

# 10 choses à savoir sur le diabète de TYPE 1 de votre élève

Dans le diabète de type 1, le corps ne produit pas l'insuline nécessaire pour métaboliser le sucre en énergie. Les personnes avec un diabète de type 1 doivent se faire des piqûres d'insuline ou porter une pompe à insuline pour vivre.

Info de base : Manger augmente le taux de sucre dans le sang (taux de glycémie).

Faire de l'exercice baisse la glycémie

## 1 Les injections aux stylos ne guérissent pas le diabète

C'est dur de vivre avec le diabète. Ma glycémie va varier chaque jour, et il n'existe pas de solution pour « contrôler » le diabète de type 1. Merci pour votre patience quand je dois gérer les hauts et les bas de ma glycémie.

## 2 Je porte des gadgets super cools pour vivre et rester en bonne santé

Mes stylos d'insuline, mon lecteur de glycémie et/ou mon capteur de glucose en continu peuvent ressembler au dernier iPod ou à un téléphone portable et peuvent même sonner comme un téléphone. S'il vous plaît, ne me les enlevez pas, vous mettriez ma santé en danger.

## 3 Parfois, je peux avoir besoin de manger en classe

Je dois avoir toujours sur moi du sucre et des collations en cas d'urgence. Si mon taux de glycémie est trop bas (hypo-glycémie), aller jusqu'à l'infirmerie peut être trop risqué. J'ai besoin immédiatement de sucre rapide.

## 4 Je peux être mal à l'aise pour demander votre aide

Selon l'âge que j'ai, je peux être plus ou moins autonome, mais ma santé et mon bien-être passent par vous. Ce n'est pas toujours facile de parler quand je suis en hypo ou en hyper et que j'ai besoin de m'occuper de mon diabète. Cela m'aide de savoir que vous êtes à mes côtés pour me soutenir.

## 5 Quand je vous dis que je me sens bas, j'ai besoin immédiatement de votre attention

Je peux aussi avoir besoin de votre aide. S'il vous plaît, donnez moi du sucre et laissez moi contrôler ma glycémie aussitôt. Ne me laissez pas tout seul, et ne m'envoyez pas à l'infirmerie. Mon corps et mon cerveau ne fonctionnent pas correctement en hypo et je peux me perdre ou m'évanouir en chemin. Je ne peux pas non plus terminer un devoir ou finir mon travail tant que je n'ai pas traité mon hypo-glycémie.

## 6 Quand ma glycémie est haute, j'ai besoin d'aller fréquemment aux toilettes.

Et cela ne changera pas, même en grandissant. S'il vous plaît, soyez patient quand je dois aller aux toilettes fréquemment pendant la journée. Cela veut dire que mon taux de sucre dans le sang est trop important et mon corps réagit naturellement en évacuant le sucre en trop par les urines. Quand ma glycémie est haute, j'ai donc besoin de boire fréquemment pour aider le sucre à être évacué.

## 7 Ne m'appellez pas « le diabétique »

Parce ce que je suis défini par QUI je suis, pas par ma maladie.

## 8 Si je ne suis pas attentif ou que j'ai du mal à suivre vos instructions, je peux avoir besoin de contrôler ma glycémie

S'il vous plaît, ne pensez pas que mon manque d'attention ou de coopération est mon comportement habituel. Si vous remarquez que je ne suis pas attentif ou que j'agis étrangement, demandez-moi gentiment de contrôler ma glycémie.

## 9 Merci pour votre patience pour les moments d'interruption

Contrôler sa glycémie de multiples fois par jour, ajuster les doses d'insuline et traiter les hypos et les hypers, ça peut être épuisant. Votre compréhension durant ces interruptions va faciliter mon intégration à l'école car je ne veux pas être un fardeau pour vous ou la classe.

## 10 Certains jours, la glycémie peut faire des montagnes russes

Quelques fois, les hypos et les hypers se succèdent toute la journée. Et quand ça arrive, je peux me sentir très mal. C'est similaire à ce que vous ressentez quand vous avez une grippe ou que vous avez bu trop d'alcool.