

EDITORIAL

Les professionnels du réseau GENTIANE (médecins, infirmier(e)s, diététiciennes, podologues, kinés, pharmaciens...) contribuent maintenant, et de plus en plus fortement, à la prise en charge des patients diabétiques franc-comtois, en ville comme à l'hôpital.

Mais la Franche-Comté est grande..., et ces 200 professionnels de santé se répartissent de façon très dispersée du Nord au Sud et de l'Est à l'Ouest de la région avec tout de même une phénomène de relative concentration autour des villes principales, qui sont aussi le siège des principaux hôpitaux de la région. Ce sont des sites où la prise en charge des patients diabétiques s'effectue de longue date, avec des réalisations souvent remarquables et très diverses : le réseau ne cherche pas à faire autre chose que faciliter ce qui se fait déjà, coordonner des actions, parfois les amplifier en fournissant des moyens spécifiques (par exemple les prises en charges podologiques et diététiques, l'Education Thérapeutique en ville...).

Comment faire en sorte que toutes ces énergies se rejoignent ? Comment coordonner toutes ces compétences ?

Nous avons amorcé en 2005 cette coordination « par territoire » en organisant des réunions d'échange à Besançon, Montbéliard, Vesoul, Champagnole, et bientôt à Pontarlier et à Dole. Le succès et l'intérêt de ces réunions nous incite à les répéter en 2006, mais pour aller plus loin, nous proposons maintenant que dans chacun des principaux sites, une personne (ou une petite équipe) assure un lien entre les membres du réseau : en quelque sorte des mini réseaux locaux, de structure aussi légère que possible, reliés à l'équipe de coordination de Dole et soutenus par elle. Cette personne pourrait être, en fonction de la situation locale, n'importe quel professionnel du réseau ; elle serait rétribuée pour ce travail (sous réserve de l'obtention du budget), et des moyens logistiques adaptés lui seraient fournis.

La question est posée, le débat est ouvert... Dites-nous ce que vous en pensez !!

Dr Etienne MOLLET, coordonnateur

Calendrier – 2^{ème} semestre 2005

lundi 22 au vendredi 26/08	Stage sport diabète Châlain
Judi 29 /09 (soirée)	CA de l'AFCD
Vendredi 14 et samedi 15/10 Vendredi 18 et samedi 19/11 Vendredi 9/12	Formation initiale des soignants – session 8 Besançon
Judi 27/10 (20h/23h)	Soirée d'échanges Dole
Judi 03/11(20h/23h)	Soirée d'échanges Pontarlier
Vendredi 21/10 (après-midi) Vendredi 28/10 (après-midi)	Formation complémentaire des infirmières - Dole
Vendredi 2/12 (après-midi)	Formation complémentaire « Education » - Besançon
Judi 15/12	Journée Inter- hospitalière

Adhésions au Réseau – situation au 07/09/2005

Médecins Généralistes	77
Diabétologues & médecins hospitaliers	17
Diabétologues libéraux	3
Infirmier(e)s libéral(e)s	55
Infirmier(e)s hospitalier(e)s	3
Diététiciennes libérales	11
Diététiciennes hospitalières	2
Pédicures-podologues	26
Educ. Médico-Sportif & Kinésithérapeutes	7
Ophthalmologue, Angiologue	2
Pharmaciens	1
Nombre total de PS	204
Nombre de patients	596

LES STAGES SPORT ET DIABETE VUS PAR UNE DIABETOLOGUE

Depuis plusieurs années ont été initiés par le Dr Etienne MOLLET, accompagné par les infirmières Régine BORNECK et Sylvie BROUSSE, des stages de sport et diabète.

Ils sont ouverts aux patients insulinotraités, âgés de plus de 14 ans. Ils ont lieu l'hiver à Prémamanon avec un programme de ski de fond, et l'été à Châlain avec de multiples activités (VTT, canoë, course d'orientation, spéléo, escalade...), matin et après-midi. Ces activités sont encadrées par des moniteurs du CRPS et par l'éducateur médico-sportif du réseau pour le côté sportif, et par une équipe médicale spécialisée en diabétologie avec diabétologues, infirmières et parfois diététicienne.

Le but de ces stages est de favoriser la prise en charge du diabète dans la pratique sportive qu'elle quelle soit, en toute circonstance en adaptant les doses d'insuline et l'alimentation, de rencontrer d'autres diabétiques confrontés aux mêmes difficultés et d'échanger les expériences. En fin d'après-midi, rendez-vous pour « la consultation carnet » où les résultats des glycémies de la journée sont revus et les doses d'insuline revues et adaptées pour le lendemain. Le soir, des discussions sur divers sujets relatifs au diabète sont organisées.

Du côté médical, nous quittons nos hôpitaux et cabinets pour venir partager sur le terrain la vie de nos diabétiques presque 24h/24. C'est une expérience formidable tant professionnelle que personnelle. On prend mieux conscience de leurs galères au quotidien avec ces injections (souvent 3 à 4 fois/jour), ces glycémies capillaires (6 à 8 fois ou plus), les hypoglycémies qui vous coupent en plein effort mais aussi, les glycémies parfaites et le plaisir de faire du sport comme tout le monde. On apprécie la difficulté de calculer la dose d'insuline (on baisse, on monte ??), la quantité de glucide ingérée et les résultats de nos conseils (si faciles à donner assis dans un fauteuil).

Tout cela se déroule dans une ambiance décontractée mais où l'état de veille ne doit pas se relâcher car les hypoglycémies sévères avec comas, ça existe en particulier la nuit ou au petit matin et se contrôler le soir au coucher et parfois pendant la nuit, se révèle précieux pour les prévenir.

La relation médecin/infirmière avec le patient change, elle devient plus fraternelle, il n'y a plus la blouse blanche. On « en bave » ensemble à pousser sur les bâtons en pleine côte, et cela crée des liens et de super souvenirs.

Dr Muriel TSCHUDNOWSKY

LES STAGES SPORT ET DIABETE VUS PAR UNE PATIENTE DIABETIQUE (DEPUIS 1978)

Le Jura est une région fascinante pour la pratique de nombreuses activités en été comme en hiver. Depuis 1992, j'ai participé à plusieurs stages dans le Doubs et dans le Jura, connaissant ainsi la diversité des lieux et des activités en été, comme en hiver.

Participer à un stage, c'est :

Approfondir ses connaissances concernant SON propre diabète, Evaluer ses capacités dans la pratique d'une activité sportive selon SON niveau, Gagner de la liberté dans SA vie quotidienne en comprenant mieux les réactions de SON corps, Echanger avec les autres stagiaires et les soignants très présents, Ne penser qu'à soi pendant 5 jours, Mieux connaître le Jura.

Ouverts à tous les diabétiques traités à l'insuline et âgés de plus de 14 ans, les stages permettent, grâce à la diversité des participants, de mieux se connaître sur un plan médical. Ils font prendre conscience du rôle qu'une alimentation équilibrée, une activité physique et un traitement médicamenteux suivis avec plaisir et rigueur permettent d'éviter les complications. L'activité sportive en elle-même est la trame du séjour mais elle n'en est pas l'objet essentiel. Les participants peuvent choisir l'activité qu'ils préfèrent selon leur niveau sportif et leur désir de découverte.

En hiver, les participants se répartissent selon leur niveau en 3 groupes de ski de fond.

En été, sur les bords du lac de Chalain, sont proposées les activités suivantes nautiques (catamaran, planche à voile, kayak ou canoë) ou de détente (tir à l'arc, spéléologie, randonnée nature, VTT, tennis, badminton, randonnée équestre).

L'essentiel se passe dans les échanges entre les stagiaires, entre eux et les soignants, autant pendant les activités que le soir pendant la séance des carnets (révision des résultats de la journée et discussion individuelle ou en groupe) et les conférences ateliers dont les thèmes sont choisis par les participants. C'est aussi l'occasion de poser toutes les questions que l'on aurait aimé poser, et celles pour lesquelles on n'a jamais de réponses. Il se crée alors un esprit de connivence que l'on ne peut trouver nulle part ailleurs.

Geneviève BATZLI

LES STAGES SPORT ET DIABETE VUS PAR UN EDUCATEUR MEDICO-SPORTIF

Depuis 6 ans, je suis venu compléter l'équipe d'encadrement des stages «sport et diabète».

Outre que l'activité physique est bénéfique, que l'on soit diabétique ou non, c'est aussi un moyen de se procurer du plaisir et d'acquiescer de la confiance en soi, éléments importants pour mieux vivre sa maladie. Donc un des objectifs est de promouvoir le sport.

Nous devons encourager les diabétiques à «bouger» davantage, et leur permettre en pratique d'atteindre l'autonomie et la sécurité (adaptation du traitement, de l'alimentation, gestion de l'effort...). A part quelques sportifs confirmés, la plupart des stagiaires ne sont que des pratiquants occasionnels, ceux-ci viennent avec l'intention d'apprendre à gérer leur maladie, dans des situations déséquilibrant leur diabète. Le sport réparti sur 5 jours est justement une situation inhabituelle. La finalité est que les stagiaires arrivent à reprendre confiance pour de nouveau pratiquer une activité physique en autonomie, mais aussi gérer un quotidien qui n'est pas obligatoirement routinier quand on est diabétique. Ce qui est assimilé durant ces stages est transposable dans la « vraie vie » et vise à améliorer la qualité de vie. Durant ma formation initiale d'éducateur sportif, je n'avais jamais abordé l'activité physique face à une pathologie. Pourtant j'avais validé une option «activité physique pour tous » (toutes activités pour tous public). Ces stages sont d'une grande richesse, mêlant le sport, le médical et l'éducation d'une part, mais aussi par la qualité des échanges et le vécu en commun entre stagiaires et équipe d'encadrement.

Nicolas TABARD, Educateur Médico-Sportif

