

DIABETE CHEZ L'ADULTE



CONTENU DU PROGRAMME

Le programme d'éducation thérapeutique explore les différentes facettes de la maladie: facteurs de risque, signes d'alerte, causes, facteurs aggravants, etc.

Il s'inscrit dans une démarche d'accompagnement à partir de la découverte de la pathologie, afin de permettre au patient diabétique d'être autonome dans l'adaptation de ses doses d'insuline aux apports glucidiques de ses repas et à son activité physique.

DESCRIPTIF DU CONTENU D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Le programme aborde les divers aspects de la maladie et des traitements, la vie au quotidien avec son traitement et son intérêt, la gestion de son alimentation, etc.

Des ateliers pédagogiques sont prévus pour les patients du lundi au vendredi. Les thématiques abordées sont :

- **l'expression du vécu** : partager son ressenti autour de la maladie au quotidien ;
- **la connaissance du corps humain** : la compréhension de sucre dans le corps humain et de l'intérêt des piqûres d'insuline, la différence entre insuline « lente » et « rapide » ;
- **le lien entre diabète et alimentation**: l'équilibre de l'alimentation sur la journée ;
- **les situations d'urgence et vie de tous les jours avec le diabète** : gestion des hypoglycémies et hyperglycémies, intégration du traitement dans la vie de tous les jours.

Le but est de pouvoir vous donner les compétences et les connaissances nécessaires pour la surveillance de votre diabète, et optimiser votre qualité de vie.



DÉROULEMENT DU PROGRAMME

Le programme démarre par un bilan éducatif partagé d'environ 1h afin d'évaluer vos besoins, en séance individuelle.

Ensuite, des ateliers pédagogiques (diététicienne, alimentation, infirmière, sportive, ...) sont prévus du lundi au vendredi. Les patients arrivent à cette journée d'ateliers à jeun glucidique pour permettre d'évaluer le besoin insulinaire de base de chaque personne.

L'objectif est qu'au terme de cette formation, le patient soit capable d'adapter ses doses d'insuline rapide en fonction des quantités de glucide consommées et de son activité physique. L'autonomisation du patient dans ses prises d'insuline au juste dosage permet plus de liberté dans les choix alimentaires, les quantités, les horaires des repas. Elle permet d'améliorer les résultats de l'hémoglobine glyquée et de diminuer la fréquence et l'intensité des hypoglycémies.

Une consultation individuelle pluridisciplinaire est réalisée 3 mois après la formation pour apprécier les acquisitions de compétences et l'atteinte des objectifs personnels. De nouvelles séances peuvent être programmées si besoin par la suite.

PROLONGEMENTS ÉVENTUELS

Des prolongements peuvent être envisagés, concernant l'activité physique adaptée, la nutrition et/ou l'accompagnement psychologique, selon vos besoins ou vos attentes.

ÉQUIPE D'ANIMATION DU PROGRAMME

Le programme est encadré par une équipe pluridisciplinaire formée à l'éducation thérapeutique du patient et à l'insulinothérapie fonctionnelle : médecin, deux diététiciennes et deux infirmières.

CONTACTS

- **Ateliers pédagogiques** en hôpital de semaine sur une journée suivie d'une évaluation individuelle environ 3 mois après.
- **Pour joindre les infirmières d'éducation thérapeutique du service d'endocrinologie :**
 - Téléphone du service : 02.96.01.70.69
 - Téléphone du secrétariat : 02.96.01.76.35
 - Mail (QR code) : soignants.endocrinologie.stbrieuc@armorsante.bzh



Si vous changez d'avis et souhaitez annuler votre participation, merci de prévenir le secrétariat au plus vite. Plusieurs professionnels se mobilisent pour ces ateliers et d'autres personnes attendent de pouvoir y participer.