



“Bien prendre ses médicaments”

Durée : Une demi-journée

⚠ Important :

Cet atelier n'est accessible qu'**après les 3 demi-journées du socle fondamental**.

👉 C'est la suite logique pour passer de la théorie à une prise en charge concrète et efficace de votre traitement.

👤 Atelier animé avec le Dr Christine Clavel, Anne-Marie Salandini et Laura Brescon

🎯 Pourquoi participer à cet atelier ?

Vous prenez un traitement pour votre diabète ?

Alors cet atelier est **indispensable** pour vous aider à :

- ✓ **Mieux comprendre votre ordonnance**
- ✓ **Prendre vos médicaments de façon efficace et régulière**
- ✓ **Éviter les erreurs fréquentes (dosage, oubli, confusion...)**
- ✓ **Gagner en autonomie et en sérénité au quotidien**

💬 Un temps d'échange est prévu pour partager vos astuces et poser toutes vos questions.

Ce que vous allez apprendre

Comprendre votre ordonnance

Pour chaque médicament, vous saurez identifier :

- La **dose prescrite**
- Le **nombre de prises par jour**
- Le **bon moment pour le prendre**
- Le **mode d'administration** (comprimé ou injection)
- La **durée du traitement** et les renouvellements
- La mention **ALD (Affection Longue Durée)** = prise en charge à 100 %

Diabète et médicaments : l'essentiel

Le diabète est une maladie chronique.

👉 Quand l'alimentation et l'activité physique ne suffisent plus, les médicaments deviennent nécessaires.

Ils peuvent être :

- **Oral (comprimés)**
- **Injectable (insuline, autres traitements)**

⚠️ Chaque traitement est **personnalisé** : il doit être bien compris pour être efficace.

L'importance de la régularité

Un traitement ne fonctionne **que s'il est bien pris** !

- ✓ Éviter les oublis
- ✓ Respecter les horaires
- ✓ Anticiper les vacances et week-ends

💡 Astuces pratiques :

- Alarmes sur téléphone
- Tableau de suivi
- Aide de votre pharmacien

⚠ Éviter les erreurs

Vous apprendrez à :

- Distinguer les médicaments du diabète des autres traitements (cholestérol, cœur...)
- Éviter les confusions de comprimés ou de doses

📁 Outils utilisés pendant l'atelier :

- Ordonnance factice avec mention ALD
- Pilulier (journalier ou semainier)

🚑 Effets secondaires : quoi faire ?

Certains traitements peuvent entraîner des effets indésirables.

👉 Le bon réflexe :

Ne jamais arrêter seul son traitement

➡ Toujours en parler à son médecin pour l'adapter

🚀 Le message clé

👉 **Votre traitement est efficace... uniquement si vous le prenez correctement !**

📌 Comment participer ?

1 Commencez par les 3 demi-journées du socle fondamental

2 Puis accédez à cet atelier pratique et essentiel

💡 C'est le parcours complet pour mieux comprendre votre diabète et devenir acteur de votre santé.

👉 **Inscrivez-vous dès maintenant au socle fondamental** pour accéder ensuite à cet atelier et sécuriser votre traitement !