Le programme Diab'équilibre propose des séances collectives et individuelles animées par des professionnels de santé, pour échanger et vous aider à mieux vivre avec votre diabète et votre traitement (médicament, activité physique, alimentation) au quotidien.

Votre médecin traitant et votre diabétologue référent seront informés de votre participation au programme.

iotes :	
	,



Contact

Pour toutes demandes d'informations, contactez l'infirmière de programmation en Endocrinologie-Diabétologie-Nutrition (EDN)

Tél: 02 41 35 78 65 Programmation-EDN@chu-angers.fr

Centre Hospitalier Universitaire d'Angers 4 rue Larrey - 49933 Angers Cedex 9 www.chu-angers.fr



Programme d'Éducation Thérapeutique

Diab'équilibre :

Mieux vivre avec un diabète de type



L'éducation thérapeutique du patient (ETP), c'est quoi?

« L'éducation thérapeutique du patient vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique » (définition de l'OMS).



Le programme ETP « Diab'équilibre »

Ce programme est proposé aux patients vivant avec un diabète de type 2. Il vise à renforcer la compréhension de la maladie, du traitement pour mieux la gérer au quotidien et mieux vivre avec.

Ce programme se déroule sur 5 jours, en hospitalisation du lundi au vendredi.

En pratique...

J'ai un diabète de type 2 et :

- Mon hémoglobine glycquée est supérieure à ...
- J'ai pris du poids.
- Mes glycémies sont régulièrement supérieures à 2g/L.
- Je n'arrive pas à équilibrer mon diabète.
- Je me sens isolé dans la maladie.
- Je veux mieux comprendre ma maladie.
- J'ai du mal à équilibrer mes repas.
- J'ai des difficultés à avoir une activité physique régulière.

Je prends alors rendez-vous avec mon diabétologue référent afin d'échanger sur mes motivations et mon envie de participer à ce programme.

Je serais par la suite contacté par une infirmière du service afin de programmer mon hospitalisation.

Les ateliers proposés...

- Présentation de la semaine
- o C'est quoi le diabète ?
- Qu'est ce que l'activité physique adaptée?
- Mieuc connaitre les graisses pour mieux les choisir.
- o Activité physique adaptée.
- Automesure glycémique et objectifs glycémiques.
- Comprendre et identifier les hypoglycémies et les hyperglycémies.
- Connaître mes traitements.
- o Connaitre les personnes ressources.

