

Il/elle souffre de diabète

Le diagnostic a été posé pour l'un de vos proches

Le diabète se caractérise par un taux de sucre anormalement élevé dans le sang qui attaque petit à petit, s'il n'est pas traité, toutes les fonctions vitales et organiques du patient : reins, yeux, cœur, pieds, ...).

Il existe deux types de diabète :

- Le diabète de type I qui nécessite une injection régulière d'insuline. Du fait d'une absence totale d'insuline dans le corps, le taux de sucre dans le sang ne peut pas baisser correctement : il faut donc compenser par une supplémentation permanente en insuline.
- Le diabète de type II qui peut être traité par régime alimentaire ou prise de médicaments, sans recours systématique à l'insuline. Dans ce cas, le corps sécrète de l'insuline, mais en quantité insuffisante.

Ce que vous devez savoir

Le diabète est une maladie chronique. Elle nécessite un contrôle rigoureux du taux d'insuline et le cas échéant des piqûres régulières. Elle réclame par ailleurs une attention soutenue quant à l'alimentation. Des contacts réguliers avec votre médecin traitant vous permettront d'exprimer vos craintes, vos difficultés et de bénéficier du soutien psychologique dont vous avez besoin.

Cependant, bien que vous ayez fait le maximum, le maintien à domicile ne sera peut-être plus possible un jour à l'autre : une prise en charge en milieu institutionnel permettra, le moment venu, d'offrir les meilleurs soins au patient selon l'évolution de sa maladie.

Ce que vous pouvez faire

- Faciliter une bonne hygiène de vie à la maison.
- Prendre les repas à heures régulières
- Favoriser les levers et les couchers à heures régulières
- Adapter l'alimentation aux nécessités de la maladie
- Incitez le patient à maintenir une activité physique régulière. La pratique d'un sport, avec contrôle de la glycémie avant et après effort, est bénéfique physiquement et psychologiquement. Seuls les sports qui empêcheraient une intervention rapide en cas d'hypoglycémie (deltaplane, plongée, parachutisme,...) sont déconseillés.
- Sachez repérer une hypoglycémie. Pâleur, sueurs profuses, trouble de la conscience sont généralement des signes annonciateurs pour le patient. En cas d'urgence, alertez le immédiatement le 15 en précisant le type de diabète du patient.
- Disposez toujours de sucres rapides facilement utilisables (ex. boisson sucrée, sachet de sucre,...) : en voiture, dans le sac de promenade, dans le sac à main, les placards, la table de nuit... N'oubliez jamais que dans l'urgence, le risque d'hypoglycémie est nettement plus grave que celui d'une hyperglycémie.

Et surtout, aidez le patient à accepter sa maladie. Lorsque la maladie est acceptée par le patient, l'équilibre du diabétique sous traitement est bien meilleur : le pronostic s'améliore avec des complications mieux prévenues. Pour vous aider à mieux le comprendre, demandez une aide à votre médecin et rapprochez-vous des associations de patients.