



VOUS ÊTES MALADE?

SACHEZ COMMENT GÉRER VOS MÉDICAMENTS EN TOUTE SÉCURITÉ



Si vous êtes atteint de **diabète de type 2**, le fait d'être malade pendant quelques jours peut nécessiter des précautions particulières pour protéger votre santé jusqu'à ce que vous soyez rétabli. Demandez à votre médecin de vous aider à élaborer un **plan de gestion des jours de maladie** pour que vous soyez bien préparé à cette éventualité.



PRÉOCCUPATIONS EN CAS DE MALADIE

Si vous devenez déshydraté en raison de vomissements ou de diarrhée, certains médicaments que vous prenez pourraient :

- nuire au bon fonctionnement de vos reins pendant que vous êtes malade;
- causer des effets secondaires.



Si vous êtes malade et que vous ne pouvez pas boire suffisamment de liquides pour maintenir une bonne hydratation...

CESSEZ de prendre les médicaments suivants jusqu'à votre rétablissement :

- **S**ulfonylurées (p. ex. médicaments contre le diabète)
- **I**nhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine ou IECA (p. ex. médicaments contre l'hypertension)
- **D**iurétiques (p. ex. médicaments favorisant l'élimination de l'eau)
- **M**etformine (p. ex. médicaments contre le diabète)
- **A**ntagonistes des récepteurs de l'angiotensine ou ARA (p. ex. médicaments contre l'hypertension)
- **A**nti-inflammatoires non stéroïdiens ou AINS (p. ex. analgésiques comme Advil ou médicaments contre le rhume)
- **I**nhibiteurs du SGLT2 (p. ex. médicaments contre le diabète)

En combinant les premières lettres de cette liste, on obtient un acronyme qui aide à retenir les médicaments à ne pas prendre :

S I D M A A I

Avant de cesser de prendre un médicament...

Demandez à votre médecin ou à votre pharmacien de vous indiquer les médicaments que vous devriez cesser de prendre pendant que vous êtes malade.



Anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) : aspirine/AAS, ibuprofène (ADVIL[®], MOTRIN[®]), naproxène (ALEVE[®]), diclofénac (VOLTAREN[®]), célécoxib (CELEBREX[®]). Les médicaments contre le rhume peuvent également contenir des AINS.

Inhibiteurs du SGLT2 : canagliflozine (INVOKANA[®]), canagliflozine + metformine (INVOKAMET[®]), dapagliflozine (FORXIGA[®]), dapagliflozine + metformine (XIGDUO[®]), empagliflozine (JARDIANCE[®]), empagliflozine + metformine (SYNJARDY[®]), ertugliflozine (STEGLATRO[®]), ertugliflozine + metformine (SEGLUROMET[®]), ertugliflozine + sitagliptine (STEGLUJAN[®]).



Avant de prendre un médicament contre le rhume ou un sirop contre la toux...

Demandez à votre pharmacien de vous aider à faire le bon choix, car :

- certains médicaments contre le rhume contiennent aussi un **AINS**, un des médicaments que vous devez cesser de prendre si vous êtes déshydraté;
- de nombreux médicaments contre le rhume et sirops contre la toux **contiennent du sucre!** Assurez-vous de choisir un produit sans sucre.



Buvez beaucoup de liquides...*

Prenez soin d'éviter les boissons sucrées. Voici quelques bons choix :

- Solutions de réhydratation contenant des électrolytes (demandez à votre pharmacien de vous en recommander une)
- Soupes claires ou bouillons
- Eau
- Soda au gingembre diète
- Jus de pomme dilué

La caféine peut aggraver la déshydratation. Évitez les boissons caféinées :

- Café
- Thé
- Boissons gazeuses



* À moins que votre professionnel de la santé vous ait dit de limiter votre consommation de liquides.



Continuez de surveiller votre glycémie de manière quotidienne et régulière, comme à l'habitude.

Votre médecin pourrait toutefois vous recommander de la mesurer plus souvent qu'à l'habitude.



Préparez-vous une trousse pour les jours de maladie

- Thermomètre
- Médicament ou pastilles contre la toux sans sucre
- Numéros de téléphone importants, notamment celui de votre équipe soignante et de votre pharmacien



Parlez avec votre équipe soignante...

- de **TOUTE** question ou préoccupation;
- de **tout changement** à vos médicaments et à vos suppléments;
- du moment où vous pourrez **recommencer à prendre les médicaments** que vous avez cessé de prendre temporairement.