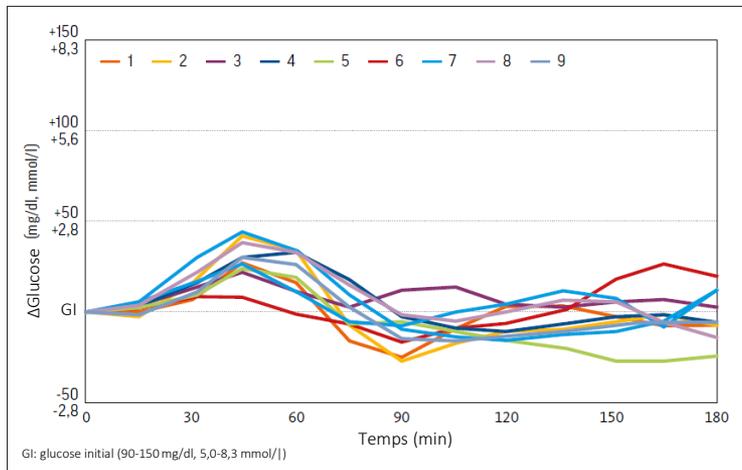


Les aliments ont des effets différents sur l'évolution du glucose¹

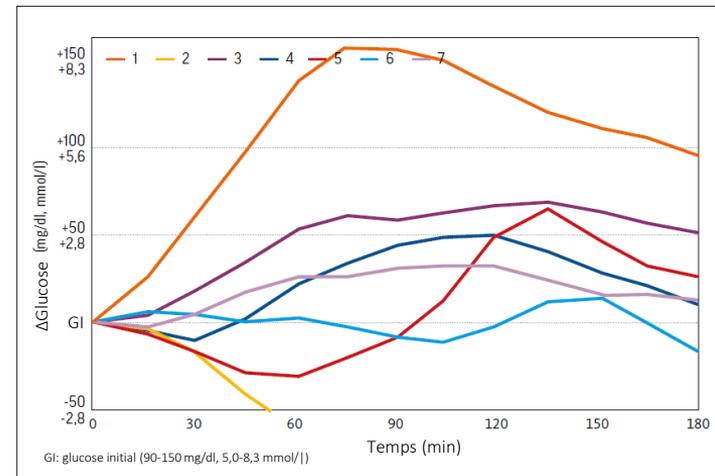
Exemple: Effet des toasts de blé sur l'évolution du glucose

Personnes non diabétiques



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

Personnes atteintes de diabète de type 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





FreeStyle
Libre

Évaluation structurée de l'évolution post- prandiale du glucose



6.2 ^{mmol/L}



 **Abbott**

life. to the fullest.®

Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels. Les illustrations sont des photos d'agence prises avec des modèles. FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.

© 2023 Abbott | ADC-68865 v2.0

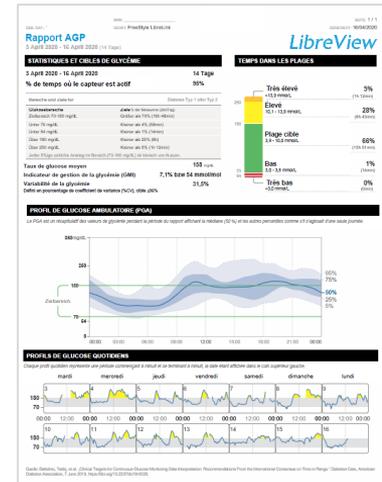
ÉVALUATION STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE

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?





TESTS PRANDIAUX

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 **partager² leurs valeurs de mesure directement avec leurs médecins et leur équipe de soin du diabète⁴**, et obtenir ainsi un aperçu précieux de l'ensemble de leurs données de glucose.



Inscription gratuite sur www.LibreView.com

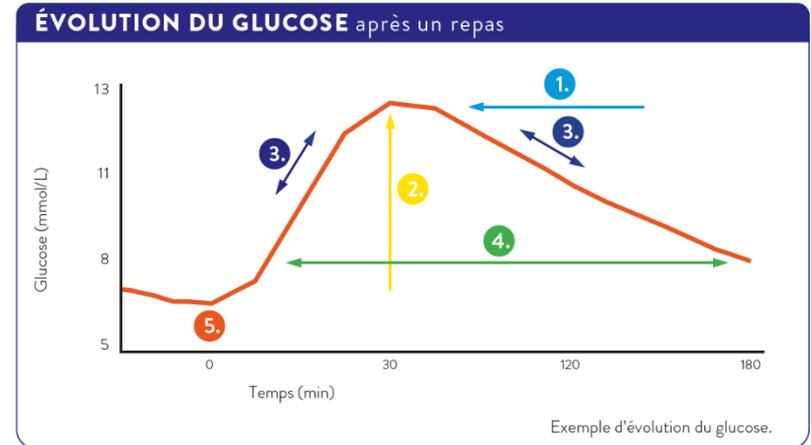
Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels.

1. LibreView est une application basée sur le cloud. 2. Une connexion Internet est nécessaire pour transférer des données entre l'appli FreeStyle LibreLink, LibreLinkUp et LibreView. 3. Les données LibreView sont transmises à un réseau virtuel non public et sont 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. L'appli FreeStyle LibreLink a été développée pour faciliter l'échange de données entre les patients et leurs prestataires de santé ainsi que le personnel infirmier.

Analyse de l'évolution post-prandiale du glucose¹

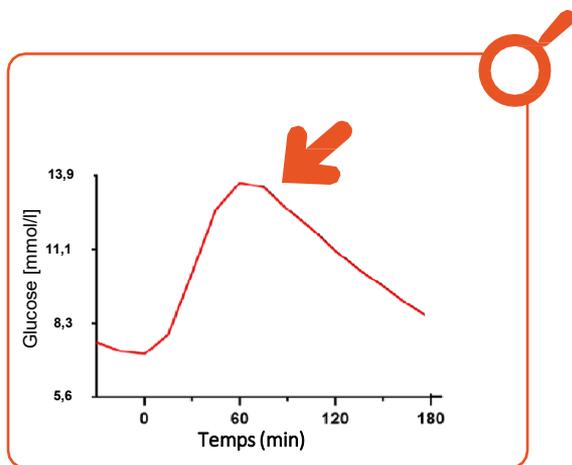
Les paramètres de l'analyse structurée de l'évolution post-prandiale du glucose sont les suivants:

- 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

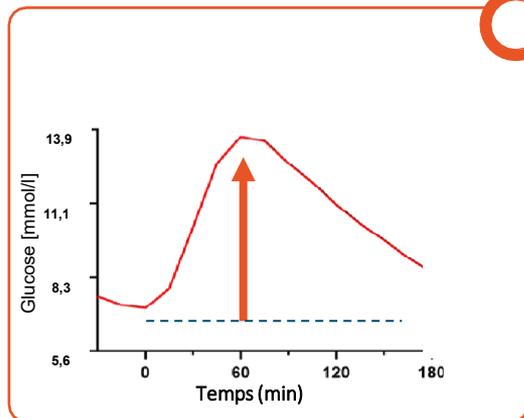
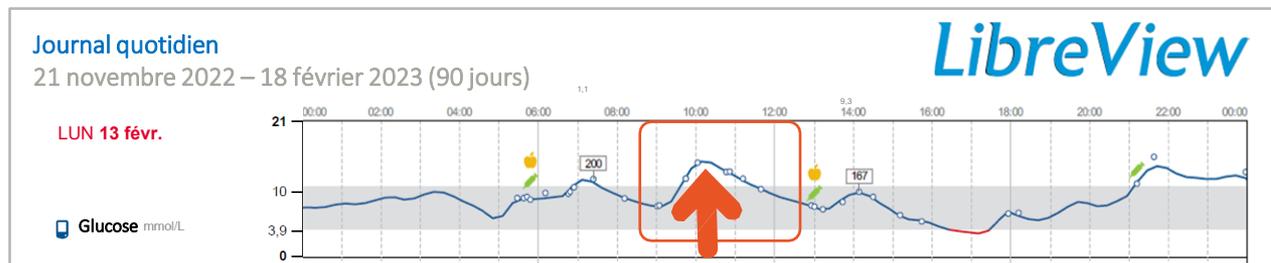
1. Niveau absolu de la hausse du glucose¹



1. Le niveau absolu de la hausse du glucose

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

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

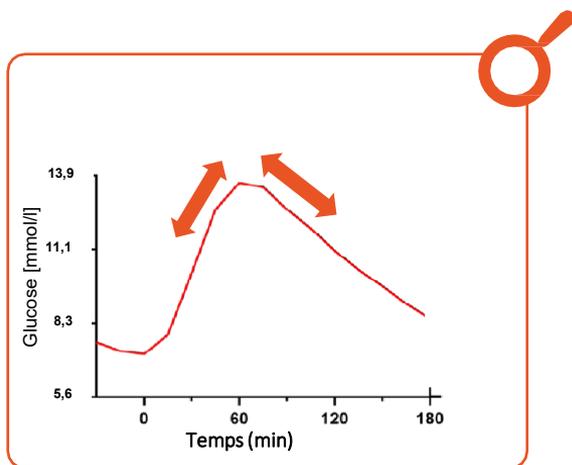
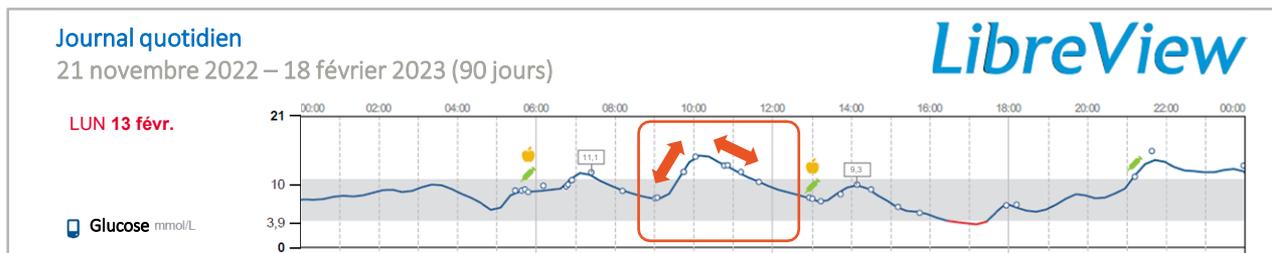


1. Le niveau absolu de la hausse du glucose
2. Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)

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

ÉVALUATION STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE

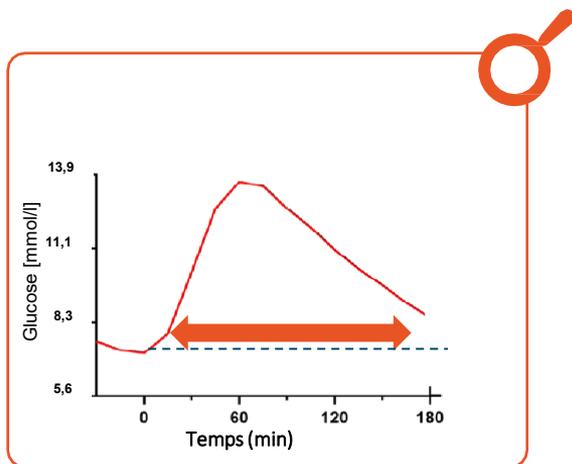
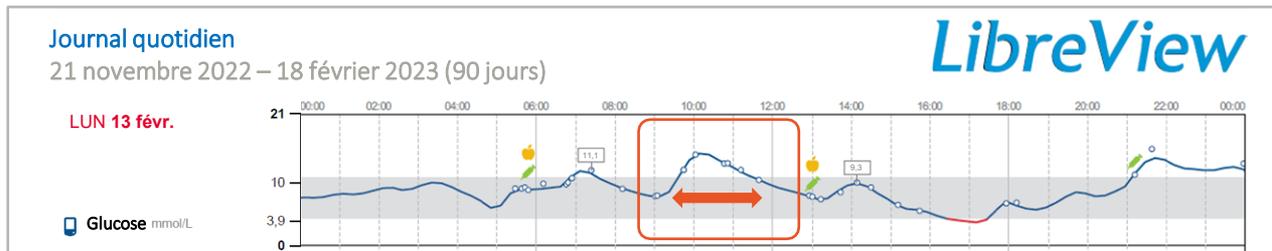
3. Vitesse d'absorption des glucides¹



1. Le niveau absolu de la hausse du glucose
2. Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
3. 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.

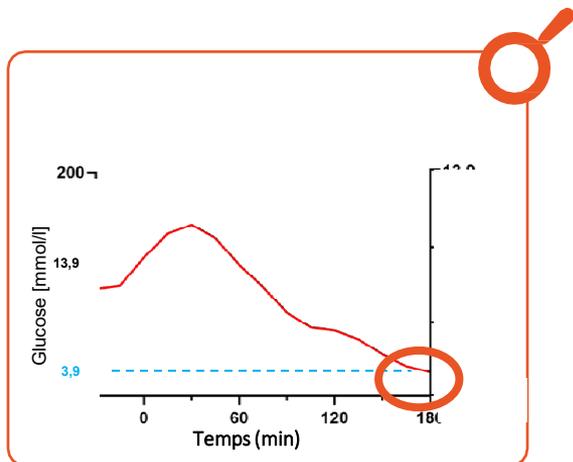
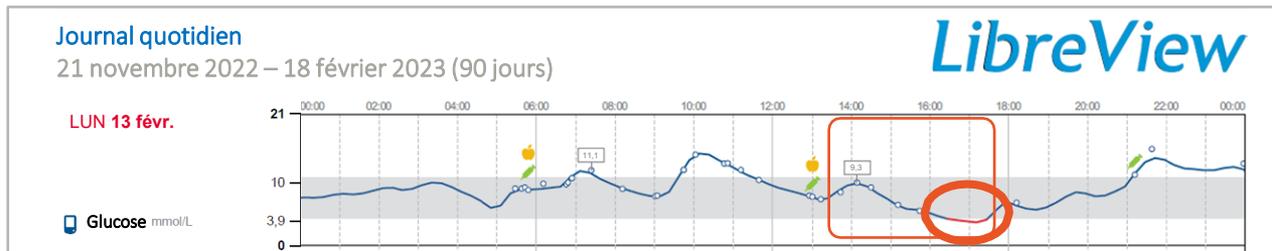
4. Durée des valeurs accrues du glucose¹



1. Le niveau absolu de la hausse du glucose
2. Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
3. La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe
4. **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**.

5. Particularités individuelles¹

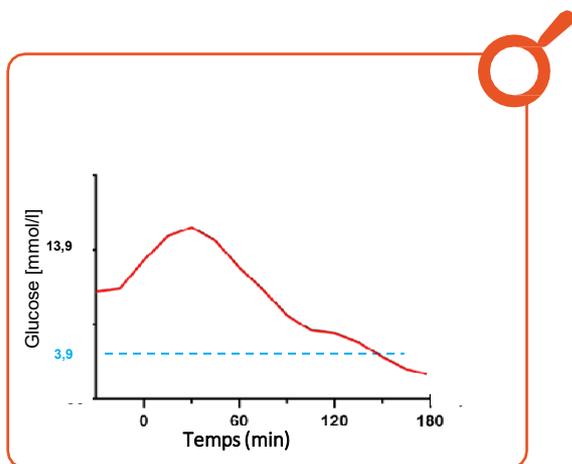
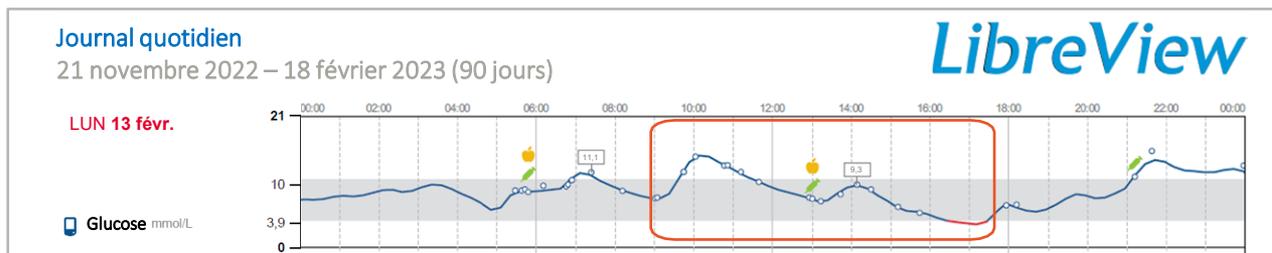


1. Le niveau absolu de la hausse du glucose
2. Différence maximale par rapport à la valeur initiale (Δ glucose)
3. La vitesse d'absorption des glucides/pente de la courbe
4. La durée de l'augmentation du glucose compte tenu des valeurs absolues du glucose
5. **Particularités individuelles**

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

ÉVALUATION STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE

Résumé¹



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

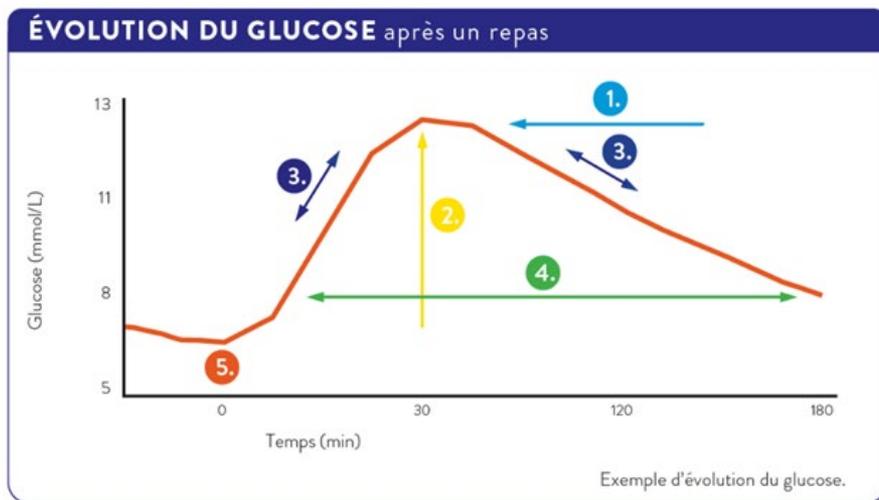
Résumé

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**.

ÉVALUATION STRUCTURÉE DE L'ÉVOLUTION POST-PRANDIALE DU GLUCOSE

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



FreeStyle *Libre*

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.

6.2⁰
mmol/L

 **Abbott**

life. to the fullest.®

Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels. Les illustrations sont des photos d'agence, prises avec des modèles. FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.



Profil de «Pierre»

Profil de santé:

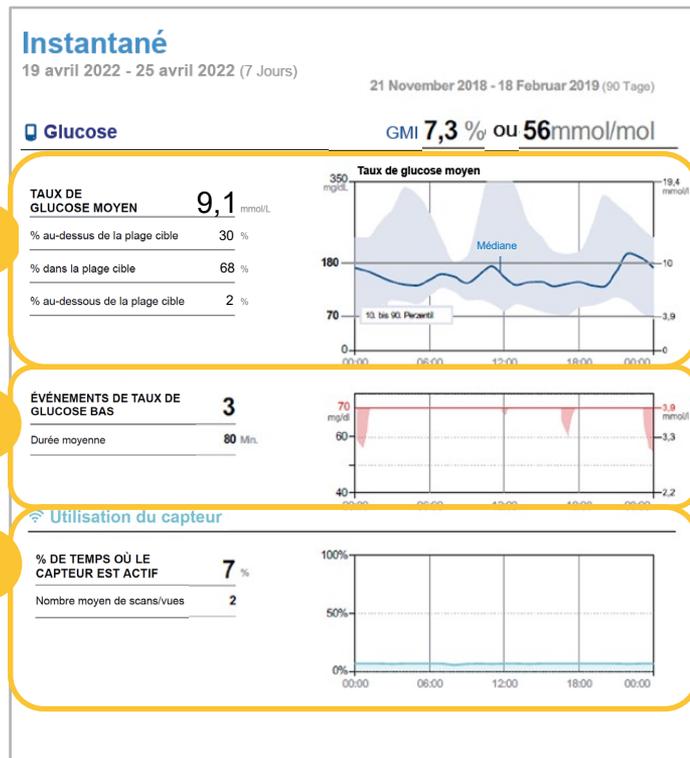
- Âge: 38 ans
- IMC: 26,0 kg/m²
- Diabète sucré: type 1
- Valeur actuelle de l'HbA1c: 7,6 %/59,56 mmol/mol
- Durée du diabète: 16 ans
- Forme de traitement: base/bolus

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»

**1. 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

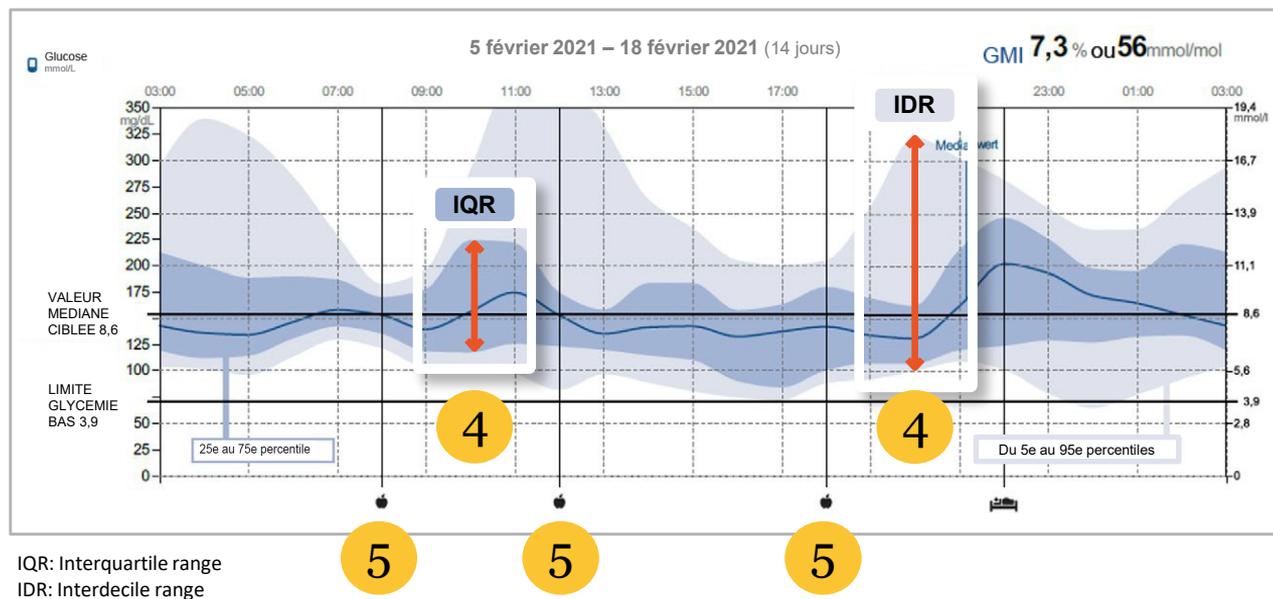
2. Plage cible et TIR

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

3. Hypoglycémies

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

Tendances quotidiennes de « Pierre »

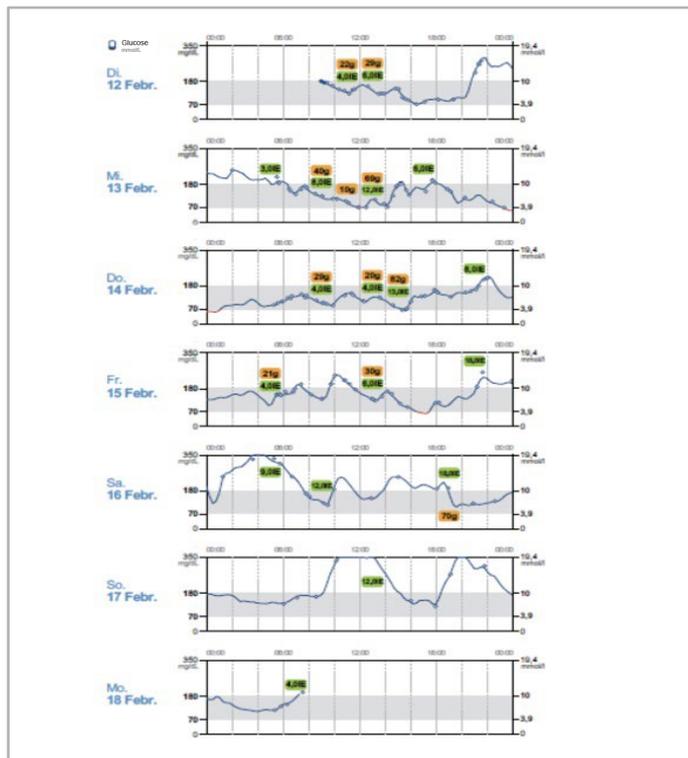
**4. Variabilité du glucose**

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

5. 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»

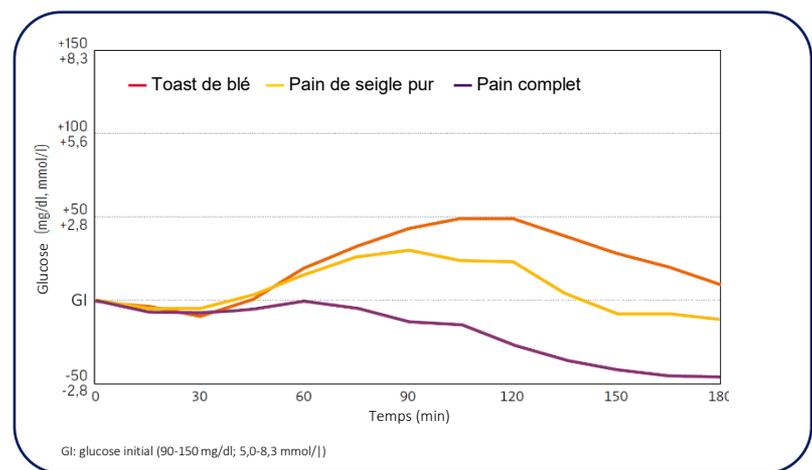


1. Après sa dernière consultation, Pierre a ajusté lui-même les facteurs d'UG et a augmenté la dose d'insuline
2. Les unités injectées et la quantité de glucides consommée ne correspondent pas toujours
3. Une grande variabilité est visible
4. Les repas ne sont parfois pas documentés

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

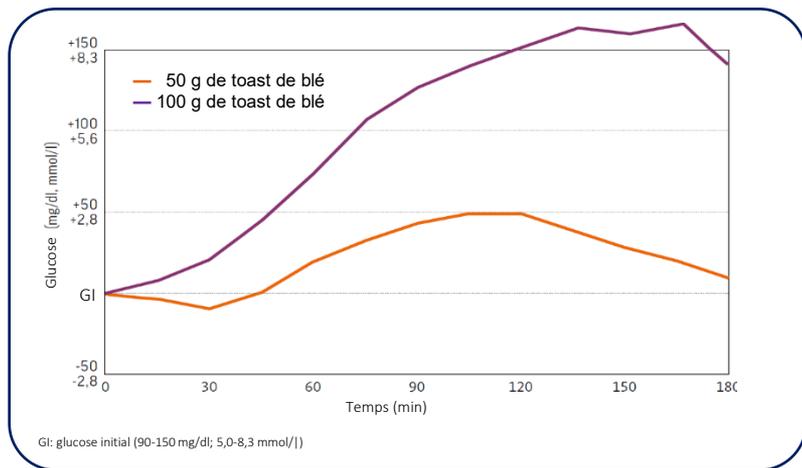
- 50 g (2 tranches) de toast de blé
- 50 g (1 tranche) de pain de seigle pur
- 50 g (1 tranche) de pain complet (>50 % de grain complet dans le pain)

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

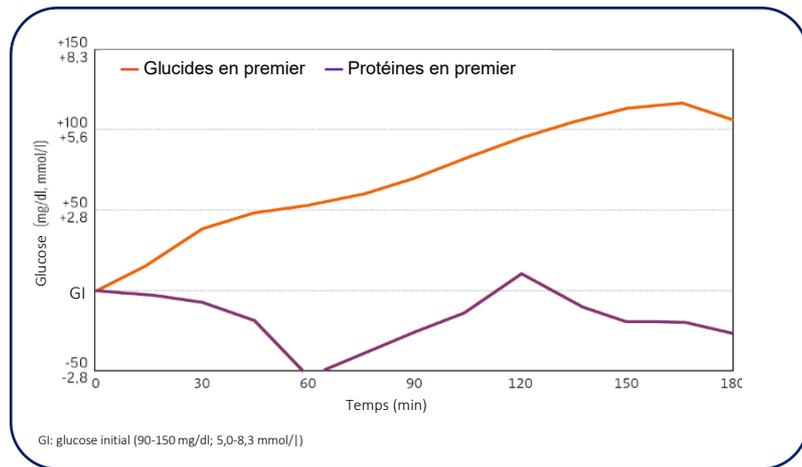
- 50 g de toast de blé
- 100 g de toast de blé

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:

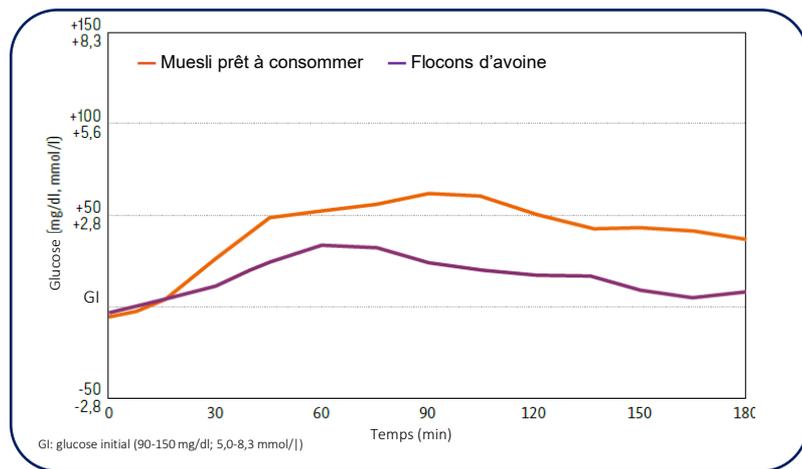
- Âge: 37 ans
- IMC: 29,0 kg/m²
- Diabète sucré: type 2
- Valeur actuelle de l'HbA1c: 6,0 %/42 mmol/mol
- Durée du diabète: 17 ans
- Forme de traitement: base/bolus

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: 25 U/24 h
- Dapagliflozine/metformine 5/1 000 mg: 1–0–1,

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

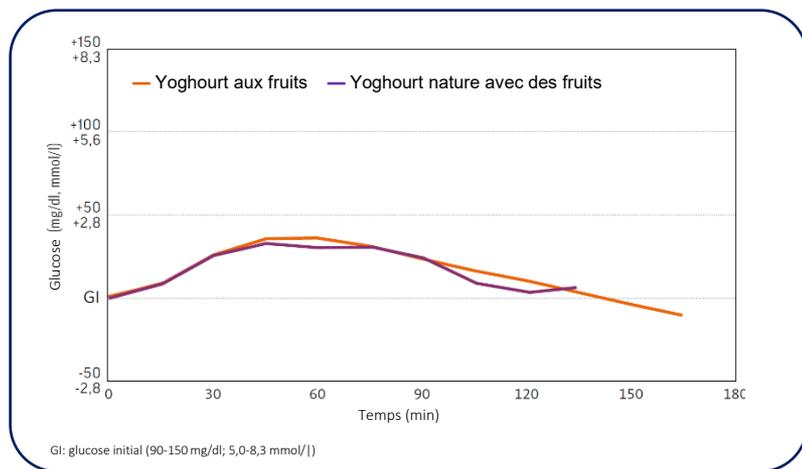
Dosage d'insuline et UG calculées, valeur initiale du glucose

- 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»: yoghourt



	Yoghourt aux fruits	Yoghourt 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: yoghourt

- 150 g de yoghourt aux fruits
- 150 g de yoghourt 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 yoghourt aux fruits et le yoghourt nature.

En **réduisant la consommation de sucre** (yoghourt nature au lieu de yoghourt 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.

Profil d'«Irène»

Profil de santé:

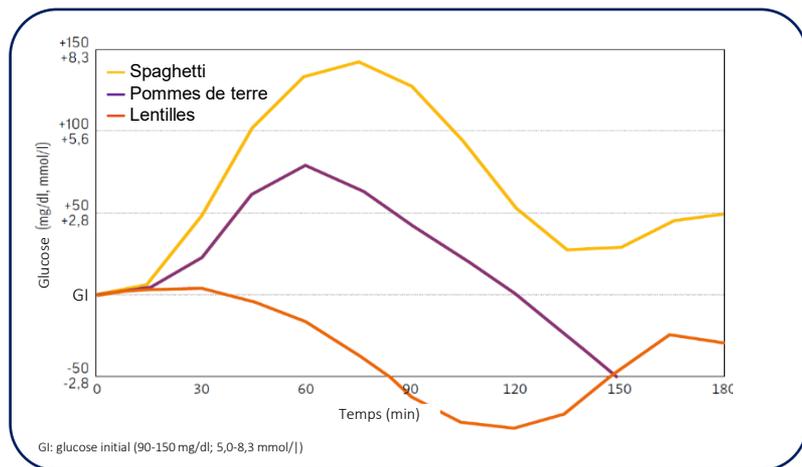
- Âge: 52 ans
- IMC: 27,0 kg/m²
- Diabète sucré: type 1
- Valeur actuelle de l'HbA1c: 7,1 %/54,1 mmol/mol
- Durée du diabète: 35 ans
- Forme de traitement: CSII (pompe à insuline)

Paramètres du traitement:

- Insuline aspartate (rapide): facteurs d'unités de glucides: 1,3 - 1,5 - 1,75 - 1,3 U/UG
Facteur de correction: 1 unité/2,8 mmol/l
Valeur cible: 5,6 mmol/l
- Débit basal: 17 U/24 h

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.

Test prandial n° 1 d'«Irène»: plats d'accompagnement²



	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

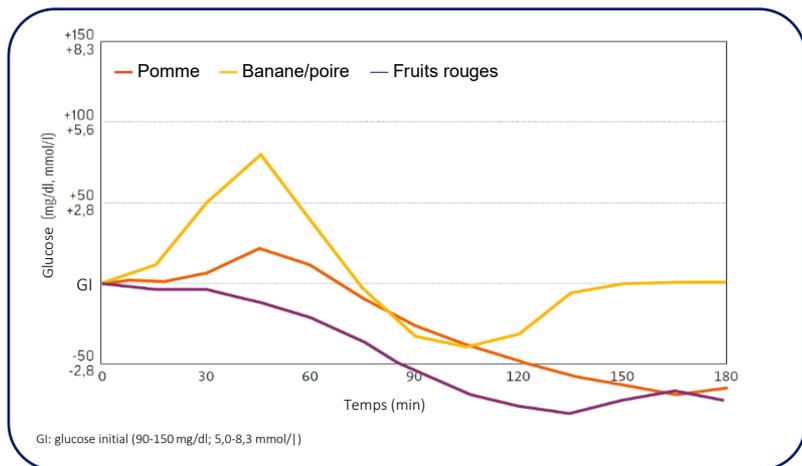
- 400 g (1 boîte) de lentilles
- 200 g de spaghetti cuits avec de la sauce tomate
- 4 petites pommes de terre cuites avec de la sauce tomate

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

Profil de «Brigitte»

Profil de santé:

- Âge: 47 ans
- IMC: 39,0 kg/m²
- Diabète sucré: type 2
- Valeur actuelle de l'HbA1c: 8 %/63,9 mmol/mol
- Durée du diabète: 17 ans
- Forme de traitement: ICT (base/bolus)

Paramètres du traitement:

- Insuline: facteurs d'unités de glucides: 6 - 6 - 7 U/UG
Facteur de correction: 1 unité/1,1 mmol/l
Valeur cible: 6,7 mmol/l
- Insuline glargine: 25 U/24 h
- Sitagliptine/metformine 50/1 000 mg: 1 - 0 - 1

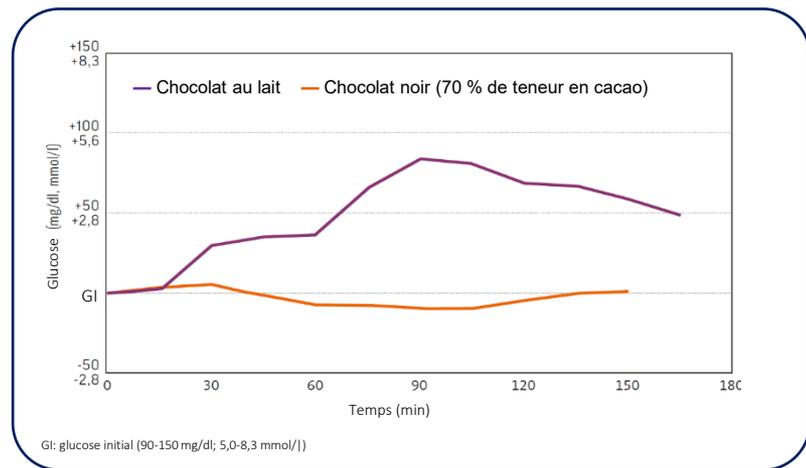
Brigitte n'est pas satisfaite du contrôle de son glucose et aimerait perdre du poids.

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



6.2
mmol/L

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

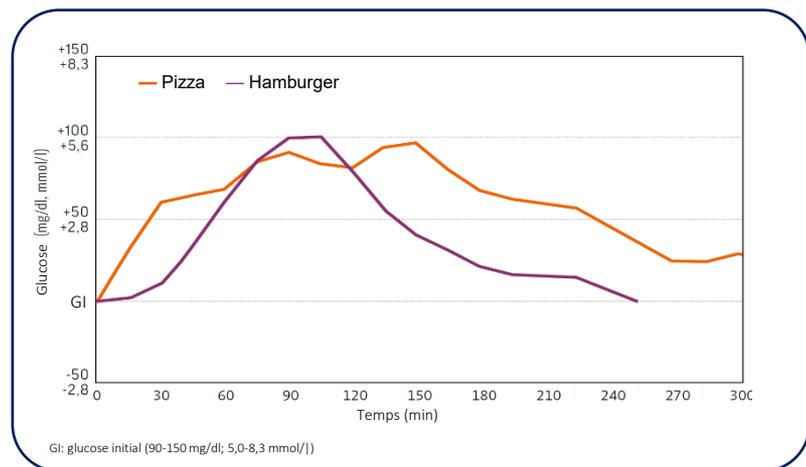
- 50 g de chocolat noir (70 % de teneur en cacao)
- 50 g de chocolat au lait

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



FreeStyle Libre

Documentation pour le cabinet médical



Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels. Les illustrations sont des photos d'agence, prises avec des modèles. FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.

Documentation pour le cabinet médical

Analyse du PGA (AGP) (professionnels de la santé)

Évaluation structurée en
5 étapes



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

ÉTAPE 1: Quelle est la qualité des données?

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

DONNÉES DE CAPTEUR RECUEILLIES

96 %
Sans affichage quotidien 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 %)

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

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

DIABÈTE DE TYPE 1 ET 2

OBJECTIF < 5 %
< 25 %
> 70 %
< 45 %

18-10 mmol/L (320 mg/dL)
10-10 mmol/L (180 mg/dL)
3.9-10 mmol/L (70-180 mg/dL)
2.8-10 mmol/L (50-180 mg/dL)
< 3.0 mmol/L (54 mg/dL)

* Comparé le pourcentage de valeurs > 10 mmol/L (180 mg/dL)
* Comparé le pourcentage de valeurs < 3.0 mmol/L (54 mg/dL)

INDICATEUR DE GESTION DE LA GLYCÉMIE (IGM1)

- est un pourcentage de jours la qualité de la stabilisation de la glycémie à long terme calculée en fonction du taux de glucose moyen (en mmol/L ou mg/dL)
- se rapproche approximativement de la valeur de l'HbA1c mesurée en laboratoire
- Compte de l'équilibre entre le CGM et l'HbA1c en laboratoire: une année, fluctuation de la valeur de l'HbA1c en cas d'hémoglobines, de carence en fer, d'anémie, de fièvre, 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. Vérifiez l'état de vos aliments et boissons à l'heure du repas et vérifiez les aliments ou boissons devant le repas. Notez-les.
2. Vérifiez les aliments avant le repas en vérifiant la quantité de portions et les heures avant et après le repas ou les heures précédentes ou suivantes (par ex. jeûne, consommation d'alcool, etc.).
3. Vérifiez les données de votre valeur de glucose mesurée en continu avant le repas. Prenez en compte la valeur de glucose actuelle pour chaque repas. Notez la valeur. Notez les jours de consommation que lorsque l'activité de glucose est élevée (surtout à l'heure de l'activité de glucose normale ou l'absence d'affichage de l'heure de l'activité de glucose normale).
4. Vérifiez les données de votre valeur de glucose de référence le jour avant le repas et le lendemain.
5. Notez l'ajustement pour chaque repas: test la quantité calculée de glucose (en grammes ou en équivalentes) par rapport à la quantité totale de glucose (incluant les aliments consommés pour le repas). Vérifiez aussi le cas échéant la proportion de la dose d'insuline qui vous sera injectée ou administrée dans le cadre de la correction.
6. Ajustez les données de votre valeur de glucose mesurée en continu avant le repas (en continu) indépendamment de la composition ou de son ordre.

EXEMPLES: Repas-tests

- Pain: 50 g de pain de blé (côté fissuré) **comparé à** 50 g de pain de seigle pur ou 50 g de pain complet.
- Accompagnement: 4 petites pommes de terre **comparé à** 200 g de spaghetti ou 400 g de lentilles*
- Fruits: 1 banane ou poire (50 g) **comparé à** 150 g de banane
- Fast-Food**: 1 pizza congelée Margherita (300 g) **comparé à** 4 mini-facs (fast-food standard) composé d'un hamburger avec une portion moyenne de fromage (sans sauce) comme le hamburger de la marque (ex. McFlurry).
- Chocolats: 50 g de chocolats noir (70 % de cacao en cacao) **comparé à** 50 g de chocolat au lait.
- Yaourt: yaourt au fruits (500 g, 3,5 % de lipides) **comparé à** un yaourt nature (500 g, 3,5 % de lipides).
- Miel: 100 g de fruits de fabrication industrielle (40 g, avec 100 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.
- Ordes**: commencer par consommer les protéines, puis après de minutes les glucides, et terminer!

Vous nous souhaitons un franc succès et d'intéressantes observations!



life to the fullest™

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* (appel gratuit)

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. L'application FreeStyle LibreLink n'est compatible qu'avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter le site web www.FreeStyle.Abbott/ch-fr pour vérifier la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'appli. 2. L'utilisation de FreeStyle LibreLink et LibreLinkUp requiert une inscription auprès de LibreView. 3. LibreView est une application basée sur le cloud.



Plus d'informations à l'adresse :
www.FreeStyle.Abbott/ch-fr



FreeStyle
Libre



 **Abbott**
life.to the fullest.®

ALIMENTATION DANS LA GESTION DU
DIABÈTE

Merci de votre attention!

Liens utiles:
www.FreeStyle.Abbott/ch-fr
www.LibreView.com

Les illustrations sont des photos d'agence, prises avec des modèles. FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.



Les données de glucose sont présentées à fin d'illustration, pas de patients réels. Les illustrations sont des photos d'agence, prises avec des modèles. FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.

© 2023 Abbott | ADC-68865 v2.0



life. to the fullest.®