

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

ACCOMPAGNEMENT
DES PERSONNES ADULTES
AVEC DIABÈTE





Le diabète est une maladie chronique qui entraîne une concentration accrue de sucre dans le sang (hyperglycémie). Cette hyperglycémie est la cause de nombreuses complications. En plus d'un traitement, une alimentation équilibrée et la pratique régulière d'une activité physique permettent de contrôler la maladie et de rester en bonne santé. L'objectif de notre programme d'éducation thérapeutique est donc de gérer au mieux votre diabète afin que votre quotidien en soit le moins impacté possible. Pour cela, il vous est proposé différentes séances individuelles ou collectives avec des professionnels de santé formés.

POUR QUI ?

Toutes personnes adultes avec diagnostic de prédiabète, diabète de type 1 ou 2 et leur entourage.

DURÉE ET MODALITÉS

Mon parcours éducatif sera plus ou moins long et fera l'objet d'une évaluation afin de savoir si les objectifs définis ensemble ont bien été atteints. Lors du premier rendez-vous, je n'oublie pas d'apporter mon dossier médical (analyse de sang, ordonnances de traitements, lecteur de glycémie, carnet de surveillance, autres documents médicaux importants). Si je l'accepte, mon médecin traitant et mon médecin spécialiste seront informés de ma démarche.

COMMENT SAVOIR SI JE SUIS DIABÉTIQUE ?

Votre médecin traitant vous a prescrit une prise de sang afin de réaliser une glycémie à jeun :

- Glycémie à jeun $> 1,26\text{g/L}$: diabète (à confirmer par une deuxième prise de sang)
- Glycémie à jeun comprise entre $1,10\text{g/L}$ et $1,26\text{g/L}$: intolérance au sucre ou prédiabète.
- Glycémie à jeun $< 1,10\text{g/L}$: normale

MON PARCOURS



1

Diagnostic éducatif :

je détermine avec l'aide d'un professionnel de santé quels sont les objectifs bénéfiques à ma santé et quel est le parcours le plus adapté à ma situation personnelle.

Pour m'aider à atteindre mes objectifs, mes besoins et attentes, je peux bénéficier des activités éducatives suivantes :

2

Un suivi diététique individuel.



3

Ateliers collectifs

sur diverses thématiques, notamment le diabète, l'alimentation, la relaxation, le pied diabétique...

4

Ateliers d'activités physiques adaptées

(balnéothérapie, gymnastique posturale, marche, yoga du rire, tennis).

5

Bilan :

je fais le point sur mon parcours avec un professionnel de santé.



COMMENT FAIRE ?

Pour plus d'informations ou pour prendre rendez-vous au plus près de mon domicile, je contacte Santé EsCALE Loir-et-Cher au 02 54 45 11 28.

OÙ ?

Les rendez-vous sont possibles :

- à Blois à Santé EsCALE Loir-et-Cher situé au 4 rue de Weimar.
- à Saint Aignan au Centre Hospitalier.
- à Romorantin à la Mairie Annexe des Favignolles.
- à Vendôme au cabinet médical de La Ville aux Clercs.



☎ 02 54 45 11 28
www.sante-escale41.fr