



L'Association Diabète Occitanie vise 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 :

**Prévention et dépistage** : soutenir le dépistage et la prévention du diabète et de ses complications chroniques.

**Diabète et Précarité** : améliorer le dépistage et la prévention du diabète et de ses complications ainsi que la prise en charge des personnes diabétiques en situation de précarité.

**Diabète et Grossesse** : développer l'ETP pour les patientes présentant un diabète gestationnel ainsi qu'un parcours de prise en charge dédié pour les patientes diabétiques.

**Education thérapeutique du patient (ETP)** : soutenir, organiser et coordonner une dynamique régionale autour de l'ETP Diabète.

**Formation** : développer l'expertise en diabétologie et accompagner les pratiques et projets des acteurs du parcours de santé.

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

**Retrouvez-nous sur :**

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



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, artères des membres inférieurs, pieds 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.
- Vérifier la **bonne circulation du sang dans vos artères des jambes**. (palpation des pouls et recherche de souffle vasculaire)
- Faire **évaluer votre risque de plaie du pied**, à l'aide d'examens simples par votre médecin ou votre pédicure-podologue.
- Réaliser un dosage de **l'albumine dans les urines** et de la **créatinine dans le sang** pour vérifier la santé de vos reins.
- 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 dépistage de maladie artérielle au niveau des membres inférieurs
- Un bilan podologique avec évaluation de votre risque de plaie du pied
- Un bilan rénal

### 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.



#### 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.



#### Monofilament

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



#### 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 ?

