

Journée Mondiale contre le diabète

**Sensibilisation du grand public
par les professionnels de l'hôpital d'Antibes Juan-les-Pins :
dépister et prévenir les complications du diabète pour mieux vivre avec.**



- vendredi 13 novembre de 10h à 15h -

L'équipe du service de diabétologie du docteur Stéphanie Bastard sensibilisera le grand public sur le diabète et présentera son offre de soins pour dépister, prendre en charge et surveiller l'évolution de la maladie (consultations médicales, ateliers d'éducation thérapeutique ou hospitalisation selon les besoins du patient). Depuis le mois de septembre 2015 sont proposés, dans le cadre de l'éducation thérapeutique, des cours de cuisine supervisés par une diététicienne, et à partir du mois de décembre des séances d'activité physique encadrées par un éducateur sportif. Pour cette journée, l'équipe du Centre Hospitalier s'associera à des partenaires de son territoire, professionnels et étudiants, qui œuvrent à l'amélioration de la qualité de vie des malades, et qui proposeront des animations : l'Association Française des Diabétiques 06, le Service Sophia de l'Assurance Maladie, l'Unité de Diététique de Pégomas, le Master NAPPES (Nutrition, Activité Physique, Prévention, Education, Santé) de l'Université de Nice Sophia-Antipolis.

Les chiffres du diabète

Le diabète est défini par l'élévation chronique de la concentration de sucre (glucose) dans le sang. Lorsqu'il n'est pas pris en charge, le diabète peut entraîner de graves complications (perte de la vision, troubles cardio-vasculaires, amputations, etc.). Les deux principaux diabètes sont : le diabète de type 1 qui touche 10% des diabétiques, anciennement appelé diabète insulino-dépendant (DID). Il est plutôt découvert chez les sujets jeunes (enfants, adolescents ou adultes jeunes) et résulte de la disparition des cellules bêta du pancréas. Le diabète de type 2, qui touche 85% des diabétiques, autrefois appelé non insulino-dépendant (DNID), apparaît quant à lui généralement chez les sujets âgés de plus de 40 ans, en surpoids. Il est caractérisé par une déficience soit de l'action de l'insuline (insulinorésistance) soit de la sécrétion d'insuline (insulinopénie), soit des 2.



382 millions¹ de personnes seraient atteintes du diabète dans le monde, soit **8.3 % de la population adulte**. **Plus de 3 millions de personnes** sont traitées pour diabète en France (soit 4,6 %² de la population), auquel il faut ajouter **le nombre de personnes diabétiques qui s'ignorent, estimé aujourd'hui entre 500 000 et 800 000**. Le diabète est aujourd'hui qualifié de véritable pandémie, du fait de sa considérable progression. Le nombre de personnes diabétiques évoluerait à 592 millions d'ici 2035. **Environ 40 000 personnes sont atteintes du diabète dans le département des Alpes-Maritimes, ce qui en fait un des départements les plus touchés par cette épidémie. Le plus gros des effectifs concerne toujours les diabétiques de type 2, non insulino-dépendants, mais le chiffre des diabétiques de type 1 insulino-dépendants est en progression également.**

Mieux faire connaître le diabète et les moyens de prévenir ses complications

Parmi les causes du diabète, il y a les facteurs de prédisposition (gènes, antécédents familiaux, etc.) mais aussi les **facteurs sociaux et environnementaux** : surpoids ou obésité, sédentarité, origine géographique, précarité. **Pour ces raisons, les actions de prévention et de dépistage sont essentielles.** L'équipe du docteur Stéphanie Bastard proposera au grand public de se faire dépister à partir d'une **lecture glycémique**, et informera sur la prise en charge proposée à l'hôpital. Le docteur Bastard précise :

« Soigné et dépisté à temps, il est possible de bien vivre avec le diabète. C'est une maladie qui se soigne très bien mais qui ne se guérit pas. Cette chronicité rend difficile l'adhésion des patients car les modifications de comportement pour une alimentation équilibrée, une pratique régulière d'une activité physique, une prise des médicaments ou encore une surveillance de la glycémie doivent s'inscrire dans le temps. D'où l'importance de l'éducation thérapeutique qui a pour but d'aider le patient à mieux comprendre sa maladie, pour la prendre en charge efficacement et éviter ainsi l'apparition des complications ».

Le traitement de la maladie et son suivi sont importants car les hyperglycémies prolongées et répétées entraînent à long terme une altération des nerfs et des vaisseaux sanguins, pouvant se traduire par une cécité, des atteintes des pieds, un infarctus, des accidents vasculaires cérébraux ou encore une insuffisance rénale. Des représentants de structures du territoire impliqués dans la réduction des risques de complication et l'amélioration de la qualité de vie des malades seront présents lors de cette journée : **l'Association Française des Diabétiques 06** (association de patients dirigée par des patients, qui propose des rencontres pour les personnes atteintes de diabète et leurs proches)

pour échanger avec le public et lui donner ainsi une meilleure connaissance du diabète au quotidien ; le **Service Sophia** (service d'accompagnement de l'Assurance Maladie) pour, au-delà du remboursement des soins, aider à mettre en pratique les recommandations du médecin, l'**Unité de Diététique de Pégomas** (qui propose un accueil en hospitalisation complète ou partielle de patients principalement atteints de diabète et/ou d'obésité) pour dispenser des recettes de diététique, le **Master NAPPES** (Nutrition, Activité Physique, Prévention, Education, Santé de l'Université de Nice Sophia-Antipolis qui forme de futurs spécialistes de la conception et de la promotion des activités physiques) pour rappeler les bienfaits physiologiques de l'activité physique et organiser des tests de capacité.

Du nouveau au sein du service de diabétologie

Le service de diabétologie propose un programme d'éducation thérapeutique pour le patient diabétique de type 1 ou 2, autorisé par l'Agence Régionale de Santé depuis 2010, et ouvert à tous les patients, qu'ils soient suivis à l'hôpital ou bien adressés par leur médecin traitant.

*Depuis la rentrée ce programme s'est enrichi de **cours de cuisine dispensés par une diététicienne**. En suivant des ateliers thématiques (« manger vite et bien », « un goûter presque parfait », « repas de fête », « insulinothérapie fonctionnelle » ...) les patients apprennent à concilier plaisirs culinaires, restauration rapide et alimentation équilibrée. Cela leur permet également de retrouver un lien social qui est souvent rompu à cause de la maladie : repas entre amis ou au restaurant ne sont plus bannis. Les patients apprennent donc à s'adapter selon leur type de diabète.*

Un entretien mené individuellement en amont permet de regrouper au sein d'un atelier 6 personnes d'après un même profil, défini selon des indicateurs (type de diabète, type de traitement, existence ou non de complications...).

***Le 10 décembre prochain, lancement d'un atelier « fourchettes et baskets »** : cuisine le matin, activité physique l'après-midi. L'hôpital s'associe à une éducatrice sportive pour proposer des ateliers destinés à favoriser la reprise d'une activité physique adaptée aux capacités des patients.*

¹ Atlas du Diabète de la Fédération Internationale du Diabète (FID), 6^{ème} édition.

² BEH, 12 novembre 2014, INVS.



CENTRE HOSPITALIER
ANTIBES JUAN-LES-PINS

A propos du service de diabétologie : 3 médecins : docteur Marliac, docteur Ben Othman et docteur Bastard ; 5 infirmières, un cadre de santé 1 diététicienne et 1 psychologue formées à l'éducation thérapeutique patient (ETP) ; 11 lits d'hospitalisation programmée (mise sous pompe à insuline, insulinothérapie fonctionnelle) ou pour répondre à des urgences liées à des diabètes « déséquilibrés » ou à des complications de la maladie. Consultations médicales et ateliers d'éducation thérapeutique du patient diabétique de type 1 ou 2 tous les jours.

CONTACT PRESSE :

Caroline Renault
Chargée de communication
C.H. Antibes Juan-les-Pins
Tél. : 04 97 24 76 13