

Je m'informe pour apporter mon soutien à un proche diabétique

Le site du Docteur Guy DEGRANDI

Adresse du site : www.docvadis.fr/guy-degrandi



Validé par

le Comité Scientifique Endocrinologie

Associer les proches à la démarche de soins et à la vie d'un diabétique conduit à une plus grande autonomie et à une meilleure prise en charge de la maladie dans son environnement au quotidien. Ainsi, le soutien de l'entourage représente une ressource précieuse pour le patient diabétique.

Quelles sont les implications quotidiennes du diabète ?

Les implications du diabète au quotidien sont nombreuses. En premier, la nécessité d'augmenter la pratique d'une activité physique, d'avoir un suivi diététique et d'arrêter définitivement le tabac. Puis, selon les cas, la prise quotidienne de médicaments et les consultations de suivi auprès de médecins pour éviter les complications.

L'entourage du diabétique peut assurer un véritable soutien dans sa vie quotidienne : activité physique en commun, repas équilibrés pour tous, aide à l'arrêt du tabac.



L'entourage du diabétique peut assurer un véritable soutien dans sa vie quotidienne : activité physique en commun, repas équilibrés pour tous, aide à l'arrêt du tabac.

Comment aider le patient diabétique dans la prise en charge de sa maladie ?

Il faut accepter que la maladie diabétique est une maladie insidieuse par excellence. On ne ressent rien dans ses formes initiales. Une rigueur de vie quotidienne est donc nécessaire, si on veut éviter ou retarder la venue de complications. Dans ce domaine, l'entourage du patient diabétique peut assurer un véritable soutien dans sa vie quotidienne (activité physique en commun et alimentation maîtrisée). C'est d'autant plus essentiel qu'il s'agit d'une maladie chronique, dont la gestion devra durer des dizaines d'années. Il faut assurer un suivi médical régulier et une hygiène de vie de qualité.

Jusqu'où peut aller le retentissement psychologique de la maladie ?

La maladie diabétique peut provoquer un retentissement psychologique plus ou moins important selon les personnes concernées. Cela peut être un sentiment de rupture dans l'existence, une remise en cause du mode de vie et des projets, ainsi qu'une prise de conscience par le malade et son entourage de limites qui vont contraindre la liberté d'action. Pour l'entourage d'un patient diabétique, il s'agit de comprendre ce que sont le diabète et les enjeux du pronostic, et de bien saisir le rôle de soutien moral, mais aussi thérapeutique.

Quelles sont les principales contraintes du diabète à connaître pour mieux soutenir un proche diabétique ?

- La détermination du type du diabète (type 1 et type 2) et son impact sur la vie quotidienne en famille, au travail et avec les amis.
- La gestion commune de l'alimentation et de la façon de faire des courses, ainsi que la prévention du diabète de type 2 dans la famille.
- L'autosurveillance glycémique (dont le caractère « obligatoire » dépend du traitement), la gestion des hypoglycémies, ainsi que la place des examens biologiques, en particulier l'hémoglobine glycosylée (véritable traceur de la qualité de l'équilibre).
- La pratique régulière d'une activité physique, incluant les promenades et le sport.
- L'impact sur la vie de couple et la question du diabète gestationnel.
- La prévention ou la gestion des complications (suivi cardiovasculaire, hygiène des pieds, suivi ophtalmologique, etc.).
- L'information sur les droits du malade et de ses proches.

Bien entendu, toutes ces étapes doivent s'inscrire dans la durée. Certains patients souhaitent gérer seuls leur maladie et ne veulent pas imposer à d'autres les contraintes et les obligations. Pour l'entourage, la démarche d'accompagnement ne peut donc s'effectuer qu'avec l'assentiment de la personne malade.

La consultation médicale est aussi un lieu d'accueil pour le patient, ainsi que pour ses proches. L'équipe médicale peut vous conseiller sur les méthodes d'accompagnement (certaines peuvent même vous assurer une formation). N'hésitez pas à demander conseil à l'équipe soignante qui vous mettra également en relation avec des associations actives dans ce domaine.