FIT Technique Plus*

Technique d'injection pour les personnes âgées

* Outils éducatifs élaborés à pa tir des Recommandations sur les meilleures pratiques relatives à la technique d'injection de FIT Canada, Mis à jour le 11 février 2020

Aidez-vous un membre âgé de votre famille avec ses traitements par injection d'insuline?

Le saviez-vous?

Toutes les personnes diabétiques devraient se fixer des objectifs glycémiques, surtout à mesure qu'elles vieillissent.

- Demandez à votre équipe d'éducateurs en diabète quel est le taux de glycémie idéal pour le membre de votre famille atteint.
- Plus les personnes diabétiques vieillissent, plus leurs glycémies varient d'un patient à l'autre. Il y a ainsi des personnes diabétiques âgées dont les cibles glycémiques peuvent être assez différentes.
- Avertissez l'équipe si le membre de votre famille présente des taux de glycémie qui arrivent en dessous de la cible.

Le saviez-vous?

En vieillissant, les personnes s'inquiètent parfois d'avoir des troubles de mémoire.

- Lorsqu'une personne doit commencer à prendre de l'insuline, elle doit aussi apporter des changements à son mode de vie. Or, les adultes âgés ont parfois du mal à se rappeler s'ils ont pris leur insuline ou non. Une façon d'aider ces personnes à garder le fil de leurs injections est de leur suggérer d'utiliser une dosette et d'y placer à l'avance toutes les aiguilles pour stylo-injecteur dont elles auront besoin dans le courant de la semaine. Il y a ainsi moyen de vérifier chaque jour si les aiguilles ont été utilisées ou non.

- Une autre option consiste à utiliser un stylo-injecteur avec mémoire intégrée.

Le saviez-vous?

La dépression est une atteinte courante chez les adultes âgés.

- La dépression peut nuire à la capacité des adultes âgés à prendre soin d'eux-mêmes.
- Lorsqu'un adulte âgé en état dépressif n'est pas traité, même les tâches les plus simples présentent un défi, comme les courses à l'épicerie pour acheter de la nourriture, et si la personne est diabétique, elle risque d'être moins motivée à s'injecter son insuline.

- Les signes et symptômes de la dépression chez l'adulte âgé peuvent varier de ceux que l'on observe chez les jeunes adultes:
  - éveil plus tôt qu'à l'accoutumée
  - douleurs physiques
  - manque d'appétit
  - perte de poids
  - toxicomanie

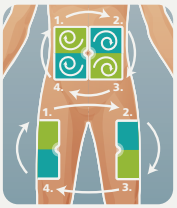
Autres facteurs à prendre en considération

Si la personne s'injecte elle-même:

- Encouragez le membre de votre famille à se présenter à ses rendez-vous cliniques avec son insuline et ses fournitures.
- **Tous les 3 à 6 mois,** demandez-lui de vous montrer sa technique d'injection et vérifiez qu'aucune étape importante n'a été omise (par ex., purger l'air, mélanger l'insuline opaque, faire la rotation des régions d'injection ou utiliser une nouvelle aiguille à chaque injection).
- Il est recommandé d'utiliser des aiguilles courtes. Chez les adultes âgés maigres, il peut s'avérer nécessaire d'effectuer un pli cutané pour réduire le risque d'injection de l'insuline dans le tissu musculaire.

Si vous ou un autre membre de la famille effectue les injections:

- Envisagez l'utilisation d'un dispositif sécurisé afin de prévenir les blessures par piqûre d'aiguille.
- Vérifiez que la personne a pris l'habitude de faire la rotation de ses régions. Cette précaution assure une bonne absorption de l'insuline et aide à prévenir des complications évitables dans les régions d'injection.



Le saviez-vous?

Les technologies pour venir en aide aux aînés diabétiques font beaucoup de progrès.

- L'équipe d'éducateurs en soins du diabète peut vous aider à trouver le meilleur dispositif d'administration de l'insuline pour le membre de votre famille atteint.
- Il y a beaucoup de détails à apprendre au sujet de l'insuline et des dispositifs utilisés dans le traitement du diabète. Donnez amplement le temps au membre de votre famille de se pratiquer afin qu'il puisse s'y habituer, et encouragez-le à vous poser des questions s'il y a quelque chose dont il n'est pas sûr.

1 Tanwani LK. Insulin Therapy in the Elderly Patient With Diabetes. American Journal of Geriatric Pharmacotherapy. 2011;9(1):24-36.
2 Ligthelm RJ et al. Insulin Use in Elderly Adults: Risk of Hypoglycemia and Strategies for Care. Journal of the American Geriatrics Society. 2012;60(8):1564-70.
3 Munshi M et al. Assessment of Barriers to Improve Diabetes Management in Older Adults. Diabetes Care. 2013;36:543-549.
4 Berard L et al. FIT Canada – La sécurité d'abord. Recommandations sur les meilleures pratiques relatives à la technique d'injection. Octobre 2011.