



# Le diabète de type 2



## Comprendre rapidement le diabète de type 2

Maladie chronique liée à un **excès de sucre dans le sang**. Elle est souvent associée à : surcharge pondérale, manque d'activité physique, alimentation déséquilibrée, antécédents familiaux.

La maladie peut évoluer sans symptôme pendant longtemps. Une prise en charge précoce permet d'éviter des complications cardiaques, oculaires, rénales, nerveuses...

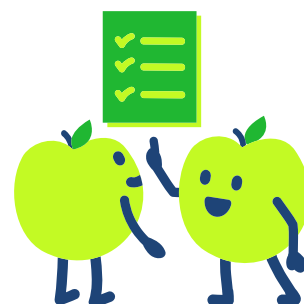
## Qui pour aider à la prise en charge ?

- **Médecin généraliste** : point central du suivi (diagnostic, bilan, traitement).
- **Infirmier·e / éducateur·rice** en diabétologie : accompagnement au changement d'habitudes de vie.
- **Diététicien·ne** : conseils alimentaires adaptés.
- **Kinésithérapeute / coach**: activité physique adaptée.
- **Réseaux spécialisés** : soutien, ateliers, éducation thérapeutique.

**Objectif global** : autonomie, prévention des complications et accompagnement dans la vie quotidienne.

## On peut être remboursés de ces prises en charges à condition de :

- Être diabétique de type 2.
- Avoir un "dossier médical global" (DMG).
- Commencer à s'inscrire dans un **trajet de soin**.



## Les avantages de la prise en charge sont :

- Un **bon suivi** des données médicales.
- Un **accompagnement pluridisciplinaire** et une **intervention financière** dans le suivi.

## Ressources locales et communautaires

Groupe communautaire : **les Pissenlits**

- Groupe ouvert et convivial, rencontres régulières.
- Présents également au marché de l'Abattoir.
- Échanges entre patients, conseils pratiques, activités

### Réseau Santé Diabète

- Accompagnement, orientation vers les bons professionnels, ateliers d'éducation thérapeutique.
- Soutien pour mieux comprendre et gérer la maladie.

## Outil utile

### FINDRISC – Finnish Diabetes Risk Score

Questionnaire simple (8 questions) pour estimer le risque de développer un diabète de type 2 dans les 10 ans.

Permet de repérer les personnes à risque et de proposer une prévention adaptée.

## Ce qu'on peut retenir

- Le diabète de type 2 n'est **pas une fatalité** : prévention et accompagnement sont efficaces.
- **Plusieurs acteurs locaux** existent pour soutenir les personnes concernées.
- Des **outils simples** permettent d'évaluer le risque et de guider vers les bons services.