C'EST QUOI L'ETP ?

L'**E**ducation **T**hérapeutique du **P**atient (ETP) est destinée à aider une personne ainsi que son entourage, à **maintenir ou acquérir des compétences** dont elle a besoin pour **mieux se soigner et mieux vivre son quotidien** avec sa maladie. *Organisation Mondiale de la Santé, 1996*

Ce que l'ETP peut m'apporter :

- **Prendre soin de ma santé** : trouver du plaisir à pratiquer une activité physique, avoir une alimentation adaptée, gérer mes médicaments, faire face à un problème de santé...
- **Être mieux compris** par mon entourage : savoir comment en parler à ma famille, mes amis, mes collègues de travail...
- **Bien vivre au quotidien** : maintenir une vie intime, organiser mon prochain voyage, aller au restaurant, avoir des aides...
- **Être moins seul et avoir confiance en moi** : en parler avec des professionnels de santé spécialisés et partager mon vécu avec d'autres personnes vivant avec la même maladie.

Comment cela peut se présenter ?

En **action d'accompagnement :** son objet est d'apporter une assistance et un soutien aux malades ou à leur entourage dans la prise en charge de leur maladie.

En **action éducative ciblée et personnalisée :** apprentissage pratique, ponctuel, mis en œuvre par un professionnel de santé formé à l'ETP pour répondre à un besoin précis lié à votre stratégie thérapeutique.

En **programme d'ETP :** plusieurs séances éducatives en groupe ou en individuel, mis en œuvre par une équipe pluriprofessionnelle formée à l'ETP dont le contenu est adapté à vos besoins. Il peut durer de quelques jours à plusieurs mois.

PRÉVALOIR

Promouvoir l'Éducation Thérapeutique du Patient en Centre-Val de Loire

L'ETP près de chez moi, c'est ici :

prevaloir.fr

Le site Internet de l'Education Thérapeutique du Patient en région Centre-Val de Loire

PARLONS-EN

Avec l'Education Thérapeutique, je prends soin de ma santé !

document rédigé par le groupe de travail de la coordination départementale ETP du 28 et les bénévoles de l'association Espace Diabète Nutrition 28

Ne pas jeter sur la voie publique

Coordination départementale | ETP
Eure-et-Loir

J'AI DU DIABÈTE, ET SI JE PRENAIS SOIN DE MA SANTÉ ?

Le diabète est une maladie qui peut prendre plusieurs formes et se traiter de diverses façons. Le quotidien peut être chamboulé. Mieux vivre avec mon diabète, ça s'apprend.
Et si je décidais d'améliorer mon quotidien avec mon diabète ?
Voici plusieurs pistes pour y parvenir.

version sept 2024

LE DIABÈTE C'EST QUOI ?

Le diabète est une maladie chronique qui se caractérise par **un excès de sucre dans le sang ou hyperglycémie**. Il existe 3 principaux types de diabète, dus à des dysfonctionnements différents. Une simple prise de sang peut confirmer le diagnostic.

- Le **Diabète de type 1** est dû à une absence de sécrétion d'insuline par le pancréas. Il est souvent diagnostiqué en présence de symptômes qui apparaissent rapidement.
- Le **Diabète de type 2** est dû à une mauvaise utilisation de l'insuline par les cellules de l'organisme. Son développement se fait très progressivement, de façon insidieuse sur de nombreuses années.
- Le **Diabète Gestationnel** ou **Diabète de grossesse** est une augmentation de la glycémie qui apparaît pendant la grossesse et disparaît après l'accouchement. Il a un impact potentiel sur la santé de la mère et de l'enfant.

QUELS SONT LES SIGNES D'ALERTE ?

- Les symptômes d'une **hyperglycémie** importante peuvent varier d'une personne à l'autre:
  - Besoin fréquent d'uriner,
  - Soif intense,
  - Perte de poids,
  - Augmentation de l'appétit,
  - Fatigue intense,
  - Vision floue...

En cas de doute, parlez-en à votre médecin ou à un autre professionnel de votre parcours de santé.

VIVRE AVEC LE DIABÈTE, MES BESOINS

Noémie, 30 ans : "L'accompagnement m'a permis de me sentir moins isolée et mieux comprise. Je me sens plus sereine, j'ai acquis des compétences qui m'ont permis d'abaisser ma charge mentale"

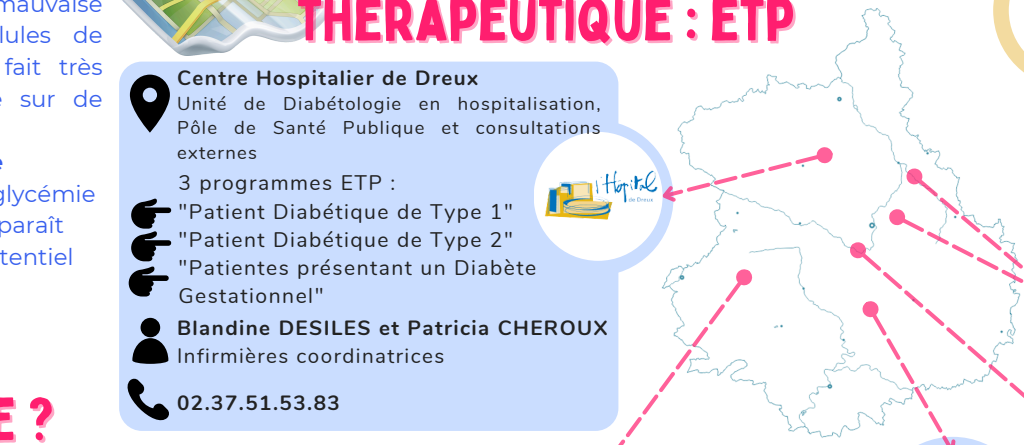
Eva, maman de Théo, 6 ans "Vivre ensemble avec le diabète"

Michèle, 65 ans "Pour vivre avec lui, il m'a fallu l'accepter. A partir de ce moment là, j'ai eu aussi envie de partager mon expérience avec les autres en les aidant activement."

Yves, 58 ans "Mieux gérer la nutrition et l'activité physique. Partager mes interrogations sur le suivi de la maladie"

"Être écouté sans imposer des idées"

CARTOGRAPHIE DES DISPOSITIFS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE : ETP



Centre Hospitalier de Dreux
Unité de Diabétologie en hospitalisation, Pôle de Santé Publique et consultations externes

3 programmes ETP :
"Patient Diabétique de Type 1"
"Patient Diabétique de Type 2"
"Patientes présentant un Diabète Gestationnel"

Blandine DESILES et Patricia CHEROUX
Infirmières coordinatrices

02.37.51.53.83

Région Perche
Nogent-le-Rotrou, La Ferté Vidame, ...

à venir (2025) : 1 Action Educative Ciblée Personnalisée Thérapeutique pour les patients diabétiques de type 2

Nathalie GRANDJOUAN
infirmière coordinatrice
06.87.30.63.70
Stéphanie ALBERT
coordinatrice de la CPTS du Perche
06.76.84.70.91

Centre Hospitalier de Chartres
4 rue Claude Bernard, Le Coudray

3 Programmes ETP pour **adultes** :
"Patient Diabétique de Type 1 ou Insulino-dépendant"
"Patient Diabétique de Type 2 sous ADO +/- insuline"
"Diabète Gestationnel"
02.37.30.30.63

1 Programme ETP pour **enfants** :
"Programme d'ETP pour l'enfant porteur de Diabète"
hdjdiabeto@ch-chartres.fr

Aide aux Jeunes diabétiques
www.ajd-diabete.fr

Fédération Française des Diabétiques
www.federation desdiabetiques.org

Association des diabétiques départementale d'Eure-et-Loir
Christophe HENNEQUIN, président
06.01.74.03.50
facebook add28

Espace Diabète Nutrition 28
16 place des Epars, Chartres
Antenne à Maintenon-Pierres, maisons des associations

Actions d'accompagnement

Programme "Education Thérapeutique du Patient Diabétique de Type 1 & 2"

Rosine CAMBOUR
infirmière coordinatrice
09.52.01.10.02

Institut de Diabétologie et de Nutrition du Centre
35 rue du Verger, Mainvilliers

"Programme Diabétologie et Nutrition"

Saïd BEKKA
Médecin coordinateur
02.36.25.36.00

action d'accompagnement
action éducative ciblée et personnalisée
programme d'ETP