**(LES HYPERS)**

?? Salut tout le monde !

?? On sait que les hypos peuvent nous gêner au quotidien, mais il ne faut pas oublier pour autant l’autre ennemi qu’on doit combattre, et qui fait de sacrés dégâts : ce sont les hypers.

?? J’ai vu la vidéo de Simon sur ce sujet, et il résume plutôt bien tout ce qui touche aux hyperglycémies. Je vous laisse la découvrir.

**(GENERIQUE)**

?? Je ne sais pas pour vous, mais pour moi, les hypers, c’est forcément associé à des mauvais résultats en rouge dans mon carnet.

?? J’ai un peu l’impression qu’on va me punir, qu’on va m’engueuler même.

?? Je vous arrête tout de suite, pas besoin.

?? Parce qu’ici, la première personne que je punis, c’est moi.

?? En plus de la culpabilité d’avoir merdé quelque part, t’as cette petite voix qui te parle et qui te rappelle que…

?? Ça fait du mal à ton corps.

?? Ah ! on me dit dans l’oreillette que j’ai merdé.

?? Donc bon, pas besoin d’en rajouter forcément !

?? Les parents, les diabétos, vous inquiétez pas hein !

?? Nous aussi on sait que c’est pas top.

?? Finalement, niveau symptômes, c’est pas agréable mais ça reste moins pire que d’être en hypo car tu te sens moins mal.

?? Sauf que…

?? Pas de bol ! Ce qui fait le plus de mal au corps, ce sont les hypers.

?? C’est vicieux de ouf, les hypers !

?? Vas-y, encaisse ça tranquillement.

?? Niveau culpabilité et dilemme intérieur, là, on atteint des sommets.

?? Se faire plaisir, se faire du mal.

?? En fait, c’est bien foutu le diabète, c’est une maladie qui a été créée pour donner du taf aux psys.

?? Parlons du stress.

?? Moi quand je stresse, ou bien que je suis énervé, ma glycémie peut très bien monter direct.

?? Mais quand, en plus, tu comprends qu’une hyperglycémie, ça peut en plus te stresser et te rendre agressif.

?? On s’en sort jamais en fait !

?? Sans trop rentrer dans les détails car ça fait un peu flipper :

?? Oui, les hypers, on sait que c’est mauvais.

?? On sait qu’il peut y avoir ces fameuses « complications ».

?? Vous savez, le mot interdit.

?? J’ai l’impression de parler de Voldemort, celui dont on ne doit pas prononcer le nom.

?? Je vais pas faire la liste de toutes ces complications, mais bon, c’est quand même relou de se dire que si t’es mal équilibré, tu te tapes toute une série de trucs relou plus tard.

?? Je vous avais dit que le diabète, c’était plutôt culpabilisant comme maladie.

?? Je me sens responsable de ma santé future, mais cette responsabilité, je m’en passerais bien en fait.

?? Bon là, c’est la version dramatique.

?? En vrai, moi, je n’y pense pas du tout tous les jours.

?? Heureusement d’ailleurs, parce que le diabétique parfait à notre âge, avec une hémoglobine glyquée inférieure à 7% toute sa vie, et bien qu’il vienne, qu’il vienne s’asseoir à ma table et m’expliquer comment il fait !

?? Et non, encore une fois, il n’y a pas de formule magique, on fait ce qu’on peut la plupart du temps.

?? Maintenant, on va parler des symptômes de l’hyper.

?? C’est peut-être moins désagréable qu’une hypo à gérer, mais bon ça reste relou quand même.

?? T’as une soif de folie, du coup à cause de ça, t’as ultra envie de pisser, je ne t’en parle même pas.

?? *Madame, madame, je peux aller aux toilettes ?*

?? *Simon, c’est la 4e fois en une heure, tu vas te retenir, non ?*

?? *Déjà quatre ?*

?? Tu peux même être vénère. Parfois t’as même mal au ventre ou à la tête.

?? T’as aussi du mal à te concentrer.

?? Bon là, il n’y a pas le choix, en cas d’hyper, c’est insuline, mon ami !

?? Si c’est avant un repas, je fais une dose de correction, en plus de ma dose habituelle.

?? Et si c’est après,

?? Oui, les post-prandiales, c’est utile.

?? Je fais une petite correction.

?? Faut pas oublier de vérifier l’acétone aussi, si t’as plus de 13,75.

?? Je dis ça car ça m’est déjà arrivé que je ne contrôle pas, et que du coup après, je galère à faire redescendre ma glycémie, malgré la dose que j’avais faite.

?? Ben tu parles !

?? Mon cathé s’était coudé.

?? Forcément, l’insuline ne se diffuse plus très bien.

?? En fait, j’étais plein d’acétone.

?? Et quand j’ai enfin vérifié, j’ai pu appliquer le protocole, et donc, derrière faire la dose d’insuline nécessaire.

?? Evidemment, j’ai aussi changé mon cathé, ça va de soi.

?? Et pour vous, ça se passe comment les hypers ?

?? Salut !