

# J'éprouve des difficultés à suivre mon traitement pour le diabète

**Le site du Docteur Guy Moreau**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/guy-moreau](http://www.docvadis.fr/guy-moreau)



Validé par  
le Comité Scientifique Endocrinologie

**Le diabète est une maladie chronique et évolutive. Votre coopération régulière est indispensable pour éviter l'apparition des complications. Si vous avez des difficultés à suivre votre traitement : c'est tout à fait normal !**

## **Devez-vous modifier vos habitudes ?**

Dans la vie courante, il faut changer vos habitudes progressivement pour atteindre l'objectif thérapeutique défini ensemble.

Ainsi, diététique et activité physique vont faire partie intégrante de votre nouveau mode de vie.

Vos habitudes alimentaires vont être étudiées avec l'aide d'une diététicienne pour établir avec vous, sur mesure, le type d'alimentation équilibrée qui conviendra le mieux à votre mode de vie.

Vous apprendrez que se faire plaisir n'est pas interdit, que vous pouvez très facilement faire adopter ce mode d'alimentation par toute la famille, sans vivre à part, puisqu'il s'agit d'une alimentation équilibrée et non d'un régime avec sa connotation péjorative.

Nous allons étudier votre activité physique quotidienne, éventuellement avec l'aide d'un éducateur médico-sportif. Nous négocierons le temps à y consacrer par jour ou par semaine pour améliorer votre état de santé, et pour vous permettre de l'intégrer progressivement dans votre vie quotidienne. Si besoin, vous rejoindrez un groupe de diabétiques avec un éducateur médico-sportif.

## **Votre traitement sera-t-il difficile à suivre ?**

La prise quotidienne des médicaments que je vous ai prescrits n'est pas évidente. Les oublis sont possibles, surtout au début. N'hésitez pas à m'en parler.

L'auto-mesure du sucre dans le sang, à l'aide d'un lecteur de glycémie, peut parfois être utile dans certaines situations pour suivre et adapter le traitement du diabète.

## **Au cours des consultations**

N'hésitez pas à me parler de vos difficultés à suivre le traitement.

Rejoignez un groupe de diabétiques pour échanger sur les obstacles quotidiens liés au traitement, partager des « trucs ». Evoquer ensemble la maladie permet de se sentir plus fort et de la maîtriser.

### L'éducation thérapeutique, qu'est-ce que c'est ?

C'est la connaissance de la maladie, des objectifs thérapeutiques, des principes de la surveillance. Elle est réalisée par le médecin traitant en association avec le diabétologue et avec l'aide des professionnels paramédicaux : diététicien, infirmière, podologue, éducateur médico-sportif. Elle peut être individuelle ou collective. Elle est proposée dans le cadre d'un programme éducatif (type maison du diabète, association de patients) ou d'un suivi coordonné spécifique (réseaux diabète). Elle fait partie intégrante du traitement.