



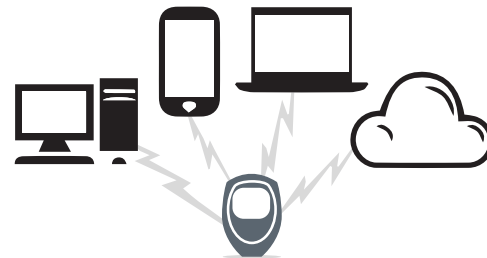
Gen kèk lektè glisemi ki konsève rezilta sik nan san yo epi pèmèt ou siyale rezilta yo avèk yon etikèt evènman, menm jan ak lè ou sèvi avèk yon kaye.

### Etikèt evènman



Gen kèk lektè ki pèmèt ou konsève rezilta ou yo sou yon òdinatè, laptop, esmatfòn oswa nan nyaj (sou entènèt).

Si ou gen youn nan lektè sa yo, asire ou ke ou gen dat ak lè ki kòrèk la ki regle sou lektè a epi ou konnen ki fason pou konsève ak/oswa transfere rezilta yo sou òdinatè, laptop, esmatfòn ou oswa nan nyaj.



### Pote lektè glisemi ou an ak yon dosye rezilta ou yo (ki konsève sou lektè glisemi an oswa ekri nan yon kaye/kanè) nan tout randevou medikal ou yo.

Doktè ou ak ekip swen sante ou ap ede decide pwòp objektif sik nan san ou yo. Tranch pou nivo sik nan san pou pifò granmoun ki pa ansent ki gen dyabèt se:<sup>1</sup>

#### Nivo sik nan san nòmal<sup>1</sup> Pou granmoun ki pa ansent ki gen dyabèt.

Anvan repa	80-130 mg/dL
1-2 èdtan apre kòmansman yon repa	<180 mg/dL

Si sik nan san ou tonbe anba 70 mg/dL, lè sa a **manje yon bagay ki gen sik** ladann, tankou ji, bonbon di, glikoz (sik) ki aji vit, ki bay yon dòz 15 gram kabo-idrat ki deja mezire.<sup>2</sup> Tcheke sik ou ankò apre 15 minit.

Si li toujou **anba 70 mg/dL**, manje yon lòt pòsyon epi kontinye ak etap sa yo jiskaske sik nan san ou **nan 70 mg/dL pou pi piti**.

Si sik nan san ou tonbe ba anpil (anba 54 mg/dL),<sup>1,3</sup> manje yon bagay ki gen sik ladann, tankou ji oswa bonbon di epi **kontakte founisè swen sante ou a**.

Epitou, si sik nan san ou wo anpil (**depase 240 mg/dL**),<sup>4</sup> ou dwe kontakte founisè swen sante ou a.



1. American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes – 2019. Diabetes Care. 2019; Vol. 42 (Suppl. 1): S66-S67.  
 2. Mayo Clinic. Hypoglycemia. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hypoglycemia/symptoms-causes/syc-20373685>. Te mete ajou nan dat 7 septanm 2018. Aksede nan dat 27 fevriye 2019.  
 3. Heller, Simon R.. Glucose Concentrations of Less Than 3.0 mmol/L (54 mg/dL) Should Be Reported in Clinical Trials: A Joint Position Statement of the American Diabetes Association and the European Association for the Study of Diabetes. Issues Discussed were Developed by the International Hypoglycemia Study Group. Diabetes Care 2017; Vol. 40 (no. 1): 155-156  
 4. Mayo Clinic. Hyperglycemia in Diabetes. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hyperglycemia/diagnosis-treatment/drc-20373635>. Te mete ajou nan dat 3 novanm 2018. Aksede nan dat 27 fevriye 2019.