

## 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](#)