

L'Association Diabète Occitanie **vis** à améliorer la prise en charge et la qualité de vie des personnes adultes à risque de diabète ou diabétiques de type 1 ou de type 2 de la région Occitanie, dans une perspective de réduction des inégalités sociales et territoriales de santé.

Les pôles d'activité de Diabète Occitanie sont :

- La **prévention** dont l'objectif principal est d'améliorer le dépistage et la prévention du diabète et de ses complications chroniques.
- **L'éducation thérapeutique du patient (ETP)** dans la perspective de soutenir, organiser et coordonner une dynamique régionale autour de l'ETP à l'intention des personnes présentant un diabète.
- Pour des populations en situation de **précarité** : améliorer la prévention et le dépistage du diabète ainsi que la prise en charge des patients diabétiques.
- De manière transversale, la **formation** pour développer l'expertise et accompagner les pratiques et projets des acteurs du parcours de santé des personnes diabétiques sur les territoires d'Occitanie.


Retrouvez l'ensemble de nos actions et projets, ainsi que des **informations sur le diabète, sa prise en charge et sa prévention** sur notre site internet :

[www.diabeteoccitanie.org](http://www.diabeteoccitanie.org)


## Contacts


### Association Diabète Occitanie

**Vous souhaitez des informations sur le programme DIABSAT ou prendre RDV :**

 Diabsat : 05 61 32 33 00

**Vous souhaitez des informations sur les actions et projets de l'Association :**

 Secrétariat : 05 61 32 33 65

 [contact@diabeteoccitanie.org](mailto:contact@diabeteoccitanie.org)

**Retrouvez-nous sur :**

[www.diabeteoccitanie.org](http://www.diabeteoccitanie.org)

**Avec le soutien de :**



Merci de ne pas jeter sur la voie publique

## Vous êtes diabétique :

**DIABSAT vous permet de bénéficier d'un dépistage des complications chroniques du diabète au plus près de chez vous**



**Evaluation de l'état de vos yeux, pieds, artères des membres inférieurs et reins**

- Rapide et indolore
- Avec ou sans rendez-vous (reportez-vous au calendrier de dépistage)
- Gratuit

**Parlez-en à votre médecin traitant !**

## Vous êtes diabétique : quelques recommandations pour rester en bonne santé !

Une fois par an, il est conseillé de :

- Faire dépister les éventuelles **complications au niveau de vos yeux** par une consultation ophtalmologique et/ou par prise de clichés de la rétine.
- Réaliser un dosage de **l'albumine dans les urines** et de la **créatinine dans le sang** pour vérifier la santé de vos reins
- Faire **évaluer votre risque de plaie du pied**, à l'aide d'examen simples par votre médecin ou votre pédicure-podologue.
- Vérifier la **bonne circulation du sang dans vos artères des jambes**. (palpation des pouls et recherche de souffle vasculaire)
- Bénéficier d'un **électrocardiogramme** et d'une **épreuve d'effort** régulièrement si vous présentez des facteurs de risque vasculaire (tabagisme, élévation des taux de lipides sanguins...) et d'un dosage sanguin du cholestérol et des triglycérides.
- Consulter votre **dentiste**.

Des **ateliers d'éducation thérapeutique** peuvent également vous aider à comprendre, savoir agir au quotidien et mieux vivre avec votre diabète.

## Profitez du programme de dépistage DIABSAT

Nous vous proposons gratuitement :

- Un bilan rétinien
- Un bilan rénal
- Un **bilan podologique** et une évaluation de votre risque de plaie du pied
- Un **dépistage de maladie artérielle** au niveau des membres inférieurs

### Les appareils utilisés lors des examens qui vous sont proposés :



- **Rétinographe non mydriatique**  
Il permet de réaliser une photographie du fond de l'œil indolore et sans dilatation de la pupille



- **Monofilament**  
C'est un fil de nylon qui, appliqué sur le pied (par une légère pression), permet d'évaluer votre sensibilité



- **Appareil de mesure des Index de Pression Systolique**  
Il permet de mesurer la pression artérielle au niveau des bras, des chevilles et des orteils afin d'évaluer l'état artériel au niveau des jambes



- **Appareil de dépistage de la microalbuminurie**  
Une bandelette introduite dans cet appareil permet de détecter un excès très faible d'albumine dans les urines

## Qui interprète et reçoit les résultats ?

