

D E M A N D E D ' A D H É S I O N

Madame Mademoiselle Monsieur Nom : Prénom :
Adresse :
Code Postal : Ville :
Tél. : E-Mail :
Né(e) le : Profession :
Traitement : Sans Insuline Pompe Comprimés Régime

Type de diabète : 1 2 Année de découverte du diabète :
Cochez votre choix : Adhésion à retourner avec votre règlement
 Cotisation annuelle (obligatoire) 22 € à l'ordre de l'AFD10 à l'adresse suivante :
 Abonnement au bimestriel « Equilibre » (facultatif) 15 € **AFD 10, Maison des Sociétés**
 Don à l'association (facultatif) € **21 avenue du Maréchal Leclerc**
Montant total de votre règlement € **10120 Saint André les Vergers**

Les informations recueillies par l'AFD 10 relatives à l'adhérent et à l'abonné bénéficient de la protection de la loi Informatique et Libertés n°78-17 du 6 janvier 1978. Elles pourront donner lieu à l'exercice du droit individuel d'accès, de rectification ou d'opposition par courrier auprès de l'AFD 10 dans les conditions prévues par la délibération CNIL n°80-10 du 1er avril 1980.

CADRE RESERVE A L'AFD 10 Date de réception : N° AFD 10 attribué :

Pourquoi nous rejoindre ?

- Proximité et chaleur du contact avec les personnes atteintes de diabète grâce à ses **permanences décentralisées**
- Organisation et participation à des **manifestations** (forums, ateliers...)
- « **Equilibre** » le journal d'information sur le diabète de l'Association Française des Diabétiques
- **Contrats d'assurances** pour les diabétiques (emprunteur et prévoyance) à des conditions préférentielles
- Information et aide aux **dossiers administratifs**
- **Service juridique**

AYEZ LE BON GESTE !

2 sites de récupération sont à votre disposition : l'un sur le site **SITA DECTRA** à La Chapelle Saint Luc, l'autre à l'hôpital de Troyes.



Illustrations © AFD

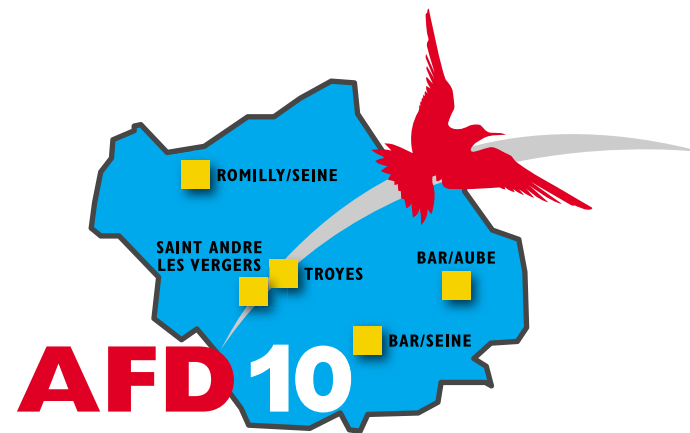
AFD 10
Association Française des Diabétiques de Troyes

Maison des Sociétés
21, avenue du Maréchal Leclerc
10120 Saint André les Vergers

Tél. : 06 14 48 07 19
E-mail : afd-troyes@hotmail.fr
<http://www.afdtroyes.fr>

Permanence :
M. Jachiet au 06 14 48 07 19

LE DIABETE !! ...ET VOUS ?



Qui sommes-nous ?

Fédérée de l'Association Française des Diabétiques reconnue d'utilité publique, **l'Association Française des Diabétiques de Troyes (AFD 10)** agit pour contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes ou à risque de diabète.

L'AFD10 participe et soutient « AFD, acteur de santé » qui s'est donnée pour mission :

- d'exercer notre droit à la **gouvernance de santé**,
- de défendre l'accès à des **soins de qualité**,
- de lutter contre les **discriminations** liées à la maladie,
- d'informer et participer à la **formation des patients**,
- d'exercer une mission de **prévention** auprès du grand public,
- d'accompagner l'amélioration de la **qualité de vie** des patients par des actions individuelles ou collectives.

Les droits du diabétique

A CHAQUE CONSULTATION



▶ La mesure du poids et de la pression artérielle



▶ La discussion autour du carnet de surveillance

TOUS LES 3 MOIS



▶ Le taux d'hémoglobine A1c (reflète la glycémie moyenne des deux mois précédant le prélèvement)



▶ La discussion sur les objectifs de traitements (HbA1c, tension artérielle, lipides, poids, valeurs glycémiques avant et après le repas ...)

Votre suivi médical comporte

AU MOINS UNE FOIS PAR AN



▶ L'examen de la rétine



▶ Le bilan dentaire



▶ L'examen des pieds à la recherche d'une artérite et/ou d'une neuropathie diabétique (évaluation du grade du pied)



▶ Le bilan lipidique (cholestérol et triglycérides)



▶ L'électrocardiogramme



▶ L'évaluation de la fonction rénale : dosage créatinémie et microalbuminurie et vérification de l'absence d'infection urinaire

Les devoirs du diabétique

Ce que vous devez connaître

1 Les **bases diététiques** de votre alimentation et les principales équivalences alimentaires

2 L'importance de l'**activité physique** comme hygiène de vie. L'aptitude à l'activité physique doit faire l'objet d'une évaluation médicale préalable

3 L'usage de l'**autocontrôle glycémique** et de la surveillance urinaire

4 Vos **objectifs** personnels d'équilibre glycémique, d'HbA1c, de tension artérielle... fixés avec votre médecin

5 Le nom de vos **comprimés**, leur modalité de prise, leurs inconvénients éventuels et la manière de les prévenir

6 Le nom de vos **insulines**, leur durée d'action, l'adaptation des doses en fonction de l'analyse des résultats de l'auto surveillance

7 Le **risque d'hypoglycémie** et la façon de le prévenir

8 La nécessité d'avoir sur vous une **carte de diabétique** indiquant votre traitement quotidien

9 La possibilité d'une aide au **sevrage tabagique**

10 Les conséquences d'une **affection** sur l'équilibre de votre diabète et la conduite à tenir

11 La nécessité du **dosage trimestriel** de l'HbA1c et d'exams annuels : rétine, micro albuminurie, bilans dentaires et lipidiques, électrocardiogramme

12 La surveillance et les soins à apporter à vos **pieds** au quotidien, l'importance de les montrer à votre médecin traitant au moins une fois par an

13 La nécessité d'une **contraception** adaptée et d'une **préparation** en vue d'une future **grossesse**

14 La possibilité de bénéficier de **journées d'éducation** par des équipes spécialisées (hôpitaux, réseaux, maisons du diabète...)

15 L'importance d'une information et d'une formation de l'**entourage**, notamment en ce qui concerne la diététique et le risque hypoglycémique