



PROTOCOLE : JE SURVEILLE MON DIABETE

OBJECTIF : S'approprier les connaissances et techniques nécessaires pour surveiller et prévenir les complications.

PREREQUIS :

- **Lieu :** Salle d'éducation thérapeutique
- **Population cible :** Patients diabétique et leur entourage 8 à 12 personnes
- **Durée :** 1h à 1h30
- **Animateurs :** Ide/médecin ou Ide/Diététicienne
- **Matériel :** Tableau blanc ou à feuille, marqueurs de couleur

CONTENU :

1^{er} objectif opérationnel : Connaître les complications dégénératives du diabète ainsi que les facteurs de risques pour en comprendre leur surveillance.

- **Mots-clefs :** micro angiopathies – macro angiopathies – HTA – tabac...
- **Technique(s) d'animation possible(s) :** Métaplan
- **Matériel :** Post-it

2^{ème} objectif opérationnel : Savoir comment et quand pratiquer la surveillance

- **Mots-clefs :** auto-contrôle – prise de sang – consultations
- **Technique(s) d'animation possible(s) :** brainstorming
- **Autres techniques d'animation possible :** Abaque de régnier

3^{ème} objectif opérationnel : Analyser et adapter sa prise en charge

- **Mots-clefs :** glycémie – risque d'hypoglycémie – risque d'hyperglycémie – pieds – alimentation – activité physique...
- **Technique(s) d'animation possible(s) :** brainstorming, Abaque de régnier

Conclusion :

Les complications ne sont pas une fatalité.

Il n'est jamais trop tard pour réagir.

Rééquilibrer le diabète en baissant l'HbA1c d'un point diminue de 20 à 30% le risque de survenue des complications ou d'aggravation de complications déjà existantes.

