

Diabète

Education thérapeutique du patient diabétique

*J'aimerais apprendre
à gérer mon diabète
dans la vie quotidienne*

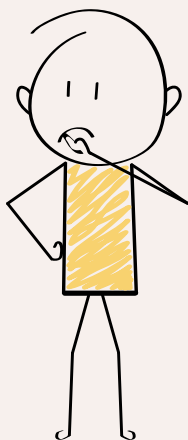
*J'aimerais que l'on m'écoute
et que l'on prenne en compte
mes projets*

*J'aimerais connaître les
avancées technologiques sur le
diabète et savoir si je peux en
bénéficier*

*J'aimerais changer
mon mode de vie mais
comment faire ?*

*J'aimerais
comprendre ma maladie
et mon traitement*

*J'aimerais prendre
soin de moi*



PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Ce programme est animé par une équipe soignante spécialisée dans l'éducation (*infirmier, diététicienne, podologue, psychologue et médecin*).

Il comprend :



Un bilan personnalisé
lors d'un **entretien individuel**

Des **séances collectives**
autour des **thèmes** qui vous concernent

Un **entretien individuel final**
et la mise en place d'**objectifs personnalisés**

Une **réévaluation individuelle** à 3 mois

ATELIERS PROPOSÉS

Atelier sur les connaissances générales du diabète

- Connaître la maladie.
- Connaître les complications de l'hyperglycémie au long cours et savoir les prévenir.
- Présentation des différents traitements et leur mode d'action.
- Choix et utilisation d'un lecteur de glycémie, reconnaître une hypoglycémie.

Atelier sur l'insulinothérapie

- Utilisation d'un stylo à insuline.
- Adaptation des doses d'insuline.
- Conduite à tenir en cas d'hypo et d'hyperglycémie.

Atelier sur l'utilisation de capteur de glycémie interstitielle

- Connaissance et utilisation du capteur.
- Interprétation des données et agir en fonction des informations données par le capteur.

Atelier équilibre alimentaire

- Astuces pour diversifier mon alimentation
(source des glucides, des graisses saturées, intérêt des fibres, collations pauvres en glucides, lecture des étiquettes, exemples de repas).
- Importance de l'activité physique.

Activité physique et diabète

- Conséquences de l'activité physique sur l'équilibre glycémique et groupe de marche.

Vivre avec son diabète

- Groupe de parole.

Pied et diabète

- Acquisition des connaissances concernant les soins de pieds
- Prendre soin de ses pieds : comment les protéger sans risque ?
- Bien se chausser : comment choisir ses chaussures ?



COORDONNÉES ET INFORMATIONS

Ce programme s'adresse à tous les **patients diabétiques de type 2** ainsi qu'à leurs proches qui souhaiteraient en savoir plus sur le diabète et rencontrer une équipe soignante spécialisée.



04.95.59.11.04



etpdiabete@ch-bastia.fr

Médecin référent :

.....

Prochain RDV patient :

.....

SOI-FIT-027

Version 1.00
Du 10/02/2023



Centre
Hospitalier
de Bastia