

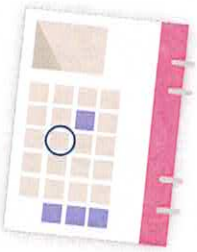
COMMENT SE DÉROULE LE PROGRAMME ?



1// Ce programme vous est proposé par les services de diabétologie et de gynécologie vers lesquels vous avez été orientée lorsque le dépistage du diabète gestationnel s'est avéré positif.

2// Un RDV avec une infirmière d'éducation thérapeutique vous sera proposé. Lors de cet entretien, un diagnostic éducatif sera réalisé. Il s'agit d'un entretien qui permet de mieux vous connaître, de recueillir vos attentes, vos besoins en santé, d'identifier vos difficultés et vos atouts. Cette étape permet de formuler avec vous, les objectifs éducatifs à atteindre dans le programme.

Pour cela, nous vous proposerons de participer à au moins 2 ateliers, individuels ou collectifs, en présentiel ou distanciel.



3// LES ATELIERS PROPOSÉS :

« Comprendre le diabète gestationnel, les risques et le suivi »

« L'équilibre alimentaire et activité physique adaptée lors de la grossesse »

« Mon suivi après la grossesse »

Des vidéos ont été créées comme support éducatif, n'hésitez pas à les visionner sur YouTube (playlist « diabète gestationnel ») :



Chaîne « Atlantique diabète »

4// À l'issue des ateliers réalisés, lors du second RDV à 10-15 jours du diagnostic éducatif, vous bénéficierez d'une évaluation individuelle avec l'équipe soignante. Un suivi personnalisé vous sera proposé selon l'évaluation des objectifs formulés lors du diagnostic éducatif.

Lors du dernier RDV médical avec le diabétologue, il vous indiquera les modalités du suivi après la grossesse.

3 mois après votre accouchement, vous recevrez un courrier, associé à une ordonnance, vous incitant à réaliser une glycémie à jeun.

Si ce programme vous intéresse, n'hésitez pas à en parler à l'équipe soignante.

+ D'INFORMATIONS

05 46 45 51 31

OU 05 46 45 66 59



Hôpitaux La Rochelle Ré Aunis
Centre Hospitalier de Rochefort
Centre Hospitalier de Marennes
EHPAD « Val de Gères » Surgères
Centre Hospitalier de l'Île d'Oleron

1 rue du Docteur Schweitzer
17019 La Rochelle Cedex 1
Standard > 05 46 45 50 50
www.ch-laroche.fr

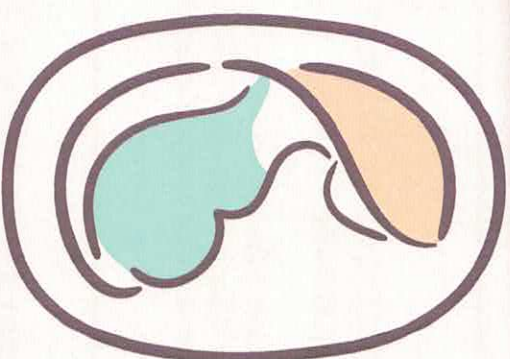


Établissements membres du **Groupe Hospitalier de Territoire Atlantique 17**

RADI-IF-002-1229696 - avril 2021 - Service communication du GHLA - Ne pas jeter sur la voie publique



DIABÈTE GESTATIONNEL



Vous présentez un diabète gestationnel ?

Les services de diabétologie & de gynécologie

du **Groupe Hospitalier**

Littoral Atlantique vous proposent un **PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE**

OBJECTIFS :

Favoriser une hygiène de vie adaptée pour prévenir les risques de complications obstétricales du diabète gestationnel, mais aussi les risques d'apparition d'un diabète de type 2, d'un syndrome métabolique, ou la récurrence de diabète gestationnel.



QU'EST-CE QUE LE DIABÈTE GESTATIONNEL



Il s'agit d'une élévation anormale du taux de sucre dans le sang (la glycémie), qui survient de manière transitoire au cours de la grossesse.

CHEZ QUI EST-IL DÉPISTÉ



Le dépistage est recommandé chez les femmes ayant un ou plusieurs facteurs de risque :

- un antécédent familial de diabète de type 2,
- un surpoids avant la grossesse,
- un antécédent de diabète gestationnel ou un bébé de + de 4 kg (macrosomie),
- un âge > 35 ans.



QUAND et COMMENT EST-IL DÉPISTÉ



Il est dépisté

lors de la 1^{ère} consultation prénatale par une glycémie à jeun $\geq 0,92$ g/l

ou

par une HGPO

(hyperglycémie orale provoquée)

entre la 24^{ème} et la 28^{ème} semaine d'aménorrhée.

POURQUOI et COMMENT FAUT-IL LE TRAITER



La prise en charge du diabète gestationnel est primordiale pour la santé et le bien-être du bébé et de la mère.

Elle repose sur une alimentation équilibrée et une activité physique régulière, pour obtenir un équilibre glycémique adapté. En cas d'échec des mesures hygiéno-diététiques, un traitement par insuline peut être instauré le temps de la grossesse.

POURQUOI et COMMENT AVOIR UN SUIVI APRÈS L'ACCOUCHEMENT



- Le risque de récurrence de diabète gestationnel est possible.
- Le risque de développer un diabète de type 2 est multiplié par 7 et persiste pendant au moins 25 ans.
- Le risque de syndrome métabolique (surpoids associé à l'élévation des graisses dans le sang et de la tension artérielle) est multiplié par 2 à 5.
- Le risque de maladies cardiovasculaires est multiplié par 1,7.

Ces risques peuvent être limités par une alimentation équilibrée associée à une activité physique régulière.

Il est donc recommandé de réaliser une glycémie à jeun ou une hyperglycémie orale provoquée (HGPO) 3 mois après l'accouchement, avant une nouvelle grossesse, puis 1 fois /an.

