



Fondation Haïtienne de Diabète et de Maladies Cardio-vasculaires

Ave John Brown No 208, Port-au-Prince, Haiti Tel: 2245-6335/2245-6147 email: fhadimac@hotmail.com www.fhadimac.org

LETTRE DE LA FHADIMAC No 19

Novembre 2010

Mission:

- Aider les personnes affectées par le diabète et l'hypertension artérielle à vivre mieux avec ces conditions en Haïti

Honneur:

- Prix Dr Léon Audain en 1997 de l'Association Médicale Haïtienne
- The Sir Philip Sherlock en 2003 décerné au Dr René Charles (Président de la FHADIMAC)

Membre de:

- L'Association Américaine de Diabète (ADA)
- L'Association Caraïbienne de Diabète (DAC)
- La Fédération Internationale de Diabète (IDF)

L'éducation est essentielle pour prévenir les complications du Diabète et constitue un élément central de la campagne de la Journée Mondiale du Diabète.

Maîtrisons le diabète maintenant

La célébration de la Journée Mondiale de Diabète (JMD), le 14 Novembre, est, pour nous Le moment de remercier tous ceux qui nous avaient aidés à gérer efficacement la situation engendrée par le séisme du 12 janvier 2010. Dès le 18 janvier 2010, la Fhadimac dont les locaux avaient été miraculeusement épargnés, a ouvert ses portes à tous patients diabétiques et/ou hypertendus pour recevoir des soins gratuitement comme évaluation médicale, examens de laboratoire, distribution de médicaments. En 7 mois, la Fhadimac a pu recevoir 1500 patients pour environ 6000 visites.

Quatre vingt quinze pour cent (95%) des patients reçus à la clinique n'avaient pas de médicaments depuis plusieurs jours. A leur arrivée, ils présentaient tous une glycémie anormale avec détérioration de l'état général ou des chiffres tensionnels élevés.

D'autres qui ne se savaient pas diabétiques avant le séisme, peut être par ignorance, ont été reçus avec des taux de glucose dépassant 250mg/100ml associés à des signes cliniques de diabète.

Le thème de la JMD pour la période 2009-2013 est « L'éducation et la prévention du Diabète »

Le Diabète affecte actuellement 250 millions de personnes dans le monde. La FID estime que, d'ici l'an 2015, plus de 300 millions de personnes pourraient développer le diabète de type 2. Ce type de diabète peut être évité dans beaucoup de cas en aidant et encourageant les personnes à risque à surveiller leur poids, à avoir une diète saine et équilibrée, pauvre en graisses et en sucre et à faire régulièrement de l'exercice.



journée mondiale du diabète

14 Novembre

Les principaux messages de la JMD 2010 sont les suivants :

- Connaître les signes précurseurs du diabète et les facteurs de risque
- Savoir comment gérer le diabète et en prendre le contrôle

Education :

Parmi les 5 volets du traitement du diabète, l'éducation joue un rôle primordial. A la FHADIMAC, des séances éducatives sont dispensées du lundi au vendredi sur le diabète. Grâce à cette formation, les personnes affectées par le diabète et leurs proches peuvent re-

connaître les signes du diabète et comprendre cette maladie incurable mais contrôlable.

Chez les diabétiques de type 1 et moins souvent chez ceux de type 2, les signes caractéristiques du diabète sont : la polyurie (urination fréquente), la polydipsie (soif impérieuse), la polyphagie (sensation de faim excessive). En plus de cette triade classique, d'autres signes suggestifs peuvent exister : perte de poids, troubles de la vue, fatigue, somnolence, dé-mangeaison et plaies cutanées.

COMPRENDRE LE DIABETE ET EN CONNAITRE LES SIGNES PRECURSEURS

envie fréquente d'uriner

perte de poids

manque d'énergie

soif excessive

Le diabète peut toucher tout le monde. S'il n'est pas traité, il peut être mortel.

Si vous présentez ces signes, consultez un médecin.
Ces signes peuvent être légers ou absents pour le diabète de type 2.

Voyez tous les signes précurseurs sur www.worlddiabetesday.org

Une glycémie à jeun égale ou supérieure à 126mg/100ml (=> 125mg/100ml) ou à n'importe quel moment égale ou supérieure à 200mg/100ml (=> 200mg/100ml) permet de faire le diagnostic de diabète. Malheureusement, même dans les pays industrialisés, 50 pour cent des diabétiques non connus, ne voyant pas régulièrement le médecin pour des tests de dépistage, ignorent qu'ils en souffrent.

Il existe deux types de diabète. Le type 1, rencontré en général chez les individus de moins de 30 ans. Il est dû à la destruction des cellules beta du pancréas qui ne peuvent plus sécréter de l'insuline. A

cause de l'absence de cette hormone chez ces jeunes, le traitement consiste en injections quotidiennes et à vie d'insuline. La prévention primaire du diabète de type 1 est impossible.

Le diabète de type 2, caractérisé par une sécrétion anormale d'insuline ou même de l'hyperinsulinémie avec résistance à l'insuline, est souvent associé à d'autres facteurs de risque comme l'hérédité, l'obésité surtout abdominale, l'hypertension artérielle. Ce type de diabète est favorisé par une mauvaise alimentation riche en graisses et en calories. Grâce aux mesures diétético-hygiéniques (diète, exercice), qui peuvent entraîner une perte appréciable de poids chez les obèses, le diabète de type 2 peut être évité dans 50 à 80% des cas.

La prise en charge du diabète est un processus à long terme qui englobe les personnes affectées par le diabète, le patient, ses proches et l'équipe médicale.

Dans ce processus, l'éducation joue un rôle primordial : « **Qui sait d'avantage vit mieux et plus longtemps** ».

La prise en charge a pour but d'encadrer le diabétique, de l'informer ainsi que ses proches en leur inculquant des données théoriques et pratiques sur cette condition chronique incurable, et à long terme d'accompagner le patient, de l'aider à accepter sa maladie et à vivre mieux.

« Qui sait d'avantage vit mieux et plus longtemps ».

Savoir reconnaître les signes et symptômes du diabète, en faire le diagnostic précoce, savoir comment le gérer et en prendre soin constituent les étapes obligées du traitement pour un bon contrôle du diabète et la prévention secondaire : (éviter et/ou diminuer les risques de complications aiguës et chroniques).

L'éducation permet de détecter tôt les signes de déséquilibre du diabète :

- hyperglycémie d'évolution lente accompagnée



journée mondiale du diabète

14 Novembre

d'exacerbation des signes et symptômes : polyurie, polydipsie, polyphagie avec amaigrissement, fatigue, somnolence ou

- l'hypoglycémie d'apparition soudaine avec sueurs profuses, tremblements, palpitations, irritabilité... Ces complications aiguës, souvent dues à la négligence, peuvent et doivent être évitées par tout diabétique bien informé.

Citons les complications chroniques :

- des yeux : la rétinopathie entraînant la cécité
- des reins : la néphropathie, avec menace d'insuffisance rénale terminale
- des nerfs : les neuropathies périphériques, avec risque d'amputation d'un pied diabétique infecté.

Il n'y a pas de petit diabète

Ces complications chroniques peuvent être en grande partie évitées (jusqu'à 40 à 70%), grâce à un bon contrôle du diabète et des autres facteurs de risque (hypertension artérielle, lipides).

La prise en charge du diabète, en plus des autres volets du traitement : diète saine, variée et équilibrée, exercice physique régulier (30 minutes par jour), prise régulière des médicaments (l'insuline ou les antidiabétiques oraux), comporte aussi le suivi médical.

Le diabète peut-être difficile à gérer. Il a un impact au quotidien sur la vie des personnes vivant avec cette condition chronique ainsi que sur leurs familles.

En Haïti, les compagnies d'assurance refusent d'assurer les diabétiques, ceux-ci supportent la totalité des dépenses que requiert leur traitement. Il est extrêmement important que les personnes atteintes de diabète reçoivent une éducation de qualité adaptée à leurs besoins et prodiguée par des professionnels de santé compétents pour pouvoir bien contrôler leur condition.

Le suivi médical permet des échanges bénéfiques au patient en créant un climat de compréhension et de confiance entre lui et son médecin qui soi-

gne non une maladie mais une personne qu'il doit accompagner toute la vie.

La diabétologie est encore l'une des rares spécialités médicales qui pratique la médecine de la personne, cette médecine qui est une ouverture vers l'autre pour lui permettre de découvrir le sens de sa maladie, cette médecine qui encadre et soigne le patient tout au long de son existence.

**COMPRENDRE LE DIABETE DE TYPE 2
ETES-VOUS A RISQUE?**

antécédents familiaux

manque d'exercice

mauvaise alimentation

surpoids

**Le diabète peut toucher tout le monde.
S'il n'est pas traité, il peut être mortel.**

Sept millions de cas de diabète de type 2 sont diagnostiqués chaque année.
Si vous pensez être à risque, faites un test.

Voyez tous les facteurs de risque sur www.worlddiabetesday.org

Que cette Journée Mondiale du Diabète 2010 apporte aux personnes atteintes de diabète un message d'émancipation par l'éducation ! Qu'elle les sensibilise à bien gérer leur condition et à en obtenir un contrôle optimal pour éviter et/ou retarder les complications débitantes du diabète !

Ensemble, soyons unis ! Ensemble formons un cercle, le cercle bleu de la Journée Mondiale du Diabète qui symbolise la vie et la santé, qui symbolise l'unité de la communauté mondiale face à la pandémie du diabète !

Dr René N. Charles
Président de la Fhadimac

Remerciements

Merci à tous ceux qui ont permis à la Fhadimac de mener à bien sa mission au lendemain du séisme particulièrement: International Diabetes Federation (IDF) et toutes les associations membres, Insulin for Life (IFL), Children Diabetes Foundation (specially Mrs Barbara Davis), Novo Nordisk, Prophalab S.A., Peer Consultants, INDEN de la République Dominicaine, Juvenile Diabetes Research Foundation (JDRF), Americares, Sow a Seed, Shack and Slumdwellers, Home Diagnostics, Life for a Child, Société Francophone de Diabète (SFD)

"Le diabète représente un risque grave pour les familles, les pays et le monde entier"

COMPRENDRE LE DIABETE DE TYPE 2 REDUISEZ LES RISQUES



Le diabète peut toucher tout le monde.
S'il n'est pas traité, il peut être mortel.

30 minutes d'exercice par jour peut réduire de 40%
vos risques de développer le diabète de type 2.

Devenez membre de la FHADIMAC et bénéficiez des services suivants:

- *Séances éducatives journalières sur le diabète, l'hypertension artérielle et les maladies cardio-vasculaires*
- *Vente de médicaments à prix réduit*
- *Conseils aux membres et référence à des spécialistes*
- *Rencontre individuelle avec l'infirmière*
- *Conseils diététiques*
- *Démonstration et vérification de la technique d'injection d'insuline*
- *Vérification et manipulation des lecteurs glycémiques et des tensiomètres*
- *Thérapie de groupe*
- *Réception périodique de la Lettre de la FHADIMAC*
- *Réduction chez les médecins affiliés*

