



MIEUX VIVRE
AVEC UNE MALADIE
CHRONIQUE

DIABÈTE TYPE 2

Programme d'éducation thérapeutique



Service de diabétologie

Pôle médico chirurgical - Hôpital Claude Huriez



Contexte

Le diabète de type 2 apparaît généralement chez les personnes âgées de plus de 40 ans. L'âge de survenue peut être plus précoce, chez les adolescents et adultes jeunes. Le surpoids, l'obésité et le manque d'activité physique sont la cause révélatrice du diabète de type 2 chez des personnes génétiquement prédisposées.

Sournois et indolore, le développement du diabète de type 2 peut passer longtemps inaperçu : **on estime qu'il s'écoule en moyenne 5 à 10 ans entre l'apparition des premières hyperglycémies et le diagnostic.** Deux anomalies sont responsables de l'hyperglycémie :

- > le pancréas fabrique toujours de l'insuline mais pas assez, par rapport à la glycémie : c'est l'**insulinopénie** ;
- > cette insuline agit mal, on parle alors d'**insulinorésistance**.

L'insuline ne peut plus réguler la glycémie et cette résistance épuise progressivement le pancréas qui finit par ne plus assurer une production suffisante d'insuline. Ces deux mécanismes font que le glucose ne pénètre pas dans les cellules du corps et reste dans la circulation sanguine. Le taux de glucose dans le sang n'est pas régulé par l'insuline.

Objectifs du programme

A l'issu de ce programme d'éducation, vous connaîtrez les attitudes favorables à un **meilleur équilibre de votre diabète** en étant sensibilisé sur les principes de base d'une alimentation équilibrée, sur les bienfaits d'une activité physique et sur une connaissance de votre traitement. Nous répondrons également à des demandes plus personnelles qui correspondent à vos besoins.

Modalités et déroulement du programme

Le programme se déroule durant une hospitalisation pour **déséquilibre de diabète**, à la demande du médecin traitant ou du diabétologue.

Un entretien d'entrée permet de déterminer vos attentes et vos besoins pour vous aider à mieux vivre avec votre maladie.

Il vous sera proposé soit des séances individuelles d'éducation, qui seront organisées pendant la semaine d'hospitalisation, soit des ateliers collectifs.

Ces ateliers collectifs ont lieu le :

> **Mardi après-midi**

Qu'est-ce que le diabète ? animé par une infirmière.

L'activité physique et le diabète, avec une mise en pratique ludique de différentes activités, accompagnée d'une éducatrice sportive.

> **Mercredi après-midi**

Comprendre son traitement diabétique, animé par une infirmière.

> **Jeudi matin**

Comprendre le lien entre le diabète et la neuropathie diabétique, animé par une diabétologue.

> **Vendredi matin**

Prendre soin de ses pieds, animé par une pédicure-podologue.

Les informations diététiques seront données en individuel et parfois en atelier collectif.

Le programme peut également se dérouler en ambulatoire pour bénéficier des ateliers sur le diabète de type 2 à la demande du médecin traitant ou du diabétologue.

Il vous sera proposé soit des séances collectives et/ou individuelles d'éducation qui seront organisées pendant 4 demi-journées, sans nécessité d'adaptation de votre traitement.



MIEUX VIVRE
AVEC UNE MALADIE
CHRONIQUE



Contact :

Bérengère KOZON
Infirmière coordinatrice

03 20 44 59 62 - poste : 29 222

Service de diabétologie :

5^{ème} étage de l'Hôpital Huriez - Pôle médico chirurgical
Rue Michel Polonovski - 59037 Lille Cedex



chulille



CHU Lille



@CHU_Lille



CHU de Lille

