### LE DIABÈTE

**Diabète**

Le diabète est une maladie qui découle d’une carence ou d’un défaut d’utilisation de l’insuline. L’insuline est une hormone produite par le pancréas et dont le corps a besoin pour transformer la nourriture en énergie.

Il existe deux principaux types de diabète :

* Dans le diabète de type 1, le pancréas ne peut pas produire d’insuline.
* Dans le diabète de type 2, le pancréas ne produit pas assez d’insuline ou le corps n’utilise pas bien l’insuline produite.

### Contrôle du diabète

Il est essentiel pour contrôler le diabète de trouver un bon équilibre entre la nourriture, l’insuline et l’exercice. Le moment choisi pour injecter l’insuline, vérifier la glycémie, prendre des repas et goûters et faire de l’exercice est important pour bien contrôler la glycémie. La nourriture élève le taux de glucose dans le sang. L’insuline et l’exercice font baisser le taux de glucose dans le sang, en permettant au glucose d’être utilisé par les cellules du corps.

Nourriture

Le programme communautaire n’a pas besoin de connaître les détails du plan de repas de l’enfant, mais les principes suivants peuvent être suivis pour certains enfants diabétiques.

* Consommer la même quantité de nourriture (glucides) chaque jour.
* Prendre repas et goûters à la même heure chaque jour.
* Éviter d’échanger ou de jeter de la nourriture.

Exercice

Chez les enfants diabétiques, l’exercice peut aider à contrôler la glycémie. Lorsque les enfants participent à une activité physique vigoureuse, il est essentiel de bien planifier cette activité pour maintenir leur glycémie au niveau voulu. Le principal risque qui découle d’une activité physique vigoureuse non planifiée est l’hypoglycémie (taux de glucose dans le sang trop bas). Il faut prévenir le parent ou tuteur en cas d’activité spéciale afin qu’ils puissent veiller à ce que l’enfant ait de la nourriture supplémentaire pour compenser ou qu’ils réduisent l’insuline administrée s’ils le souhaitent. Les sports ou les autres activités physiques qui ont lieu au moment des repas exigent également une planification particulière.

Insuline

Les enfants atteints du diabète de type 1 ont besoin d’injections d’insuline plusieurs fois par jour. Les enfants atteints du diabète de type 2 peuvent avoir besoin d’insuline ou de médicaments à prendre par voie orale pour aider leur corps à fabriquer de l’insuline ou à l’utiliser de façon plus efficace. La plupart des injections d’insuline sont faites à la maison. Le personnel des programmes communautaires n’est pas chargé d’administrer l’insuline.

**Quand l’enfant est malade**

Lorsqu’un enfant diabétique contracte une maladie de l’enfance ordinaire, celle-ci peut avoir une incidence sur sa glycémie. Il faut en aviser le parent ou tuteur.

Les vomissements et l’incapacité de garder la nourriture ou les liquides sont graves, car la nourriture est nécessaire pour équilibrer l’insuline. Si l’enfant vomit ou ne peut pas garder de nourriture ou de liquide, communiquez immédiatement avec le parent ou tuteur. Si vous n’arrivez pas à joindre le parent, le tuteur ou toute autre personne à contacter en cas d’urgence, composez le 911 ou le numéro des services d’urgence.

**Hypoglycémie**

L’hypoglycémie se produit lorsque le taux de glucose dans le sang est inférieur à 4 mmol/l. Il s’agit d’une situation d’urgence : l’enfant peut sembler en santé et normal et devenir hypoglycémique dans les minutes qui suivent.

L’hypoglycémie peut être causée par une nourriture insuffisante, ou par le fait de ne pas manger à l’heure prévue, de sauter un repas ou de le retarder.

Symptômes d’hypoglycémie

* Peau froide, moite ou en sueur.
* Tremblements, manque de coordination.
* Irritabilité, hostilité, mauvais comportement.
* Fatigue.
* Sautes d’humeur ou changements soudains de comportement.
* Difficulté de concentration, confusion.
* Marche titubante.
* L’enfant peut se plaindre de :
* nervosité,
* faim extrême,
* mal de tête,
* vision embrouillée,
* étourdissements,
* douleur abdominale ou nausée.
* Évanouissement, perte de connaissance

Que faire en cas d’hypoglycémie

1. Vérifiez la glycémie de l’enfant si un glycomètre est disponible et si le temps le permet.
2. Si la glycémie est inférieure à 4 mmol/l\* ou que l’enfant présente des signes d’hypoglycémie, donnez-lui des sucres rapides.
3. Attendez 15 minutes. S’il n’y a aucune amélioration, donnez-lui une 2edose de sucres rapides.
4. Attendez 15 minutes. S’il n’y a toujours pas d’amélioration, donnez un 3e dose de sucres rapides ET communiquez avec le parent/tuteur.
5. Si vous n’arrivez pas à joindre le parent, le tuteur ou toute autre personne à contacter en cas d’urgence, composez le 911 ou le numéro des services d’urgence.

EN CAS DE DOUTE, FAITES LE TRAITEMENT! Après avoir administré le traitement contre l’hypoglycémie, ne laissez pas l’enfant seul pendant au moins 30 minutes.

Hypoglycémie grave

Si sa glycémie baisse trop, l’enfant peut voir son état s’aggraver jusqu’à avoir des convulsions ou perdre connaissance, ce qui constitue une situation d’urgence.

Le glucagon permet de traiter l’hypoglycémie grave lorsque la glycémie de l’enfant est inférieure à 4 mmol/l et que l’enfant est inconscient, qu’il fait des convulsions ou qu’il ne peut pas avaler ou ne veut pas le faire lorsqu’on lui le demande. Il peut être administré par injection (voie intramusculaire) ou par le nez (voie intranasale). Le personnel des programmes communautaires ne peut administrer le glucagon que par voie intranasale.

La poudre pour administration nasale de glucagon Baqsimi™ est une pulvérisation sèche intranasale qui est maintenant offerte au Canada. Elle est contenue dans un tube sous pellicule plastique qu’il ne faut pas ouvrir avant d’être prêt à l’utiliser. Si le tube a été ouvert, Baqsimi™ pourrait être exposé à l’humidité, ce qui pourrait l’empêcher de fonctionner comme prévu. Le produit peut être gardé à des températures allant jusqu’à 30 degrés Celsius. Il porte une date de péremption, indiquée sur le tube, et doit être remplacé une fois périmé. Il est sécuritaire d’utiliser un BAQSIM™ périmé, mais peut-être pas efficace.

Comment utiliser Baqsimi™

1. Retirez la pellicule plastique en tirant sur la bande rouge.
2. Ouvrez le couvercle et retirez le dispositif du tube.
3. Tenez le dispositif entre les doigts et le pouce. N’appuyez pas encore sur le piston.
4. Insérez la tige doucement dans une narine jusqu’à ce que vos doigts touchent l’extérieur du nez.
5. Appuyez fermement sur le pistonen l’enfonçant complètement. La dose est donnée lorsque la ligne verte n’est plus visible.
6. Jetez le dispositif et le tube ou remettez-le au personnel du service d’urgence.

Que faire en cas d’hypoglycémie grave

1. Allongez l’enfant au sol sur le côté.
2. Administrez Baqsimi™, si disponible.
3. Composez le 911 ou le numéro des services médicaux d’urgence.
4. Communiquez avec le parent ou tuteur de l’enfant.
5. Si l’enfant présente toujours des signes d’hypoglycémie grave après 15 minutes, une deuxième dose de Baqsimi™ peut lui être administrée, si elle est disponible.
6. Restez avec l’enfant jusqu’à l’arrivée des intervenants du service médical d’urgence.

Ne donnez pas de nourriture ou de liquide à un enfant qui a perdu connaissance, fait des convulsions ou ne peut pas avaler.

### Hyperglycémie

L’hyperglycémie se produit lorsque le taux de glucose dans le sang dépasse la fourchette établie pour l’enfant. En général, l’hyperglycémie ne constitue pas une situation d’urgence et n’exige pas un traitement immédiat.

L’hyperglycémie découle souvent de l’un ou de plusieurs des facteurs suivants :

* pas assez d’insuline;
* trop de nourriture;
* moins d’activité physique que d’habitude;
* une maladie ou le stress.

Les symptômes d’hyperglycémie sont notamment une augmentation de la soif, la fatigue et le besoin d’uriner plus fréquemment.

### Que faire en cas d’hyperglycémie

1. Vérifiez la glycémie de l’enfant si un glycomètre est disponible.
2. Informez le parent ou le tuteur si le taux est supérieur à la fourchette établie pour l’enfant (selon les chiffres indiqués dans le plan de soins de l’enfant).

L’enfant doit avoir libre accès à l’eau ou à d’autres liquides sans sucre, ainsi qu’aux toilettes.