Concept Infirmière Conseil
Services de soins infirmiers

Vos analyses sanguines expliquées simplement

Comprendre vos résultats, en toute simplicité

Par Fatima-Zohra Haloui, infirmière clinicienne

Version 1.0 — octobre 2026

conceptinfirmiereconseil.ca

Table des matières

Avertissement

Comment lire votre feuille de résultats

1. Hémoglobine glyquée (HbA1c)
2. TSH (thyréostimuline)
3. FSC (formule sanguine complète)
4. Bilirubine
5. Électrolytes (sodium, potassium, chlore)
6. Vitamine B12
7. PSA (antigène prostatique spécifique)
8. T3 et T4 libres
9. Profil lipidique (HDL, LDL, triglycérides)
10. Créatinine
11. Vitamine D
12. Magnésium
13. AST et ALT (transaminases)
14. Apo B (apolipoprotéine B)
15. Analyse d'urine
16. Culture urinaire
17. Ratio albumine / créatinine urinaire
18. Réticulocytes
19. Prolactine
20. Chlamydia et gonorrhée
21. Syphilis
22. Testostérone
23. Hépatite A
24. Hépatite B et ses marqueurs
25. Hépatite C (anti-VHC)
26. FSH et LH

Avertissement

Ce guide a un but d'information seulement. Il vous aide à comprendre vos analyses, mais il ne remplace pas l'avis d'un médecin, d'une infirmière ou d'un autre professionnel de la santé. Ne modifiez jamais un traitement et ne tirez pas de conclusions sur votre santé à partir de ce seul guide. Pour toute question sur vos résultats, parlez-en à votre professionnel de la santé — c'est lui qui connaît votre dossier.

Comment lire votre feuille de résultats

Vous avez le droit de demander vos résultats d'analyses à votre médecin — n'hésitez pas à le faire, ce sont vos données de santé. Quand vous recevez vos résultats, vous voyez trois choses : le nom de l'analyse, votre résultat (un chiffre), et les valeurs de référence (la « normale » du laboratoire). Quelques repères :

- Votre chiffre est comparé aux valeurs de référence — elles peuvent varier légèrement d'un laboratoire à l'autre.
- Un résultat en gras, avec un astérisque ou la lettre H (haut) ou L (bas), signale simplement qu'il sort de la normale.
- Un résultat hors norme ne veut pas toujours dire un problème : seul un professionnel de la santé peut l'interpréter selon votre contexte (votre âge, vos médicaments, votre état de santé).

Fiche 1 : Hémoglobine glyquée (HbA1c)

À quoi ça sert

Elle mesure votre taux de sucre moyen sur les 2 à 3 derniers mois. C'est l'analyse de référence pour dépister le diabète et pour le suivre.

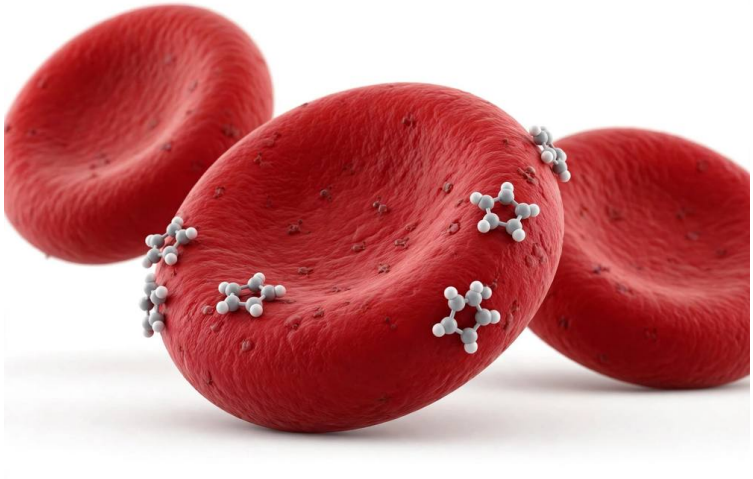
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun — vous pouvez manger et boire normalement avant le prélèvement.

Ce que veulent dire les résultats

Le résultat est un pourcentage. En général : moins de 6,0 % c'est normal, entre 6,0 % et 6,4 % on parle de prédiabète, 6,5 % et plus de diabète (repères de Diabète Canada). Ce sont des repères généraux : c'est toujours votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.

HbA1c (hémoglobine glyquée)



Le glucose s’accroche aux globules rouges

Fiche 2 : TSH (thyréostimuline)

À quoi ça sert

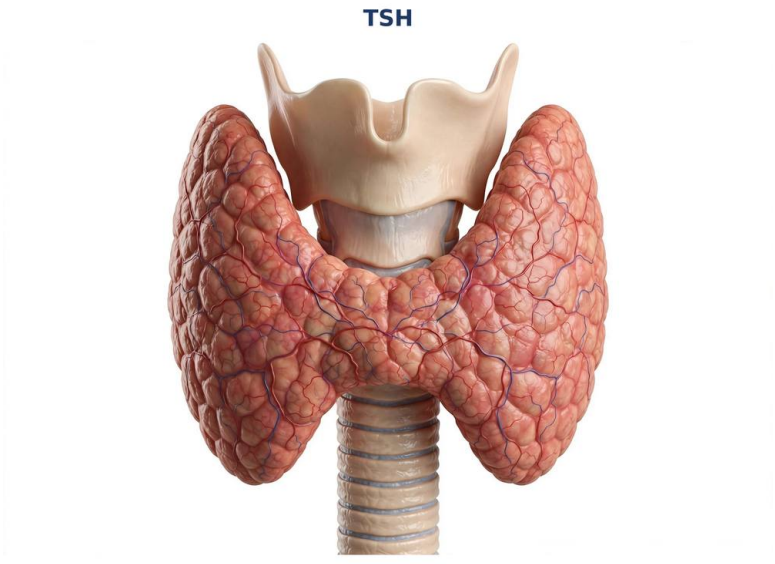
La TSH est une hormone produite par l'hypophyse, une petite glande dans le cerveau, qui commande la thyroïde. C'est l'analyse de référence pour vérifier si votre thyroïde fonctionne bien.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général. Idéalement, faites le prélèvement le matin. Si vous prenez un médicament pour la thyroïde, faites la prise de sang avant de le prendre — ou suivez l'avis de votre médecin.

Ce que veulent dire les résultats

Le résultat s'exprime en mUI/L (en général entre 0,4 et 4,0). Une TSH élevée signifie souvent que la thyroïde tourne au ralenti ; une TSH basse, qu'elle est trop active. C'est votre médecin qui interprète le résultat avec vous.



La glande thyroïde, dans le cou

Fiche 3 : FSC (formule sanguine complète)

À quoi ça sert

C'est une analyse très fréquente. Elle compte et examine les cellules de votre sang : les globules rouges (qui transportent l'oxygène), les globules blancs (qui vous défendent contre les infections) et les plaquettes (qui aident le sang à coaguler). Elle donne une vue d'ensemble de votre santé.

Comment se préparer

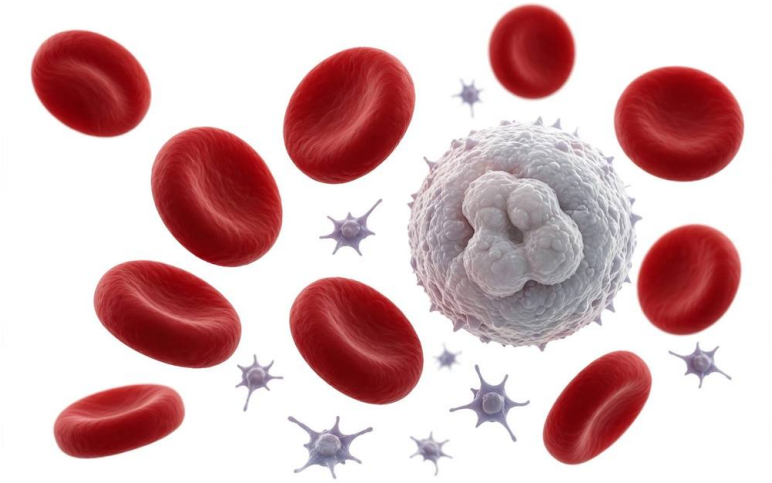
Pas besoin d'être à jeun pour la FSC.

Ce que veulent dire les résultats

- Hémoglobine basse : peut indiquer une anémie, qui peut causer de la fatigue
- Globules blancs élevés : peut signaler une infection ou une inflammation
- Plaquettes anormales : peut toucher à la coagulation

Ce sont des repères généraux : c'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous, selon votre situation.

FSC (formule sanguine complète)



Globules rouges, globule blanc et plaquettes

Fiche 4 : Bilirubine

À quoi ça sert

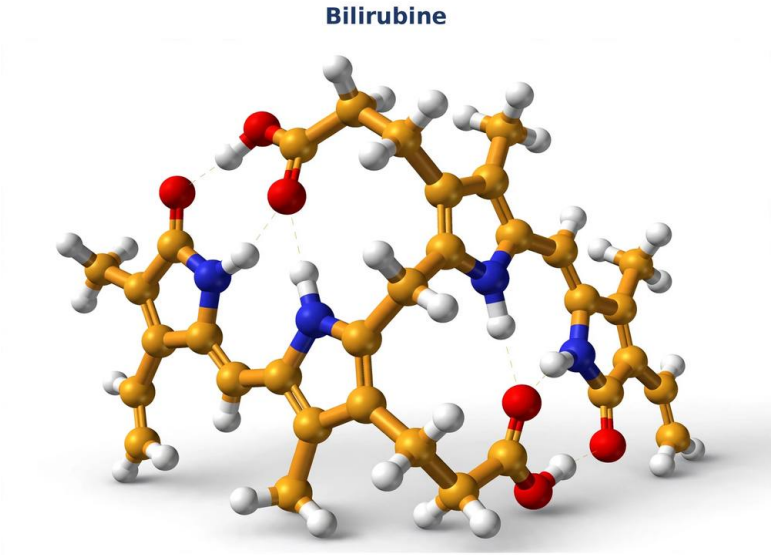
La bilirubine est un pigment jaune produit quand vos globules rouges arrivent en fin de vie. C'est le foie qui l'élimine. Cette analyse sert à vérifier le fonctionnement du foie et à chercher la cause d'une jaunisse.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

Un taux élevé peut indiquer un problème de foie, de vésicule biliaire, ou une destruction trop rapide des globules rouges. C'est ce qui peut rendre la peau et les yeux jaunes. C'est votre médecin qui interprète le résultat avec vous.



Un pigment issu des vieux globules rouges

Fiche 5 : Électrolytes (sodium, potassium, chlore)

À quoi ça sert

Les électrolytes sont des minéraux dans votre sang qui contrôlent l'hydratation du corps et le bon fonctionnement des muscles et du cœur. Cette analyse vérifie qu'ils sont bien équilibrés.

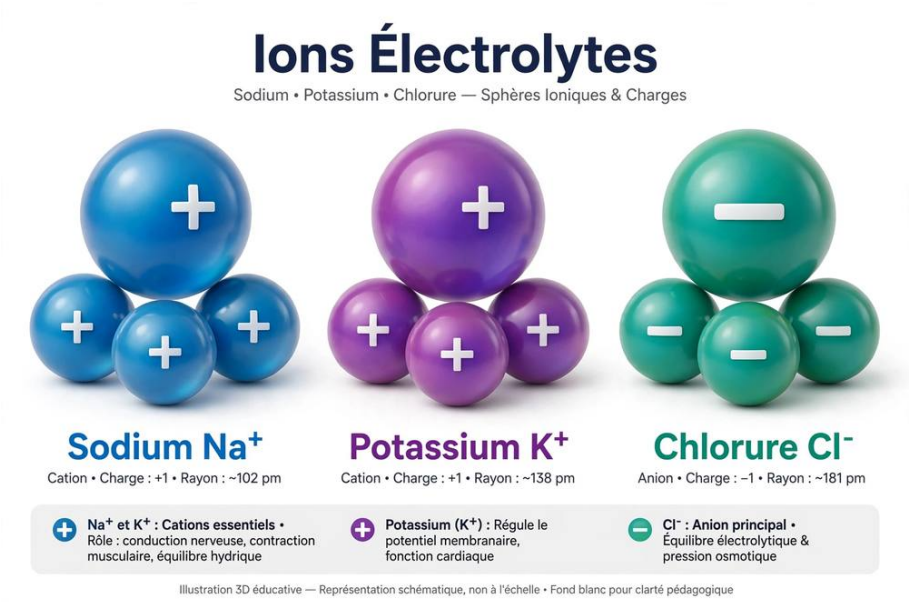
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Sodium : lié à l'hydratation — trop bas ou trop haut, le corps envoie des signaux (fatigue, confusion)
- Potassium : essentiel pour le cœur et les muscles — un taux trop haut ou trop bas doit être surveillé de près
- Chlore : travaille avec le sodium pour l'équilibre du corps

Ce sont des repères généraux : c'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous, selon votre situation.



Fiche 6 : Vitamine B12

À quoi ça sert

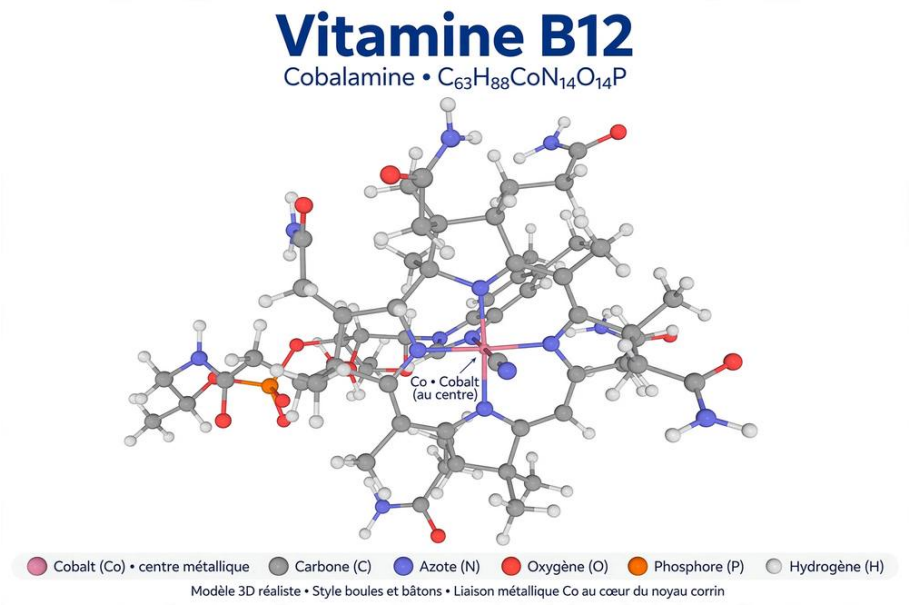
La vitamine B12 est essentielle à la formation des globules rouges, au bon fonctionnement du système nerveux et à votre énergie. Cette analyse vérifie si vous en manquez — une carence fréquente, surtout avec l'âge ou avec certains régimes alimentaires.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. Si vous prenez des suppléments de vitamine B12, dites-le à votre médecin.

Ce que veulent dire les résultats

Un taux bas peut expliquer une fatigue persistante, une faiblesse, des fourmillements ou des troubles de mémoire. Votre médecin pourra alors vous recommander des suppléments. C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 7 : PSA (antigène prostatique spécifique)

À quoi ça sert

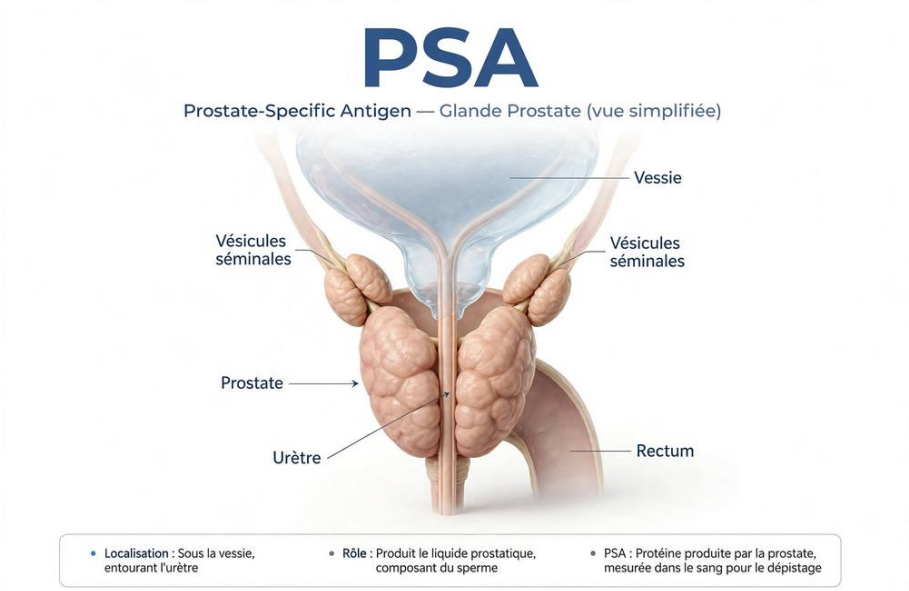
Le PSA est une protéine produite par la prostate, une glande propre aux hommes. Cette analyse sert au dépistage et au suivi des problèmes de prostate, y compris le cancer de la prostate.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. Évitez l'éjaculation dans les 48 heures avant le prélèvement, ainsi que le vélo ou les efforts intenses. Si vous avez eu un examen de la prostate récemment, mentionnez-le.

Ce que veulent dire les résultats

Un taux élevé ne veut pas dire cancer : il peut aussi venir d'une prostate élargie avec l'âge ou d'une inflammation. C'est votre médecin qui interprète le résultat, souvent avec d'autres examens.



Fiche 8 : T3 et T4 libres

À quoi ça sert

La T3 et la T4 sont les hormones produites par la thyroïde. On les demande souvent avec la TSH quand elle est anormale, ou pour suivre un traitement de la thyroïde. Le mot « libres » désigne la part des hormones disponible pour l'organisme (celle qui agit vraiment), par opposition à la part attachée à des protéines dans le sang.

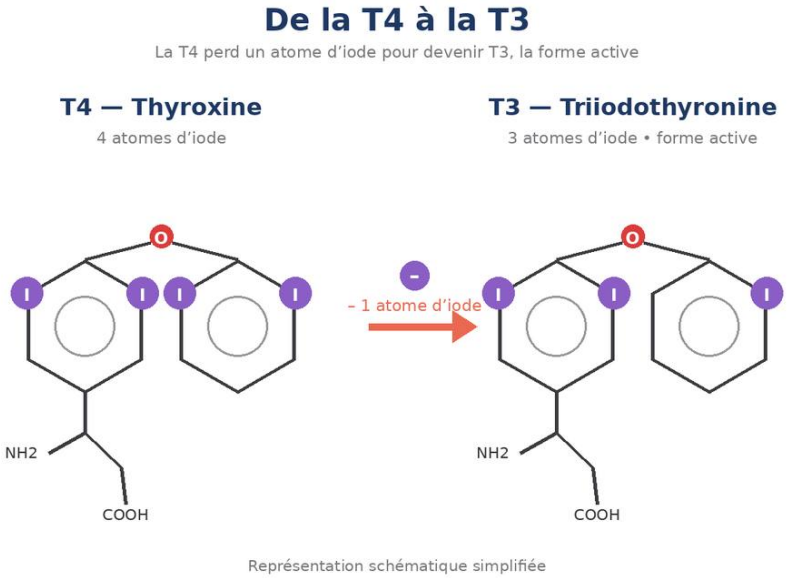
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général. Idéalement, faites le prélèvement le matin. Si vous prenez un médicament pour la thyroïde, faites la prise de sang avant de le prendre — ou suivez l'avis de votre médecin.

Ce que veulent dire les résultats

- T4 basse : la thyroïde tourne souvent au ralenti
- T3 ou T4 hautes : la thyroïde est souvent trop active

C'est votre médecin qui interprète l'ensemble de vos résultats avec vous.



Fiche 9 : Profil lipidique (HDL, LDL, triglycérides)

À quoi ça sert

Il mesure les gras dans votre sang : le HDL (lipoprotéine de haute densité), le LDL (lipoprotéine de basse densité) et les triglycérides. Cette analyse sert à évaluer le risque de maladies du cœur et des artères.

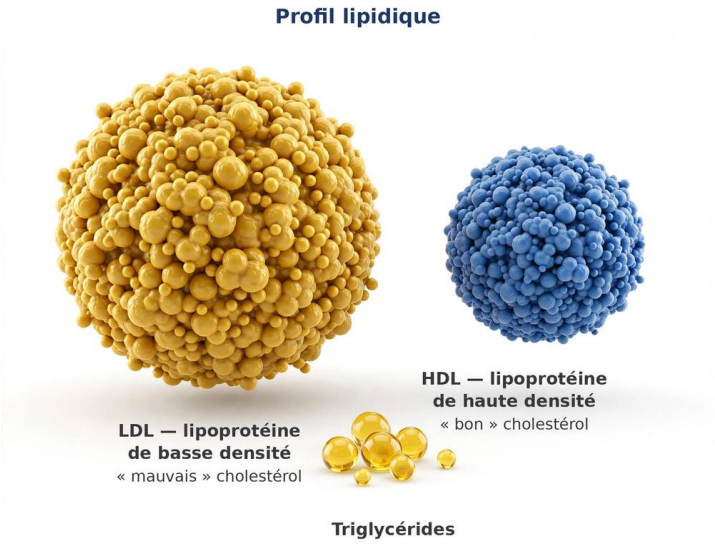
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- LDL élevé : c'est le « mauvais » parce qu'il transporte le cholestérol vers les artères — en trop grande quantité, il les encrasse et peut les boucher
- HDL élevé : c'est le « bon » parce qu'il fait le ménage — il ramasse le cholestérol en trop dans les artères et le ramène au foie pour l'éliminer
- Triglycérides élevés : souvent liés au sucre, à l'alcool ou au surplus de poids

C'est votre médecin qui interprète l'ensemble de vos résultats avec vous.



Fiche 10 : Créatinine

À quoi ça sert

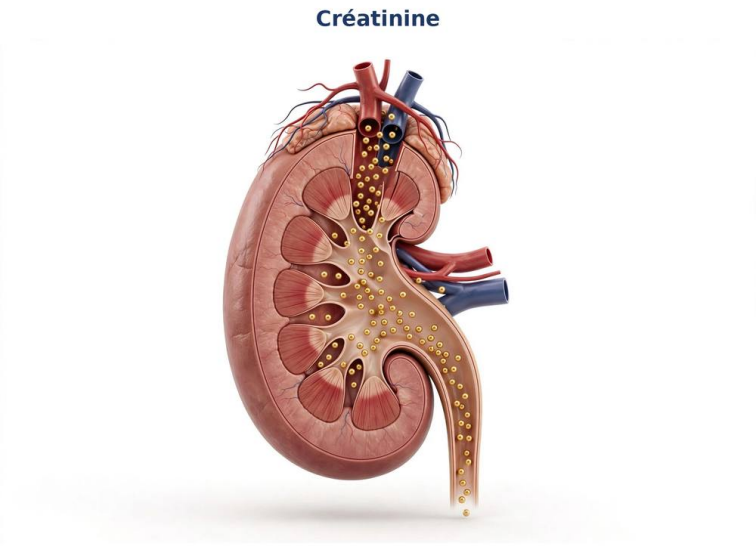
La créatinine est un déchet produit par vos muscles. Ce sont vos reins qui l'éliminent dans l'urine. Cette analyse sert à vérifier si vos reins filtrent bien le sang.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

Un taux élevé peut indiquer que les reins filtrent moins bien. On l'interprète souvent avec le débit de filtration glomérulaire (DFG), qui estime la performance des reins. C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



La créatinine (en doré) est filtrée par le rein

Fiche 11 : Vitamine D

À quoi ça sert

La vitamine D aide vos os à rester solides, soutient votre système immunitaire et joue un rôle sur l'humeur. Votre corps la fabrique grâce au soleil, mais au Québec l'hiver, le soleil se fait rare — la carence est fréquente.

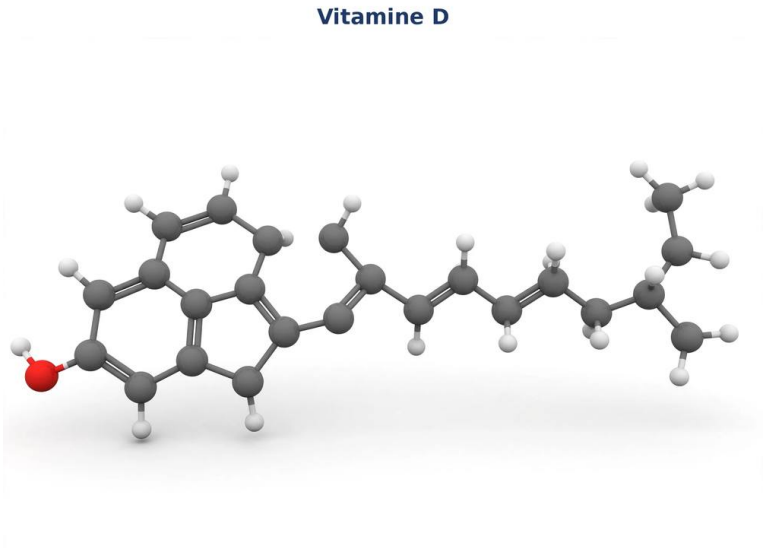
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Taux bas : carence en vitamine D, fréquente l'hiver — votre médecin peut recommander un supplément
- Taux normal : vos réserves sont bonnes

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



La vitamine D3, fabriquée par le corps grâce au soleil

Fiche 12 : Magnésium

À quoi ça sert

Le magnésium est un minéral essentiel au bon fonctionnement des muscles, des nerfs et du cœur. Il aide aussi à détendre les muscles — on le dose souvent quand il y a des crampes ou de la fatigue.

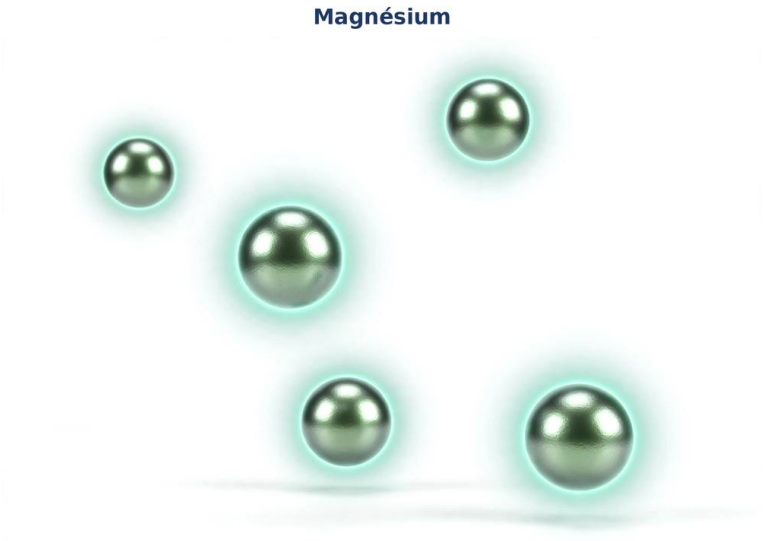
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Taux bas : peut expliquer des crampes, de la fatigue ou des fourmillements
- Taux normal : vos réserves sont bonnes

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Le magnésium (Mg) : un minéral essentiel

Fiche 13 : AST et ALT (transaminases)

À quoi ça sert

L'AST (aspartate aminotransférase) et l'ALT (alanine aminotransférase) sont des enzymes fabriquées surtout par le foie. Cette analyse sert à vérifier si votre foie va bien — on les demande habituellement ensemble.

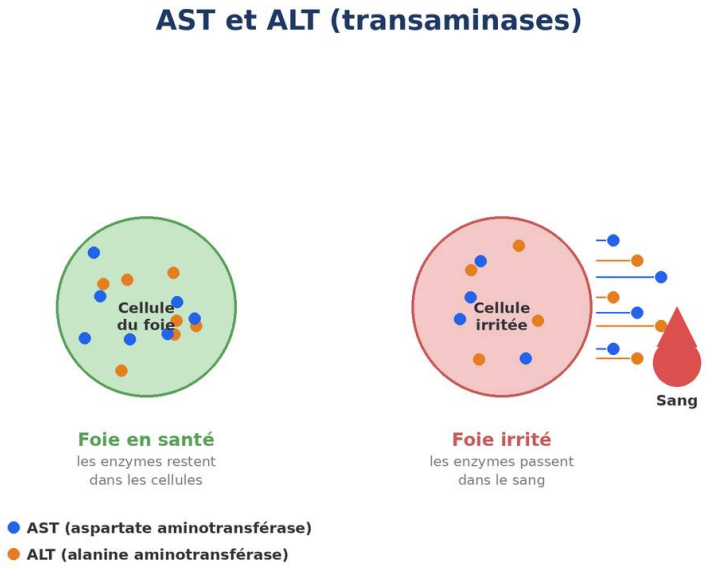
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Taux élevés : quand le foie est irrité ou qu'il souffre, ces enzymes se retrouvent en plus grande quantité dans le sang
- L'ALT est plus spécifique au foie ; l'AST se trouve aussi dans les muscles et le cœur

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 14 : Apo B (apolipoprotéine B)

À quoi ça sert

L'Apo B (apolipoprotéine B) est une protéine portée par les particules qui bouchent les artères, comme le LDL (« mauvais » cholestérol). Chaque particule dangereuse en porte une : plus il y a d'Apo B, plus il y a de particules qui encrassent les artères. C'est un bon indicateur du risque de maladies du cœur.

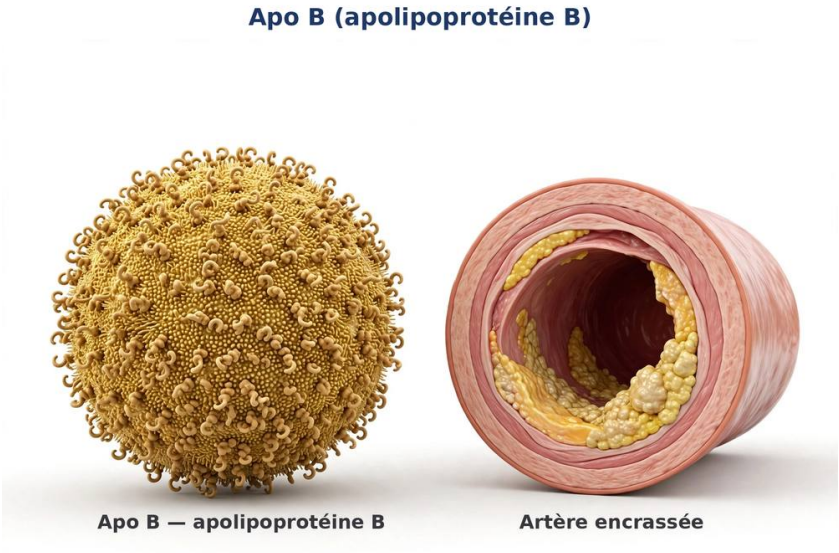
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Taux élevé : beaucoup de particules qui bouchent les artères — le risque cardiovasculaire est plus élevé
- Taux normal : le nombre de particules dangereuses est sous contrôle

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 15 : Analyse d'urine

À quoi ça sert

On trempe une bandelette dans votre urine : elle change de couleur selon ce qu'elle détecte. Cette analyse dépiste une infection urinaire, du sucre (diabète), des protéines ou du sang dans l'urine. C'est un premier test rapide, souvent fait avant d'autres analyses.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. Faites une toilette intime avant, puis urinez directement dans le pot stérile — pas besoin d'uriner d'abord dans la toilette. Conservez le pot au réfrigérateur jusqu'à votre rendez-vous de prélèvement sanguin.

Ce que veulent dire les résultats

- Globules blancs ou nitrites positifs : peut indiquer une infection urinaire
- Sucre dans l'urine : peut signaler un diabète mal contrôlé
- Protéines ou sang : peut indiquer un problème de reins ou de vessie

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 16 : Culture urinaire

À quoi ça sert

Au laboratoire, on met votre urine en culture pendant 1 à 2 jours pour faire pousser les bactéries et identifier celle qui cause l'infection urinaire. On teste ensuite quels antibiotiques la tuent (c'est l'antibiogramme) pour choisir le bon traitement.

Comment se préparer

Faites une toilette intime, puis laissez passer le premier jet et recueillez le jet intermédiaire dans le pot stérile. Conservez le pot au réfrigérateur jusqu'à votre rendez-vous de prélèvement sanguin.

Ce que veulent dire les résultats

- Culture positive : une bactérie a été identifiée, et l'antibiogramme indique quel antibiotique la traite
- Culture négative : aucune infection bactérienne détectée

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 17 : Ratio albumine / créatinine urinaire

À quoi ça sert

Cette analyse mesure l'albumine (une protéine du sang) dans votre urine, par rapport à la créatinine. Normalement, les reins ne laissent presque pas passer de protéines. Si on en trouve dans l'urine, c'est un signe précoce que les reins filtrent moins bien. C'est un suivi important quand on a du diabète ou de l'hypertension.

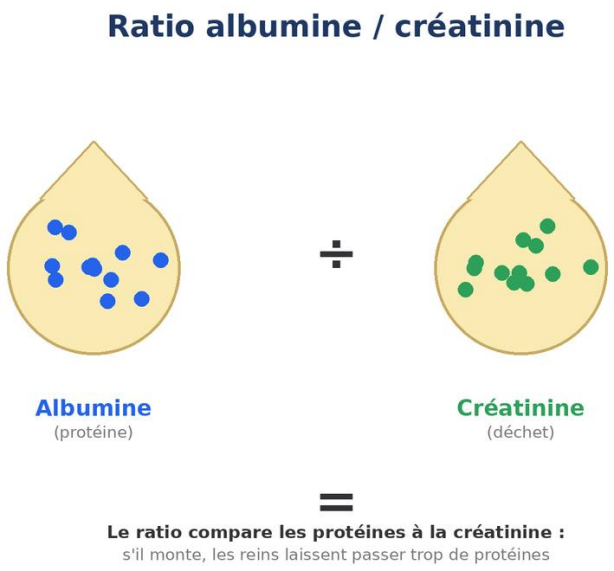
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. On le fait souvent sur la première urine du matin, qui est la plus concentrée. Faites une toilette intime, puis recueillez l'urine dans le pot stérile. Conservez le pot au réfrigérateur jusqu'à votre rendez-vous de prélèvement sanguin.

Ce que veulent dire les résultats

- Ratio normal : les reins retiennent bien les protéines
- Ratio élevé : les reins laissent passer des protéines — un signe d'atteinte des reins à surveiller de près

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 18 : Réticulocytes

À quoi ça sert

Les réticulocytes sont de jeunes globules rouges, fraîchement sortis de la moelle osseuse. Les compter permet de savoir si votre corps fabrique bien du sang neuf. Cette analyse aide à comprendre la cause d'une anémie.

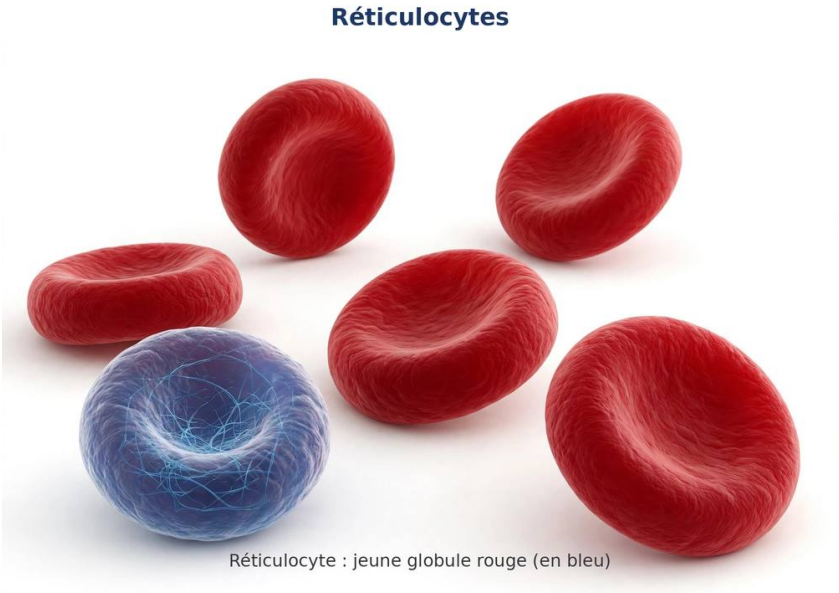
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun.

Ce que veulent dire les résultats

- Réticulocytes élevés : la moelle osseuse travaille fort pour remplacer du sang perdu ou détruit
- Réticulocytes bas avec une anémie : la moelle ne produit pas assez de sang neuf — il faut en chercher la cause

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Réticulocyte : jeune globule rouge (en bleu)

Fiche 19 : Prolactine

À quoi ça sert

La prolactine est une hormone produite par l'hypophyse, une petite glande dans le cerveau. Elle prépare les seins à produire du lait pendant la grossesse et l'allaitement. Hors grossesse et allaitement, un taux élevé mérite d'être exploré avec votre médecin.

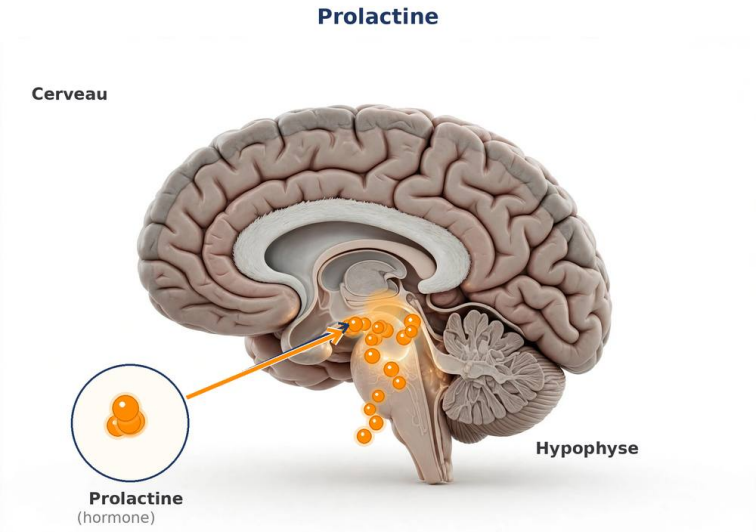
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. Évitez le stress, l'exercice intense et la stimulation des seins juste avant le prélèvement. On la mesure souvent le matin.

Ce que veulent dire les résultats

- Taux élevé hors grossesse et allaitement : peut venir du stress, de certains médicaments ou d'un dérèglement de l'hypophyse — à explorer avec votre médecin
- Chez la femme, un taux élevé peut perturber les cycles ; chez l'homme, il peut baisser la libido

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



L'hypophyse, dans le cerveau, produit la prolactine

Fiche 20 : Chlamydia et gonorrhée

À quoi ça sert

La chlamydia et la gonorrhée sont des ITSS (infections transmissibles sexuellement et par le sang), causées par des bactéries. Elles ne donnent souvent aucun symptôme — on peut les avoir sans le savoir. Le dépistage permet de les traiter avant les complications, dont l'infertilité.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. Le dépistage se fait par une analyse d'urine (premier jet du matin) ou par un prélèvement, selon la situation. Il est souvent recommandé de ne pas avoir uriné dans les 2 heures avant le test d'urine.

Ce que veulent dire les résultats

- Résultat positif : l'infection est présente — elle se traite très bien avec des antibiotiques quand elle est dépistée
- Il est important d'aviser ses partenaires pour qu'ils se fassent dépister et traiter aussi

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Des bactéries (infections transmissibles sexuellement — ITSS)

Fiche 21 : Syphilis

À quoi ça sert

La syphilis est une ITSS (infection transmissible sexuellement et par le sang) causée par une bactérie, le tréponème. On la dépiste par une prise de sang (sérologie). Elle évolue par étapes et peut toucher plusieurs organes si elle n'est pas traitée.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun.

Ce que veulent dire les résultats

- Résultat positif : l'infection est présente — elle se traite très bien avec des antibiotiques, surtout quand elle est dépistée tôt
- Un suivi par prise de sang est prévu après le traitement pour vérifier la guérison

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Tréponème — la bactérie de la syphilis
(infection transmissible sexuellement — ITSS)

Fiche 22 : Testostérone

À quoi ça sert

La testostérone est une hormone surtout connue chez l'homme (muscles, énergie, libido, humeur), mais les femmes en produisent aussi un peu. Cette analyse sert à évaluer une fatigue persistante, une baisse de libido ou certains troubles hormonaux.

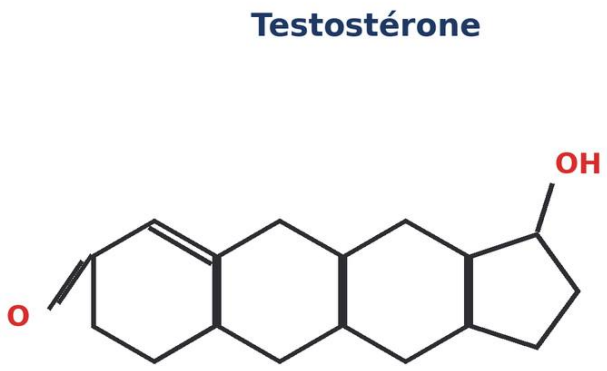
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun. Le taux est plus haut le matin : faites le prélèvement le matin.

Ce que veulent dire les résultats

- Taux bas chez l'homme : peut expliquer une fatigue, une baisse de libido ou une perte de masse musculaire
- Taux élevé chez la femme : peut être lié à certains dérèglements hormonaux, à explorer avec le médecin

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



La testostérone : une hormone stéroïde

Fiche 23 : Hépatite A

À quoi ça sert

L'hépatite A est un virus qui attaque le foie. Il se transmet surtout par des aliments ou de l'eau contaminés. Cette analyse vérifie si vous avez été en contact avec le virus.

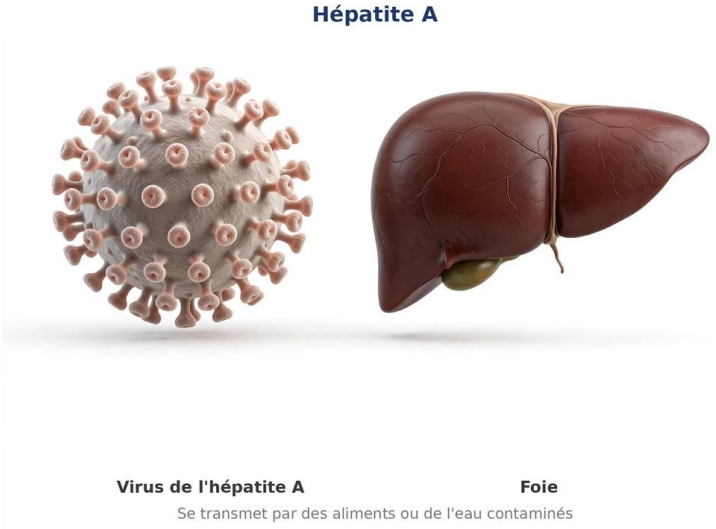
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Anticorps présents : vous avez été en contact avec le virus (infection passée ou vaccination)
- L'hépatite A guérit souvent toute seule, sans traitement
- Un vaccin existe pour s'en protéger

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 24 : Hépatite B et ses marqueurs

À quoi ça sert

L'hépatite B est un virus qui attaque le foie. Il se transmet par le sang et par les relations sexuelles. Cette analyse cherche trois marqueurs dans votre sang pour savoir où vous en êtes face au virus.

Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Ag HBs (antigène HBs) présent : l'infection est en cours
- Anti-HBs (anticorps anti-HBs) présent : vous êtes protégé, par le vaccin ou après une guérison
- Anti-HBc (anticorps anti-HBc, parfois noté IgM sur la feuille) présent : signe d'une infection récente — le libellé peut varier selon le laboratoire
- Un vaccin existe contre l'hépatite B

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 25 : Hépatite C (anti-VHC)

À quoi ça sert

L'hépatite C est un virus qui attaque le foie. Il se transmet par le sang. Le test de dépistage cherche l'anti-VHC, c'est-à-dire l'anticorps contre le virus de l'hépatite C.

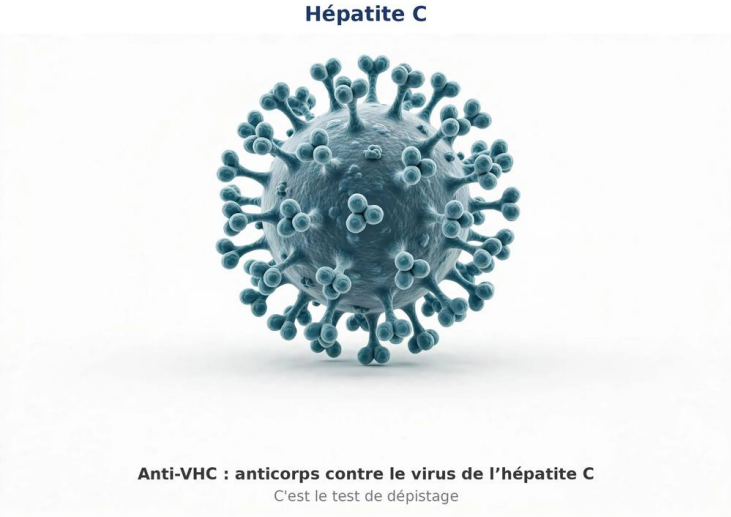
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- Anti-VHC positif : vous avez été en contact avec le virus — d'autres analyses suivront pour vérifier si l'infection est toujours active
- Détectée tôt, l'hépatite C se traite très bien aujourd'hui

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.



Fiche 26 : FSH et LH

À quoi ça sert

La FSH (hormone folliculo-stimulante) et la LH (hormone lutéinisante) sont produites par l'hypophyse, une petite glande dans le cerveau. Elles commandent les ovaires chez la femme et les testicules chez l'homme. Ces analyses servent à explorer la fertilité, le cycle menstruel ou la ménopause.

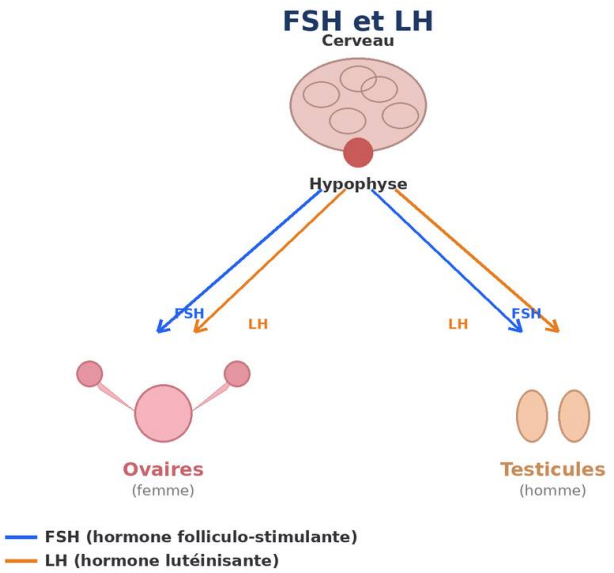
Comment se préparer

Pas besoin d'être à jeun en général.

Ce que veulent dire les résultats

- On les demande presque toujours ensemble pour avoir le portrait complet
- Chez la femme, le moment du cycle menstruel compte pour l'interprétation — mentionnez-le
- Des taux élevés ou bas peuvent indiquer un dérèglement hormonal

C'est votre médecin qui interprète vos résultats avec vous.





Pour en savoir plus sur mes services :

conceptinfirmiereconseil.ca