Questions et tests à poser à votre médecin

Diabète de type 2 · Demandez, n'exigez pas — votre médecin a peut-être une bonne raison.

Est-ce que ce test a été fait ? Sinon, qu'est-ce que ça changerait ?

1. A1C — votre glycémie moyenne des trois derniers mois.
   Demandez : “Quelle était mon A1C la dernière fois, et quand est le prochain ?”
Source : Diabetes Canada ; BC Guidelines: Diabetes Care (aux 3 mois lors d'ajustements, aux 6 mois si stable)

2. Bilan rénal — DFGe et ratio albumine-créatinine — un test pour la filtration des reins, un pour les protéines qui passent dans l'urine.
   Demandez : “Est-ce que les deux ont été faits, le DFGe et le rapport albumine-créatinine ?”
Source : Diabetes Canada ; KDIGO 2024

3. Bilan lipidique — cholestérol et triglycérides, une partie de votre risque cardiaque.
   Demandez : “Quand mon bilan lipidique a-t-il été fait la dernière fois, et quels étaient les chiffres ?”
Source : Diabetes Canada

4. Tension artérielle à chaque visite — prise assis, après cinq minutes, avec le bon brassard, en moyenne.
   Demandez : “Est-ce que ma tension a été prise selon la méthode standard aujourd'hui, et quelle était-elle ?”
Source : Hypertension Canada

5. Pieds — sensibilité des nerfs et circulation, au moins une fois par année.
   Demandez : “Quand mes pieds ont-ils été examinés la dernière fois, pour la sensibilité et les pouls ?”
Source : Diabetes Canada

6. Yeux — un examen dilaté de la rétine, parce que les premiers changements ne donnent aucun symptôme.
   Demandez : “Quand remonte mon dernier examen dilaté des yeux, et quand est le prochain ?”
Source : Diabetes Canada

7. Poids et tour de taille — la tendance, pas une seule pesée.
   Demandez : “Comment mon poids et mon tour de taille ont-ils changé depuis l'an dernier ?”
Source : Diabetes Canada

8. Revue des médicaments — à quoi sert chaque comprimé, lesquels peuvent causer des hypoglycémies, et quels vaccins sont dus.
   Demandez : “Pouvons-nous revoir mes médicaments, et est-ce que des vaccins sont dus ?”
Source : Diabetes Canada ; calendriers provinciaux de vaccination

Les quatre questions sur vos résultats

- Quel est mon chiffre ? la valeur réelle, écrite.
- Quel était-il la dernière fois ? la tendance compte plus qu'un seul résultat.
- Quelle est ma cible, et pourquoi celle-là ? les cibles sont individuelles.
- Si ce n'est pas dans la cible, quelle est la suite ? le plan, l'intervalle, la raison.

SIGNES D'ALERTE

Consultez maintenant, pas plus tard, pour : douleur à la poitrine - difficulté à respirer - tension très élevée avec symptômes - peu ou pas d'urine - confusion - changement soudain de la vision.

Information générale, pas un avis médical. Elle ne remplace pas votre médecin. Les sources sont nommées pour que vous puissiez les vérifier vous-même.