

## La glycémie en mmol par Litre de sang

Pour effectuer la mesure de la glycémie à jeun, il faut rester au moins **8 heures sans manger**.

Les normes peuvent varier selon les techniques utilisées par le laboratoire, mais, en moyenne, elles doivent idéalement être comprises entre 3,5 et **6,1 mmol par litre** de sang jusqu'à 50 ans.

Un taux supérieur peut faire craindre une mauvaise régulation de la glycémie : on commence à parler de diabète lorsque deux mesures successives de la glycémie à jeun sont égales ou supérieures à 7 mmol/l (soit 1,26 g/l)...

A partir de 50 ans, les valeurs normales de la glycémie à jeun s'élèvent : il faut rajouter 0,56 mmol/l (0,10 g/l) par décennie. Enfin, la glycémie normale à jeun doit être inférieure à 5 mmol/l chez la femme enceinte.

source : medisite

## Tableau de conversion des taux de glycémie

Le taux de glycémie est mesuré en mmol/l ou en g/l. Il est important de pouvoir convertir les taux selon les valeurs de mesure.

Les formule de calcul pour la conversion des taux de glycémie sont les suivantes :

- $\text{g/l} \times 5.5 = \text{mmol/l}$
- $\text{mmol/l} \times 0.18 = \text{g/l}$

## Bon à savoir

Il y a quelques années, on évaluait le taux de glucose dans le sang en mg/dl (milligrammes par décilitre). Ce n'est plus le cas aujourd'hui où l'on préfère les g/l (grammes par litres).

Vous trouverez ci-dessous un tableau d'équivalence des taux de glycémie.

| <b>mmol / l</b> | <b>g / l</b> |
|-----------------|--------------|
| 0.6             | 0.10         |
| 0.8             | 0.15         |
| 1.1             | 0.20         |
| 1.4             | 0.25         |
| 1.7             | 0.30         |
| 1.9             | 0.35         |
| 2.2             | 0.40         |
| 2.5             | 0.45         |
| 2.8             | 0.50         |
| 3.1             | 0.55         |
| 3.3             | 0.60         |
| 3.6             | 0.65         |
| 3.9             | 0.70         |
| 4.2             | 0.75         |
| 4.4             | 0.80         |
| 4.7             | 0.85         |
| 5.0             | 0.90         |
| 5.3             | 0.95         |
| 5.6             | 1            |
| <b>mmol / l</b> | <b>g / l</b> |
| 6.1             | 1.10         |
| 6.7             | 1.20         |

| <b>mmol / l</b> | <b>g / l</b> |
|-----------------|--------------|
| 7.2             | 1.30         |
| 7.8             | 1.40         |
| 8.3             | 1.50         |
| 8.9             | 1.60         |
| 9.4             | 1.70         |
| 10              | 1.80         |
| 10.5            | 1.90         |
| 11.1            | 2            |
| 11.7            | 2.10         |
| 12.2            | 2.20         |
| 12.8            | 2.30         |
| 13.3            | 2.40         |
| 13.9            | 2.50         |
| 14.4            | 2.60         |
| 15              | 2.70         |
| 15.5            | 2.8          |
| 16.1            | 2.90         |

| <b>2mmol / l</b> | <b>g / l</b> |
|------------------|--------------|
| 16.7             | 3            |
| 17.8             | 3.20         |
| 18.9             | 3.4          |
| 20               | 3.60         |
| 21.1             | 3.80         |
| 22.2             | 4            |
| 23.3             | 4.20         |
| 24.4             | 4.40         |
| 25.6             | 4.60         |
| 26.7             | 4.8          |

| <b>2mmol / l</b> | <b>g / l</b> |
|------------------|--------------|
| 27.8             | 5            |
| 28.9             | 5.20         |
| 30               | 5.40         |
| 31.1             | 5.6          |
| 32.2             | 5.8          |
| 33.3             | 6            |
| 6.1              | 6.5          |
| 38.9             | 7            |
| 44.4             | 8            |

Téléchargez le [tableau de conversion des taux de glycémie en PDF](#)