U/3 UG, 5.2 mmol/l
- 4 U/2 UG, 7.1 mmol/l

- L'évolution est conforme aux attentes: le muesli prêt à consommer entraîne une courbe de glucose plus élevée et plus durable en raison des sucres ajoutés.
- **Préparer soi-même** son muesli avec des flocons d'avoine peut permettre d'obtenir une **courbe de glucose plus favorable** et d'économiser **des calories et de l'insuline.**

Test prandial n° 2 de «Véra»: yaourt



	Yaourt aux fruits	Yaourt nature avec des fruits
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	<10 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	<3,3 mmol/l ●	<3,3 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	lente ●	lente ●
4. Durée:	<3 h ●	<3 h ●
5. Particularités:	non	non
Résumé:	●	●

Test prandial n° 2: yaourt

- 150 g de yaourt aux fruits
- 150 g de yaourt nature avec 10 g de fruits

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 4 U/2 UG, 6.1 mmol/l
- 2 U/1 UG, 5.2 mmol/l

- Évolution similaire du glucose avec le yaourt aux fruits et le yaourt nature.
- En **réduisant la consommation de sucre** (yaourt nature au lieu de yaourt aux fruits), Véra pourrait réduire sa quantité d'insuline.
- **Attention:** l'analyse nutritionnelle mentionne le sucre, mais ne fait pas de distinction entre les différents types de sucre.



EXEMPLE D'UTILISATION (P. 68-71¹)

Profil d'«Irène»

PROFIL DE SANTÉ

- Âge 52 ans
- BMI 27,0 kg/m²
- Diabète sucré type 1
- Valeur actuelle de l'HbA_{1c} 7,1 % / 54.1 mmol/mol
- Durée du diabète 35 ans
- Forme de traitement CSII (pompe à insuline)

PARAMÈTRES DU TRAITEMENT

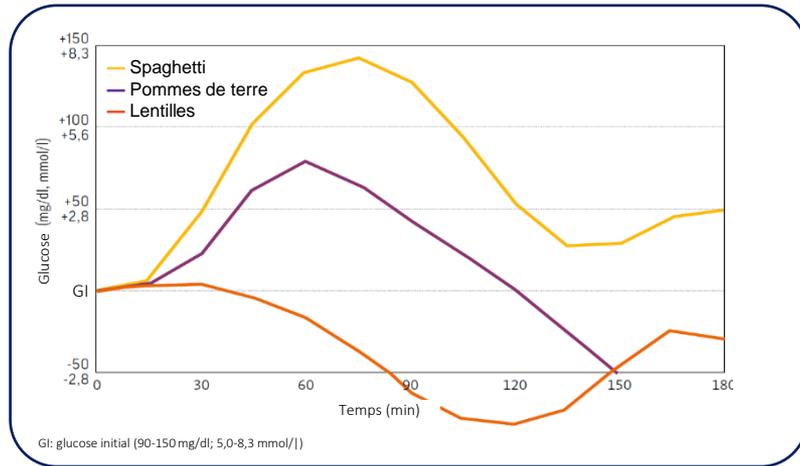
- Insuline aspartate (rapide)
facteurs d'unités de glucides 1,3-1,5-1,7-1,3 U/UG
facteur de correction 1 unité/2.8 mmol/l
- Valeur cible 5.6 mmol/l
- Débit basal 17 U/24h

Irène n'est pas satisfaite des grandes fluctuations tout au long de la journée. Avec son équipe soignante en charge de la gestion du diabète, elle observe ses valeurs de glucose et la décision est prise de tester l'influence de différents aliments sur son évolution post-prandiale de glucose

1. AGP-Fibel Ernährung. Kröger et al, Mit CGM postprandiale Glukoseverläufe analysieren. Kirchheim Verlag, 1ère édition 2020

Les illustrations sont des photos d'agence prises avec des modèles.

Test prandial n° 1 d'«Irène»: plats d'accompagnement



	Lentilles	Spaghetti	Pommes de terre
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	10 – 13,9 mmol/l ●	<10 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	<3,3 mmol/l ●	>5,6 mmol/l ●	3,3 – 5,6 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	lente (chute) ●	rapide ●	rapide ●
4. Durée:	<3 h ●	>4 h ●	<3 h ●
5. Particularités:	Chute post-prandiale du glucose	non	non
Résumé:	●	●	●

Test prandial n° 1: plats d'accompagnement

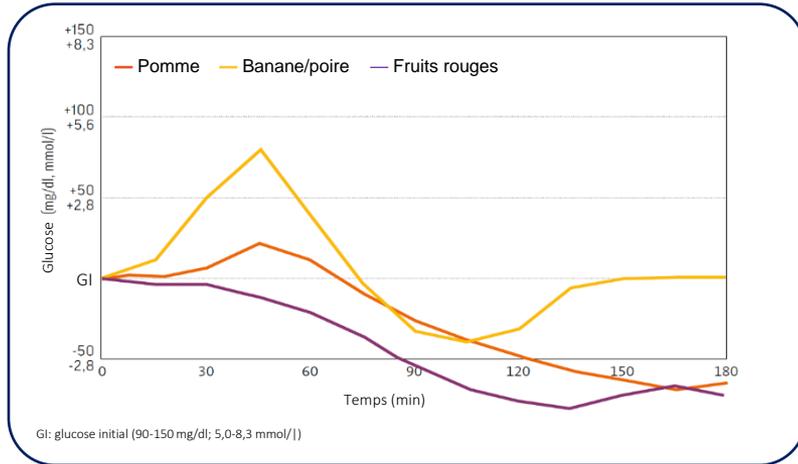
- 400 g (1 boîte) de lentilles
- 200 g de spaghetti cuits avec de la sauce tomate
- 4 petites pommes de terre cuites avec de la sauce tomate

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 3 U/2 UG, 6.1 mmol/l
- 6 U/4 UG, 7.8 mmol/l
- 3,8 U/2,5 UG, 7.4 mmol/l

- Pour Irène, les légumineuses sont recommandées en raison de l'évolution favorable du glucose.
- Pour les légumineuses, elle doit réduire la dose d'insuline afin d'éviter les hypoglycémies post-prandiales.
- Irène pourrait également essayer de manger de la salade en entrée.

Test prandial n° 2 d'«Irène»: fruits



	Pomme	Banane/ poire	Fruits rouges
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	<10 mmol/l ●	<10 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	<3,3 mmol/l ●	3,3 – 5,6 mmol/l ●	<3,3 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	lente ●	rapide ●	lente ●
4. Durée:	<3 h ●	<3 h ●	<3 h ●
5. Particularités:	Chute post-prandiale du glucose	non	Chute post-prandiale du glucose
Résumé:	●	●	●

Test prandial n° 2: fruits

- 150 g de pomme
- 150 g de banane ou de poire
- 150 g de fruits rouges

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 3 U/2 UG, 6.9 mmol/l
- 4,5 U/3 UG, 6.1 mmol/l
- 1,5 U/1 UG, 8.1 mmol/l

- L'évolution du glucose est sans danger pour tous les types de fruits
- Quantité de glucose différente selon le type de fruit:
nécessité d'adapter le dosage de l'insuline



EXEMPLE D'UTILISATION (P. 72-751)

Profil de «Brigitte»

PROFIL DE SANTÉ

- Âge 47 ans
- BMI 39,0 kg/m²
- Diabète sucré type 2
- Valeur actuelle de l'HbA_{1c} 8,0 % / 63.9 mmol/mol
- Durée du diabète 17 ans
- Forme de traitement ICT base/bolus

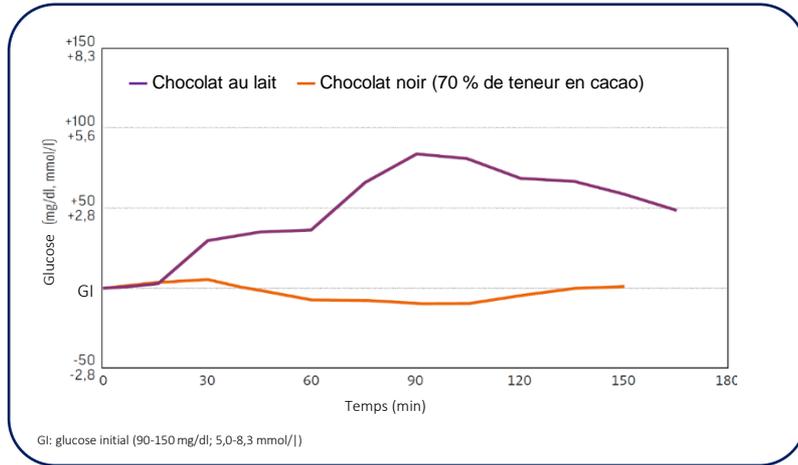
PARAMÈTRES DU TRAITEMENT

- Insuline asparte (rapide)
facteurs d'unités de glucide 6-6-7 U/UG
facteur de correction 1 unité/1.1 mmol/l
- Valeur cible 6.7 mmol/l
- Insuline glargine 25 U/24h
- Sitagliptin/Metformin 50/1'000 mg 1-0-1

Brigitte n'est pas satisfaite du contrôle de son glucose et aimerait perdre du poids.

La qualité des repas devrait être abordée, notamment pour soutenir la perte de poids de Brigitte.

Test prandial n° 1 de «Brigitte»: chocolat



	Chocolat noir	Chocolat au lait
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	<10 mmol/l ●	10 – 13,9 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	<3,3 mmol/l ●	3,3 – 5,6 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	aucune ●	modérée ●
4. Durée:	<3 h ●	>4 h ●
5. Particularités:	non	non
Résumé:	●	●

Test prandial n° 1: chocolat

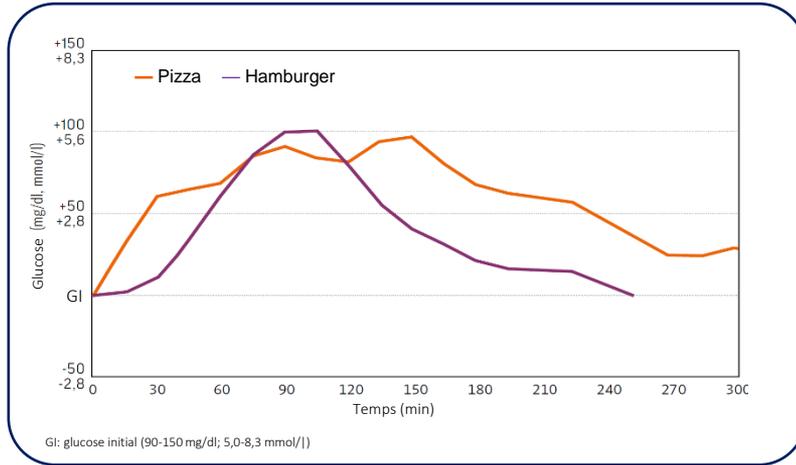
- 50 g de chocolat noir (70 % de teneur en cacao)
- 50 g de chocolat au lait

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 18 U/2,5 UG, 5,4 mmol/l
- 21 U/3 UG, 5,3 mmol/l

- **Le chocolat noir** avec une teneur en cacao d'au moins 70 % est plus recommandé qu'une teneur en cacao inférieure.
- Malgré la bonne évolution du glucose avec le chocolat noir, elle ne devrait en manger à chaque fois qu'en **quantité modérée** en raison de sa teneur calorique

Test prandial n° 2 de «Brigitte»: fast food



	Pizza	Hamburger
1. Valeurs post-prandiales de glucose:	10 – 13,9 mmol/l ●	10 – 13,9 mmol/l ●
2. Différence de hausse:	3,3 – 5,6 mmol/l ●	3,3 – 5,6 mmol/l ●
3. Hausse du glucose:	rapide ●	modérée ●
4. Durée:	>4 h ●	>4 h ●
5. Particularités:	non	non
Résumé:	●	●

Test prandial n° 2: fast food

- 300 g de pizza Margherita
- 1 menu Hamburger avec une portion de frites moyenne

Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 70 U/10 UG, 5,6 mmol/l
- 49 U/7 UG, 5,4 mmol/l

- Ces deux repas **riches en glucides et en lipides** entraînent une augmentation prolongée des valeurs de glucose et ne favorisent pas la perte de poids.
- Au plan post-prandial, la pizza est encore plus nocive que le hamburger

Documentation pour le cabinet médicale

Documentation pour le cabinet médical

ANALYSE DU PGA (AGP) (PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ)

Évaluation structure en 5 étapes



Bien comprendre l'analyse PGA:
Évaluation structurée en 5 étapes!

ÉTAPE 1: Quelle est la qualité des données?

- Voulez-vous au moins 70 % des données de capteur doivent avoir été recueillies
- Sélectionnez un intervalle de temps d'au moins 14 jours et au maximum 28 jours

DONNÉES DE CAPTEUR RECUEILLIES

DONNÉES DE CAPTEUR RECUEILLIES	96 %
Sans affichage soudain	16 %

ÉTAPE 2: Qu'en est-il de la plage cible et du temps dans la plage cible?

La plage cible est indépendante de la plage cible recommandée et est définie comme suit:

Diabète de type 1 et 2
3.9-10.0 mmol/L (70-180 mg/dL)
(temps dans la plage cible > 70 %)

Patients âgés patients à bas risque
3.9-10.0 mmol/L (70-180 mg/dL)
(temps dans la plage cible > 70 %)

Grossesse diabète de type 1
3.5-7.8 mmol/L (63-140 mg/dL)
(temps dans la plage cible > 70 %)

Grossesse diabète gestationnel ou diabète de type 2
3.5-7.8 mmol/L (63-140 mg/dL)

DIABÈTE DE TYPE 1/2

> 10 mmol/L (200 mg/dL)	< 3.5
> 10 mmol/L (200 mg/dL)	< 25 %
3.9-10 mmol/L (70-180 mg/dL)	> 70 %
3.9-10 mmol/L (70-180 mg/dL)	< 25 %
< 3.9 mmol/L (70 mg/dL)	< 5 %

INDICATEUR DE GESTION DE LA GLYCÉMIE (IGM1)

- est un pourcentage de pour la qualité de la stabilisation de la glycémie à long terme calculé en fonction des taux de glucose moyen (en mmol/L ou mg/dL)
- se rapporte approximativement de la valeur de l'HbA1c mesurée en laboratoire
- C'est le résultat de la GMI sur FreeStyle Libre en laboratoire avec accès, l'indicateur de la valeur de l'HbA1c en cas d'hémoglobines, de carotène en fer, d'anémie, de flegme, de sang, de la durée de vie des érythrocytes, de taux de glycation de protéines.



life to the fullest™

DOSSIER SUR L'ALIMENTATION

Explications sur les tests prandiaux à l'intention de vos patient(e)s




Adaptation nutritionnelle
avec des données de glucose mesurées en continu



life to the fullest™

TESTS PRANDIAUX

Document de travail pour les tests prandiaux avec les patient(e)s



Tests prandiaux:
Vous et l'équipe qui soignent votre diabète avez remarqué qu'il serait utile de réaliser des tests prandiaux!

REMARQUES: Ce à quoi vous devriez faire attention

1. Veuillez s'agir avec attention à l'égard de la manipulation et de l'usage des données de référence avant le repas.
2. Veuillez ne réaliser aucun test en cas d'absence de repas (même très faibles) avant ou après un test ou tout autre prérequis une fois autorisé par un médecin (comme le jeûne, etc.).
3. Veuillez consulter votre médecin de glucose mesuré en continu et votre diète. Please et l'indicateur de glucose actualisé pour chaque repas. Les repas sont ne pas être consommés que lorsque l'indicateur de glucose est stable (vérifiez la teneur de l'indicateur horizontal ou l'absence d'affichage de l'erreur de sensibilité du système).
4. Veuillez ne réaliser un test que lorsque votre valeur de glucose de référence se situe entre 5 et 18 mmol/L.
5. Nous recommandons de réaliser un test prandial au moins une fois par semaine. Veuillez noter le cas de la teneur de la quantité de la dose d'insuline qui vous aide à contrôler votre glycémie dans le cadre de la correction.
6. Ajustez le taux d'insuline de la réponse à l'insuline avant le repas (test, indépendamment de la composition ou de son ordre).

EXEMPLES: Repas-tests

- Pain 50 g de pain de blé car (sans emp4) à 50 g de pain de seigle pur ou 50 g de pain complet.
- Accompagnement: 4 petits painnes de sauce emp4 à 200 g de spaghetti ou 400 g de lentilles!
- Fruits: 1 banane ou paine (50 g) comparé à 150 g de banane.
- Food-Food: 1 paine congelée Margherita (300 g) comparé à 1 paine (Fast-Food standard) composé d'un hamburger avec une portion moyenne de fromage (sans sauce) comparé à la moyenne.
- Chocolat: 50 g de chocolat noir (70 % de teneur en cacao) comparé à 50 g de chocolat au lait.
- Yaourt: yaourt aux fruits (50 g, 3.5 % de lipides) comparé à un yaourt nature (50 g, 3.5 % de lipides).
- Miel: miel ou fruits de fabrication industrielle (40 g, avec 150 ml de lait) comparé à des flocons d'avoine (40 g) avec 1 CS de sirop d'érable, 10 g de fruits en 150 ml de lait.
- Odeur: commencer par consommer les protéines, puis après de minutes les glucides, et terminer!

Nous vous souhaitons un franc succès et d'intéressantes observations!



life to the fullest™

SERVICE CLIENT

Avez-vous des questions? Nous serons ravis de vous aider.

Service client pour les questions générales concernant le système de mesure du glucose FreeStyle Libre ou la boutique en ligne:

 **0800 804 404*** (kostenlos)

Service client pour nos applications numériques (applis^{1,2}, LibreView³):

 **0800 102 102*** (appel gratuit)

*Contactez-nous du lundi au vendredi (les jours ouvrables) de 08:00 heures à 18:00 heures. Nous sommes aussi joignables au 0800 804 404 le samedi de 09:00 heures à 17:00 heures. Les appels téléphoniques adressés au service client peuvent être enregistrés et conservés par Abbott sur des serveurs installés au sein de l'UE. En composant ce numéro, vous acceptez cette procédure. Appel gratuit à partir du réseau fixe suisse ainsi que du réseau mobile suisse en national.

Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels..

1. Les applis du système FreeStyle Libre ne sont compatibles qu'avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter le site web www.FreeStyle.Abbott pour vérifier la compatibilité des appareils avant d'utiliser les applis. 2 Le partage des données provenant des applis du système FreeStyle Libre requiert un enregistrement auprès de LibreView. 3. LibreView est une application basée sur le cloud...



Plus d'informations à l'adresse:
www.FreeStyle.Abbott

Merci de votre attention!

Liens utiles:

www.FreeStyle.Abbott

www.LibreView.com

Pro.FreeStyle.Abbott



Abbott