

# Le diabète de type 2

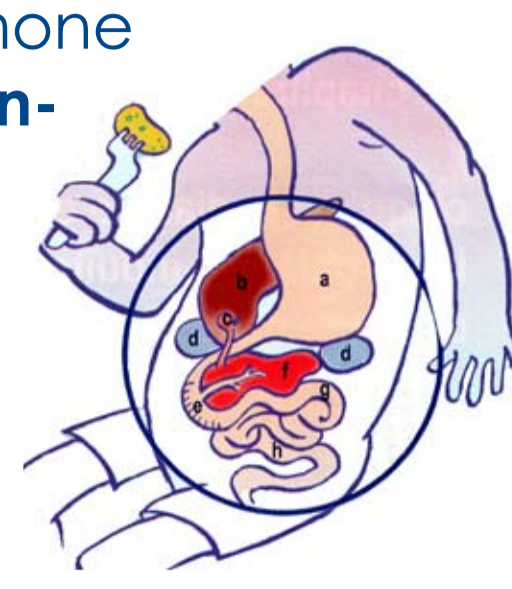
## Qu'est-ce que le diabète ?



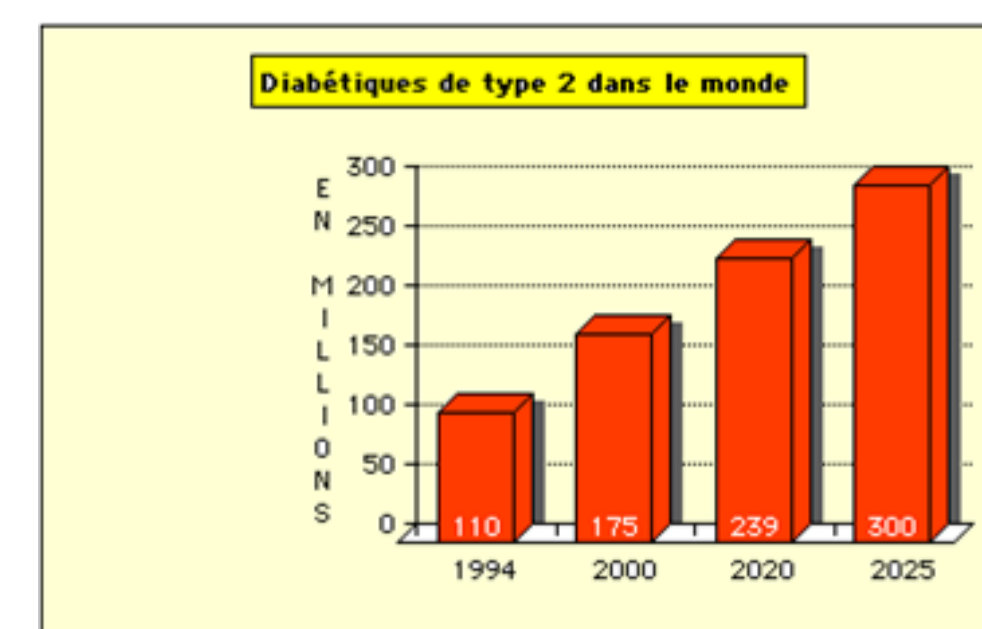
Le diabète est une maladie caractérisée par un taux de glucose (sucre) trop élevé dans le sang. Tout comme une voiture a besoin de carburant pour rouler, le corps humain a besoin d'énergie pour bouger, réfléchir, grandir,... C'est notre alimentation qui nous fournit cette énergie. La principale source d'énergie est représentée par les **hydrates de carbone** (= sucres = glucides).



La pénétration du glucose dans les cellules est régie **par l'insuline**. L'insuline est **la clé** qui permet l'entrée du glucose dans les cellules. C'est une hormone fabriquée **par le pancréas**, glande située derrière l'estomac.



## Combien de diabétiques de type 2 dans le monde ?



**Non diabétique :** La clé ouvre toutes les portes des cellules. Elle fonctionne parfaitement, et le glucose entre dans les cellules.



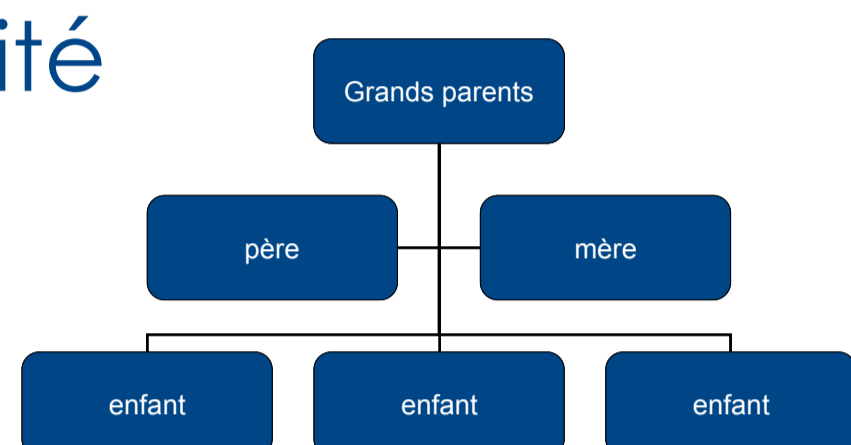
**Diabétique type 2 non traité :** La clé n'ouvre pas toutes les portes des cellules => excès de glucose dans le sang.



**Diabétique type 2 traité :** La clé réouvre la porte des cellules.

## Quelles sont les causes du diabète de type 2 ?

### 1. hérédité



### 2. excès de poids



une véritable épidémie

## Quels sont les signes du diabète ?

**Définition :**  
**Hyperglycémie**  
*trop de sucre dans le sang*

L'hyperglycémie s'installe **LENTEMENT**

Signes :

- soif
- fatigue
- langue sèche
- somnolence
- polyurie

! Les signes sont insidieux

## Quels sont les risques du diabète ? Et les examens de suivi ?

- yeux → fond d'œil
- bouche → dentiste
- cœur → électro cardiogramme
- rein → prise de sang → analyse d'urines
- nerfs → électro myogramme
- vaisseaux → écho doppler

**AUX INFECTIONS**

## Comment traiter le diabète ?

- L'alimentation adaptée** (Illustration of a healthy plate)
- L'exercice physique** (Illustration of a person running)
- Les médicaments** (Illustration of insulin pens and syringes)

### La convention INAMI

- Octroie du matériel aux personnes diabétiques sous insuline
- Permet aux personnes diabétique de consulter gratuitement un(e) infirmier(e) ou un(e) diététicien(ne)

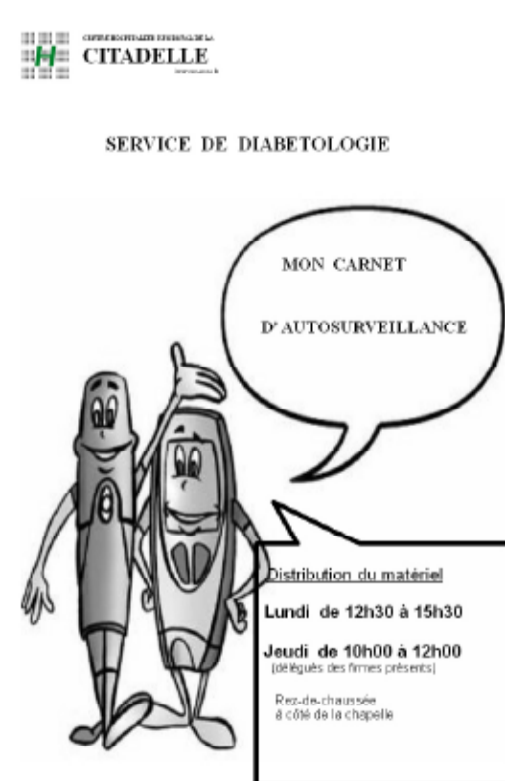
Pour ceux qui ne disposent pas de convention, le **passport du diabète** peut leur venir en aide.

## L'équipe pluridisciplinaire



## Comment devenir autonome et améliorer sa qualité de vie ?

Apprendre à gérer son carnet de résultats.



### Évaluer les acquis du patient

OBJETIF	OUTILS / MÉTHODES	EVALUATION	DATE
<b>D. Injections à réaliser avec un stylet injecteur.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fait simple</li> <li>Préparation</li> <li>Prise de sang</li> <li>Apprentissage</li> <li>Technique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Préparation correcte</li> <li>Prise de sang</li> <li>Apprentissage</li> <li>Technique</li> </ul>	
<b>E. Injections à réaliser avec un stylo injecteur.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fait simple</li> <li>Préparation</li> <li>Prise de sang</li> <li>Apprentissage</li> <li>Technique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Préparation correcte</li> <li>Prise de sang</li> <li>Apprentissage</li> <li>Technique</li> </ul>	

Apprendre à réaliser ses injections d'insuline



### Voyager l'esprit tranquille

**Diabète & voyages**

**NE PAS OUBLIER**

- Insuline (flacon ou cartouche)
- Stylo et aiguilles
- Aliments
- Facteur de glycosylé
- Insuline
- Aides glycémiques et lactosés
- Pis de réserve
- De quoi se reposer + sieste
- Glucose/Agarose
- Médicaments
- Notice des médicaments (français)
- Certificat médical pour la hausse tarif de mobilité
- Carte d'identité de diabétiques

Apprendre à adopter les bonnes attitudes

**Prévention des complications**

**OK KO**

**À RECOMMANDER**

- contrôle du poids
- pas trop de graisses saturées
- des glucides complexes
- pas trop
- activité physique
- contrôle de la tension
- stop tabac
- éviter l'alcool
- éviter les médicaments (si possible)
- éviter les médicaments (si possible)
- éviter les médicaments (si possible)
- éviter les médicaments (si possible)
- éviter les médicaments (si possible)

**À ÉVITER**

- alcool
- alcool de pastilles
- alcool
- alcool
- alcool
- alcool
- alcool
- alcool
- alcool
- alcool

Adapter les outils aux populations étrangères

