

## Le dépistage de la rétinopathie sur Fumay, un démarrage très attendu par les patients

Le dépistage de la rétinopathie, organisé par le Réseau CARÉDIAB à l'hôpital de Fumay grâce à une lecture à distance par des ophtalmologistes ardennais, a débuté le 6 janvier dernier. Ce projet a pour but d'améliorer le dépistage de la rétinopathie diabétique et de faciliter l'accès aux soins d'ophtalmologie pour les personnes diabétiques. Une quarantaine de patients a déjà bénéficié de ce dépistage. Nous avons souhaité recueillir le sentiment de patients et de professionnels des environs de Fumay sur ce dépistage. En voici quelques extraits...

**Mme P :** « cela fait 2 ans que je n'avais pas rencontré d'ophtalmo, ni fait de fond d'œil (...) Avant je devais faire plus de 80 km de voiture, donc oui, je suis bien contente de pouvoir faire cet examen à Fumay à coté de chez moi »



**Mr S :** « l'ophtalmologiste que je voyais était à Revin, maintenant il est parti, donc je n'en vois plus (...) Si vous n'aviez pas mis votre « machine » à Fumay, je n'aurais pas fait de

fond d'œil avant... je ne sais combien de temps. »

**Dr Iglésias :** « Le principal problème pour nos patients diabétiques est de comprendre qu'il est important de faire un fond d'œil, alors que dans le même temps on sait qu'ils n'auront pas de rendez-vous avant au moins un an (...). Certains rechignent vraiment à se déplacer jusqu'à Charleville-Mézières, d'autres ne peuvent pas faire ce déplacement. Le manque d'ophtalmologiste dans notre département est très problématique pour une population vieillissante. Je ne parle pas uniquement du coût lié au taxi pour ceux qui n'ont pas la faculté de se rendre à Charleville par leur propre moyen. »

Afin de permettre au plus grand nombre de patients diabétiques de bénéficier de ce dépistage, le rétinographe va être déplacé dans plusieurs villes des Ardennes. A compter du mois de mai le rétinographe s'installera dans la ville de Carignan. Il y restera quelques mois, puis se déplacera dans un autre bassin de vie avant de revenir à Fumay en 2010.

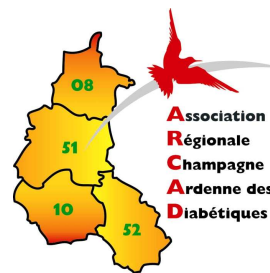
Nous envisageons également de poursuivre le dépistage dans au moins un autre département de la région en 2010. A suivre...

Champagne  
ARÉ  
DIAB

R  
É  
S  
E  
A  
U  
C  
A  
R  
É  
D  
I  
A  
B

Tél : 03 26 82 88 85  
E-mail : carediab.reseau@wanadoo.fr  
Site : www.carediab.org

10, boulevard Earthoud  
5100 Reims



Association  
Régionale  
Champagne  
Ardenne des  
Diabétiques

# glucolignes

## Sommaire

La vie  
de vos associations

- 2 a.m.d.
- 3 a.h.m.d.
- 3 a.f.d. Troyes
- 4 a.d.a.

Chronique du diabète

- 6 exposés  
aux complications

Menu

- 8 matafan  
aux pommes

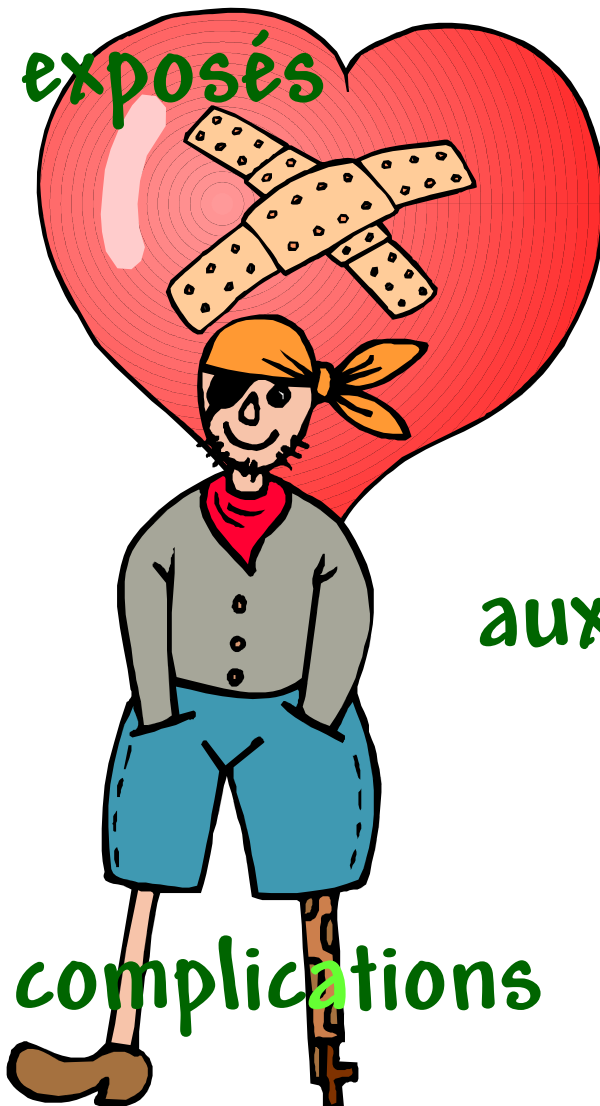
Infos santé

- 10 zones déficitaires  
en offre de soins
- 11 augmentation  
des diabétiques

CARÉDIAB

12 dépistage sur fumay

Conception et réalisation  
Jean-Marie MARGINIER



aux



## L'amd recherche des bénévoles

Si les associations sont florissantes en France, leur fonctionnement requiert un engagement désintéressé de leurs membres.

L'Amd désire poursuivre son développement recherche pour ses antennes de Châlons-en-Champagne et d'Épernay des bénévoles.

### Fonctions :

- Assurer une permanence au local de l'antenne (accueil, information...)
- Mettre en place, aidé par les membres du C.A. un partenariat avec le service de diabétologie de l'hôpital local

### Conditions :

- Formation et encadrement assurés par l'Amd
- 1 à 2 jours par mois de disponibilité

faire quelque chose d'utile ?



devenez bénévole à l'amd !

### Compétences et aptitudes requises :

- Rigueur, sérieux
- Capacité d'écoute, patience
- Pas de diplôme requis

### Contact :

Chantal Muriot  
Tél. 03 26 06 71 25 (mardi et vendredi de 10 h à 16 h)



Par ailleurs, l'association aimerait pouvoir compter sur des infirmiers(es) bénévoles (en retraite par exemple) lors des dépistages qu'elle organise pendant les forums et manifestations diverses auxquels elle participe (une dizaine par an).

Contact Chantal Muriot (voir ci-dessus)

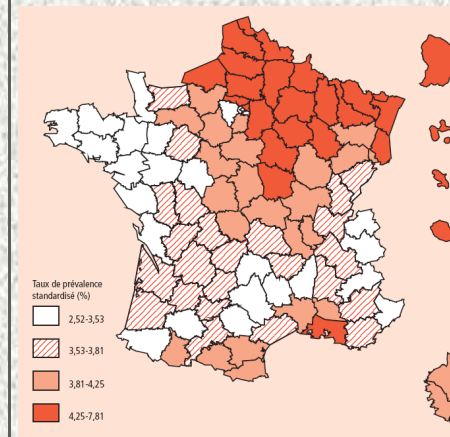


## Augmentation du nombre de diabétiques en France

Près de 4 % des Français sont traités pour un diabète, selon une étude du Bulletin épidémiologique hebdomadaire (Beh). En 2005, on en comptait 3,60 %, une augmentation que le Beh attribue « à la progression du surpoids et de l'obésité, au vieillissement de la population, à l'amélioration de l'espérance de vie des personnes traitées pour diabète et à l'intensification du dépistage ».

En 2007, les personnes traitées pour diabète étaient âgées en moyenne de 64,8 ans. Le taux de prévalence variait beaucoup avec l'âge :

- 0 - 44 ans : 0,40 %
- 45 - 64 ans : 5,80 %
- 65 - 74 ans : 13,30 %
- 75 ans et plus : 13,40 %



A partir de 40 ans, les hommes présentent un risque d'être diabétique plus élevé de 44,50 % que les femmes. A l'exclusion des régions d'outre-mer qui se caractérisaient, elles, par un surrisque féminin. Le Nord-Pas-de-Calais (4,80 %), la Picardie (4,70 %), la Champagne-Ardenne (4,50 %), la Lorraine (4,40 %)

et l'Alsace (4,50 %) présentent une fréquence du diabète nettement plus élevée que la moyenne nationale.

A l'opposé, le Grand-Ouest et le Sud-Ouest montraient des taux d'un à deux points inférieurs, notamment la Bretagne (2,60 %), les Pays de la Loire (3,20 %), la Basse Normandie (3,50 %) et le Sud-Ouest à un degré moindre, présentent un taux plus faible.

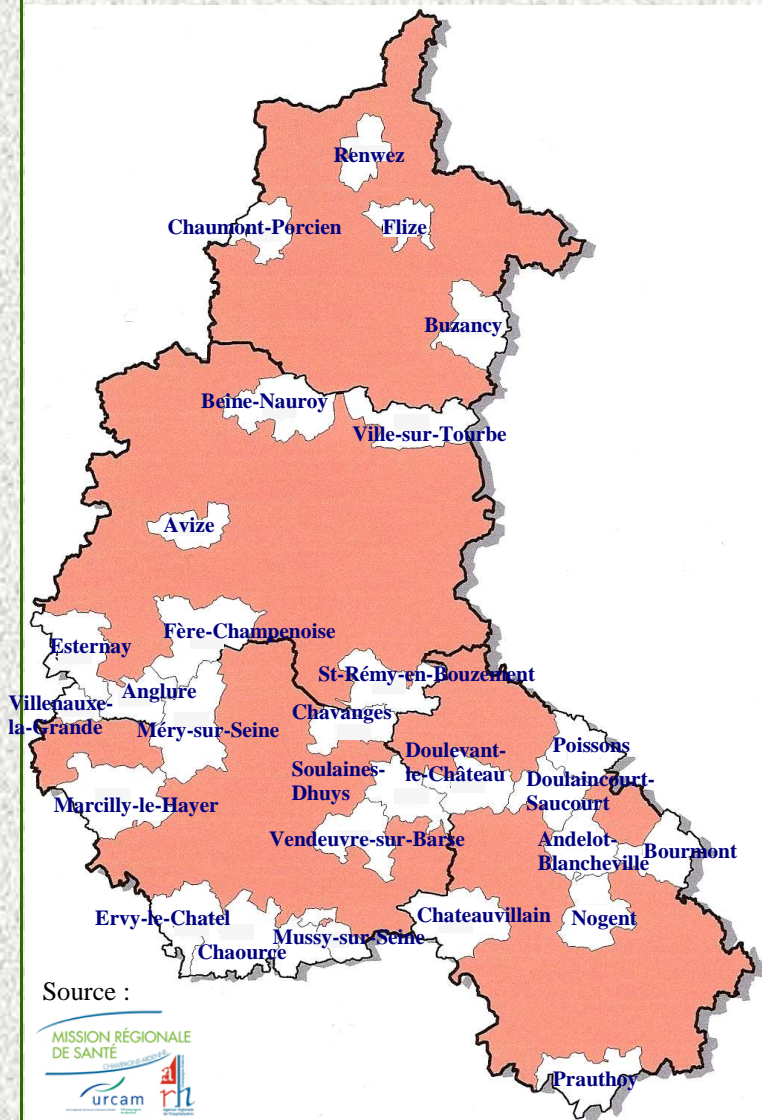
En Ile-de-France, de fortes disparités étaient constatées : Paris (2,90 %) et les Hauts-de-Seine (3,40 %) où la prévalence est faible s'opposaient à la Seine-Saint-Denis (5,10 %) et au Val-d'Oise (4,50 %).



INFORMANTE



## Cantons déficitaires en matière d'offre de soins en Champagne-Ardenne



Cantons retenus dans le cadre de la détermination des zones déficitaires en matière d'offre de soins en vue de l'attribution des aides à l'installation des médecins généralistes.



Tél : 06 14 48 07 19  
 Messagerie : afd.troyes@hotmail.fr  
 Site : www.afdtroyes.fr

Maison des Sociétés  
 21, avenue du Mal Lederc  
 10120 St-André-les-Vergers

## FRAUDES : La sécu a économisé 132 000 000 €

La Sécurité sociale a détecté 160 millions d'euros de fautes, abus ou fraudes en 2008. Sur cette somme, 132 millions d'euros ont été effectivement économisés (après récupération des sommes indues), d'après les calculs de la Caisse nationale d'assurance-maladie (CNAM).

D'où viennent ces économies ? De divers contrôles thématiques à l'initiative des caisses locales (à hauteur de 60 millions d'euros), redressement de facturations d'établissements (32,6 millions d'euros), mise sous accord préalable de prescripteurs excessifs d'arrêts de travail (13,3 millions), contrôles d'actes de chirurgie esthétique (10,8 millions), rectification de facturations en maison de retraite (4,5 millions) et contrôles auprès des transporteurs sanitaires (4,5 millions).



En 2008, selon la CNAM, les prescriptions de 450 médecins libéraux (contre 120 en 2007) ont été mises sous accord préalable et 41 établissements publics ou privés de médecine, chirurgie, obstétrique (sur les 458 établissements MCO contrôlés) ont fait l'objet d'une procédure de sanctions financières par l'Agence régionale de l'hospitalisation.

Depuis 2005, la CNAM dit avoir économisé 358 millions d'euros.

En 2009, l'Assurance-maladie espère dégager 150 millions d'euros supplémentaires en focalisant son attention sur les mêmes thèmes de contrôles et en y ajoutant de nouveaux, comme l'hospitalisation à domicile (HAD), les pensions d'invalidité ou rentes d'accidents du travail, les facturations des pharmacies...



Tél-Répondeur : 03 25 03 91 46  
 Messagerie : ahmd52@neuf.fr

Résidence du Parc  
 62, place Aristide Briand  
 52000 Chaumont

## LA VIE DE L'A.D.A.

### 1 – L'Assemblée générale de l'A.D.A.

En application de la réglementation elle doit se réunir dans les six mois qui suivent la clôture de l'exercice comptable. Or, en 2007 et en 2008 elle a eu lieu respectivement le 29/09/07 et le 27/09/08 soit neuf mois après cette clôture au lieu de six. C'est pourquoi, sur proposition du président, le Conseil d'administration a pris la décision de satisfaire à cette exigence en 2009, au cours de sa réunion du 14/02/09 il a fixé la date de la prochaine assemblée générale au :

**Samedi 18 avril 2009 à l'Hôtel de ville de Mézières.**

Une convocation sera adressée à chaque adhérent comme d'habitude. Venez très nombreux.

### 2 – L'élection du tiers sortant :

L'article 5 des statuts stipule que : « Le mandat des membres du Conseil d'administration est d'une durée de trois années. Ils sont renouvelables par tiers tous les ans..... . Les deux premières années les membres sortants sont désignés par tirage au sort. »

En conformité avec cette disposition statutaire, au cours de sa réunion précitée le Conseil d'administration a décidé que le tirage au sort porterait sur quatre postes (11/3 = 3,67) d'administrateurs. Il a donné les résultats suivants : Mme Thiry, M. De Cat, M. Bonneville, M. Cuperlier. Ces quatre administrateurs devront solliciter vos suffrages à la prochaine assemblée générale s'ils désirent poursuivre leur mandat.

### 3 – Le point sur les déchets de soins à risques infectieux (DASRI) :

Les responsables de l'A.D.A. sont régulièrement saisis de ce problème. C'est pourquoi, ils ont décidé de faire le point sur les discussions en cours.

Les sénateurs ont adopté un texte qui arrête le dispositif de collecte spécifique à mettre en place en l'absence de tout moyen de collecte de proximité. Toutefois, ce texte prévoit que les conditions de la collecte et de la destruction des déchets ainsi que les modalités de financement et les sanctions seront fixées par décret.

Beaucoup de points ne sont donc pas encore définitivement adoptés. C'est pourquoi, les discussions se poursuivent activement au niveau national entre les différents acteurs. Selon l'Association Française des Diabétiques des discussions auront également lieu au niveau régional et peut être au niveau départemental.

Pour l'instant il est prématuré de tirer des conclusions définitives puisque certaines décisions ne sont pas encore prises. Cela n'empêche pas d'être très vigilant et de veiller, en particulier, à ce que les intérêts des patients diabétiques ne soient pas lésés.



## menu

### Préparation

1- Préparez vos ingrédients.



2- Epluchez et coupez les pommes en lamelles.



3- Dans un cul de poule, mettez la farine, l'édulcorant, la levure, le sucre vanillé et le sel. Ajoutez les oeufs.



4- Puis ajoutez l'eau de vie.



5- Mélangez bien le tout en évitant les grumeaux.



6- Puis ajoutez l'eau tiède, mélangez de nouveau afin d'obtenir une pâte lisse.



7- Huilez une grande poêle en prenant soin de ne pas oublier les bords.



8- Faites revenir les lamelles de pommes dans la poêle jusqu'à ce qu'elles obtiennent une belle couleur dorée.



9- Puis ajoutez la pâte et couvrez-en bien les pommes. Faites cuire cette grosse omelette jusqu'à ce que la pâte soit dorée.



10- Débarrassez en retournant le matafan sur une grande assiette. Saupoudrez d'une peu de cannelle. Voilà c'est prêt !



# Matafan aux pommes

Pour quatre personnes

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

## Ingrédients :

- × 4 pommes
- × 125 g de farine
- × 2 œufs
- × 4 cuillères à soupe d'édulcorant
- × 2 cuillères à soupe d'eau de vie de fruits
- × 1 sachet de sucre vanillé
- × 1 sachet de levure
- × 10 cl d'eau tiède
- × cannelle
- × 1 pincée de sel
- × 2 cuillères à soupe d'huile



Nathalie Barbier  
Cuisine AZ



N'hésitez pas à nous communiquer toutes les informations qui vous paraîtront utiles sur ce sujet. Vous pouvez nous contacter par téléphone au n° **09 65 16 79 95** ou nous écrire à l'adresse suivante : **A.D.A. BP 421 08107 Charleville-Mézières** ou encore nous saisir par Internet à l'adresse suivante : **asso.ada08@orange.fr**.

### 4 – Les résultats obtenus par l'A.D.A.

Les actions entreprises, quelquefois engagées depuis longtemps, ont permis d'obtenir les principaux résultats suivants :

- ♦ Les nouveaux statuts ont été acceptés par la préfecture et la dénomination Association des Diabétiques Ardennais (A.D.A.) est reconnue officiellement.
- ♦ En 2009 l'assemblée générale aura lieu pour la première fois depuis très longtemps dans le délai de six mois qui suit la clôture de l'exercice comptable soit le 18/04/09.
- ♦ L'A.D.A. est inscrite au répertoire des entreprises et des établissements (N° SIRET, N° SIREN et code APE).
- ♦ Les trois résultats obtenus ci-dessus permettent d'affirmer qu'à compter du 18 avril prochain l'A.D.A. sera en tous points en conformité avec la réglementation au plan de sa dénomination, de ses statuts et de son fonctionnement, etc.
- ♦ Les adhérents reçoivent régulièrement la revue **Glucolignes** (4 numéros par an).
- ♦ La CPAM a attribué une subvention de 2 519 € à l'AD.A. en 2008.

Cette subvention a permis entre autres de faire imprimer des affiches et des cartes de visite pour faire mieux connaître l'Association. Vous pouvez nous en demander en prenant contact avec l'A.D.A. comme indiqué ci-dessus à la fin du paragraphe 3.

Le Président de l'A.D.A.  
R. BONNEVIALE

Affiche réalisée grâce à la subvention octroyée par la CPAM



### Exposés aux complications

Renaud Alberny  
Delphine Dorier

**Les complications sont un risque réel pour les personnes atteintes de diabète. Un bon suivi de la maladie, une alimentation variée et des activités physiques régulières sont les remèdes souverains pour s'en prémunir. Si, la grande majorité des diabétiques échappe aux problèmes cardio-vasculaires, à la rétinopathie, à la neuropathie... encore trop nombreux sont ceux qui doivent y faire face.**

Les multiples complications liées au diabète sont largement connues. Infarctus, cécité, amputation... sont des risques bien identifiés. Il y a des chiffres, des pourcentages, des statistiques. C'est indiscutable. Théorique. Un rien abstrait. Et l'on a du mal à se sentir directement concerné, jusqu'au jour où... Jean raconte : «En 2004, j'ai de nouveau été hospitalisé en urgence. Là, j'ai subi un triple pontage». Où Anne dit : «Ma rétinopathie a été détectée en 1992. un an plus tard, j'avais totalement perdu la vue». Où Charles confie : «En décembre 2004, juste après les fêtes de Noël, j'ai été amputé. Je m'en souviens bien».

### Jean, Anne, Charles et les autres

Chacun sa complication, chacun son parcours, chacun son histoire. Jean avait 35 ans lorsque son diabète de type 1, insulino-dépendant, s'est déclaré. Dix-huit ans plus tard, il a découvert, tout sportif qu'il était, d'importantes complications cardio-vasculaires. «Un jour, en 1993, durant un footing, j'ai eu mal à la mâchoire. La douleur s'arrêtait lorsque je m'arrêtai. Elle reprenait, lorsque je me remettai à courir. Je suis rentré chez moi. Je n'avais pas mal à la mâchoire. Je ne savais pas que la douleur à la mâchoire pouvait être un signe d'infarctus». Premier infarctus. Première opération - une dilatation de l'artère -. Nouvelle opération six mois plus tard. Puis une dizaine d'années de tranquillité jusqu'en 2004 et un triple pontage. Anne est diabétique de type 1, insulino-dépendante depuis l'âge de 5 ans et demi. Elle avait 28 ans lorsque sa rétinopathie a été détectée. Vingt-neuf, lorsqu'elle est devenue aveugle. «A l'époque, en 1993, je travaillais dans

une officine pharmaceutique. Je constatais bien que ma vue baissait. Mais, en même temps, je travaillais beaucoup, je faisais des projets. Je n'avais pas conscience de la gravité de la situation. Me retrouver dans une cécité totale a été un gros choc. C'est une telle catastrophe, c'est un virage d'une telle brutalité...» Charles est diabétique insulino-dépendant depuis l'âge de 25 ans. Il en avait 46, lorsqu'il a été amputé. «Je faisais du sport. Je travaillais énormément. J'allais de réunion en réunion. Je marchais beaucoup. Il n'y avait pas de soucis. Tout d'un coup, du jour au lendemain, mon pied s'est mis à gonfler comme un fruit mûr. A gonfler au point d'éclater. J'ai essayé de le soigner avec les moyens du bord. J'ai été négligent. J'ai laissé passer des mois. Un jour, j'ai senti que ça ne pouvait plus durer. Je suis allé à l'hôpital Saint-Louis. Les médecins m'ont coupé tous les doigts du pied droit pour éviter que la jambe ne se gangrène».

### Sources de complications

Dix-huit ans, vingt ans, vingt-trois ans de diabète au compteur et soudain, les complications vous tombent dessus, sans que rien ne les laisse vraiment présager. «En 1993, lorsque j'ai été opéré pour la première fois, mon diabète était équilibré. J'étais passé à 4 injections par jour, témoigne Jean. Les dégâts avaient été causés auparavant, lorsqu'on n'avait pas encore de lecteurs de glycémie. Le généraliste qui me suivait était loin de se douter que j'avais des complications cardio-vasculaires, parce que, justement, j'étais très actif». Longtemps silencieuses, les complications se trouvent souvent diagnostiquées trop tard. «Ma rétinopathie a

été décelée avec un gros retard. Pourtant, j'étais suivie pour un généraliste, un diabétologue, un ophtalmologue. Disons que celui-ci n'a pas été assez vigilant...» affirme Anne.

«Ma neuropathie a été détectée au dernier moment. Il était bien trop tard» appuie Charles tout en reconnaissant que «cette complication est survenue parce que j'ai fait l'école buissonnière avec mon diabète. Pourtant, je ne peux pas dire que je n'ai pas été alerté. Depuis l'âge de 25 ans, je savais ce qu'il pouvait m'arriver». Malheureusement, être averti des risques encourus ne suffit pas à s'en prémunir. «Je connaissais les diverses complications liées au diabète, mais sans entrer dans le détail de leurs conséquences. Pourtant, je travaillais dans le domaine médical. Jamais je n'aurai cru que cela puisse m'arriver. J'étais prévenue, mais je m'y refusais» explique Anne avant d'ajouter : «Ma cécité est le résultat, autant d'une certaine négligence médicale, que de moi-même. Durant certaines périodes, je n'acceptais mon diabète et je n'étais pas une patiente très observante». De son côté, Jean résume : «Il est vrai que je n'ai pas été toujours très rigoureux dans le suivi de mon diabète. Pourtant, j'étais alors président de l'AFD. Je disais ce qu'il fallait faire, mais je ne faisais pas toujours ce qu'il fallait. Il est très difficile de se montrer totalement rigoureux. Ou alors, on ne vit plus. Moi, je voulais vivre».

### Vivre avec

Il ne faut pas se cacher derrière son petit doigt. Quand on est obligé de toujours contrôler sa glycémie, d'être astreint à un traitement quotidien, d'être en permanence diététiquement correct... Parfois, on veut oublier sa maladie, son insuline, son régime... Etre comme tout le monde, insouciant. Qui, à un moment où à un autre n'en aurait pas marre ? Un être humain, parfois se relâche, voire craque. «C'est pour cela que les diabétologues sont là» estime Jean. «Pour nous rappeler à l'ordre».

Le diabétique devrait être un patient exemplaire, une machine à surveiller l'insuline ? Une

créature qui jamais ne céderait à ses envies ? Or, pour bien vivre avec le diabète, il faut sans doute assumer la maladie et donc le traitement, mais aussi jouir des plaisirs de la vie et retrouver un sentiment de liberté.

Chacun, avec ses ressources, doit trouver le moyen de faire face. Jean, qui connaît encore des soucis avec des artérites et risque une nouvelle opération confie : «Je porte maintenant un Sten. Cela dit, je vis tout à fait normalement. Je fais du vélo. Deux heures de route, une ou deux fois par semaine et puis, je marche. Hier, j'ai fait une randonnée de 13 km». De son côté, Charles ne veut absolument pas se faire plaindre. «J'ai recommencé à travailler, c'est primordial. Je n'ai pas demandé d'aménagement de poste, ni de carte d'handicapé. Je ne me suis pas trop étendu au sujet de mon absence d'un an et demi. Dans le monde du travail, si vous voulez être performant et rester sur la crête de la vague, il ne faut pas montrer le moindre signe de faiblesse». Anne a également repris le travail et, surtout, a eu 2 enfants. «Ma grossesse a été fabuleuse, très bien suivie, très bien équilibrée. J'ai fait de beaux bébés. Désormais, séparée de leur père, j'en ai la



garde. Je les élève seule, sans souci. Je me débrouille. Même avec le diabète, même avec la cécité, la vie continue. Tout ne s'écroule pas. On continue à faire des projets. Des projets personnels. Des projets professionnels. Des projets de vie, tout simplement ». Alors oui : en se battant, en s'appuyant sur son entourage, on peut vivre avec des complications. Mais, ce n'est surtout pas une raison pour ne pas chercher à s'en prémunir.