



**GROUPE HOSPITALIER**  
SAINTES - SAINT-JEAN-D'ANGÉLY

# Vous avez un *diabète* gestationnel



**ÉQUIPE MOBILE DE DIABÉTOLOGIE**

Site de Saintes

☎ 05.46.95.11.00

[equipe-mobile-diabetologie@gh-saintesangely.fr](mailto:equipe-mobile-diabetologie@gh-saintesangely.fr)

[www.gh-saintesangely.fr](http://www.gh-saintesangely.fr)



## **Éducation thérapeutique, qu'est-ce ?**

C'est une démarche de sensibilisation, d'information et d'apprentissage qui vous est proposée afin de mieux comprendre le diabète gestationnel.

## **Pour qui ?**

Pour toutes les femmes enceintes qui développent un diabète gestationnel.

## **Déroulement de l'ETP ?**

Les séances d'éducation thérapeutiques vous sont proposées par une équipe pluridisciplinaire (médecins, infirmière, diététicienne et sage-femme).

Les séances peuvent être individuelles ou en groupe.

## **Objectifs ?**

- Comprendre le diabète gestationnel.
- Connaître son traitement et savoir l'adapter (si injections d'insuline).
- Améliorer l'estime de soi.
- Partager l'expérience du diabète gestationnel.
- Explorer ses représentations sur l'alimentation et l'activité physique.



## Et en pratique ?

L'équipe thérapeutique s'organise en 4 étapes :

### **1 : Le diagnostic éducatif**

Une rencontre avec les soignants pour mieux connaître vos attentes et vos besoins.

### **2 : Le contrat éducatif**

Un échange pour se mettre d'accord sur les compétences à acquérir et les activités à réaliser.

### **3 : Les séances d'apprentissage**

Des activités individuelles ou en groupe.

### **4 : L'évaluation**

Un bilan régulier pour faire le point.



# Planning du programme



Date / Horaire	Salle de réunion	Intitulé de la séance	Atelier préconisé
		"Compréhension de la maladie, des complications et des facteurs de risques" <i>Atelier individuel</i>	
		"Technique d'autosurveillance des glycémies et objectifs glycémiques" <i>Atelier individuel</i>	
		"Alimentation durant mon diabète gestationnel" <i>Atelier individuel</i>	
		"Mon alimentation au quotidien pour limiter les risques de diabète après ma grossesse" <i>Atelier collectif</i>	
		"Partageons autour du diabète gestationnel" <i>Atelier collectif</i>	
		"Technique d'injection d'insuline et adaptation" <i>Atelier individuel</i>	

