





JE PEUX LE FAIRE

À TOUT MOMENT ET PARTOUT^{1,2}

Diabète? Taux de sucre? FreeStyle Libre!
Mesurer, lire, partager. C'est si facile.



Facile à mesurer :

Les données sur le glucose à la minute près sont obtenues grâce à un scan de 1 seconde. **A tout moment.**



Facile à lire :

Les données sur le glucose sont visibles à tout moment grâce à l'application gratuite FreeStyle LibreLink App¹⁻³. **Partout.**



Facile à partager :

Partagez les données sur le glucose à volonté², par exemple avec vos proches, votre environnement, votre cabinet. **Numérique.**



FreeStyle
Libre



Rendez-vous sur
www.FreeStyleLibre.ch



life. to the fullest.®

Abbott

1. L'application FreeStyle LibreLink n'est compatible qu'avec certains appareils mobiles et systèmes d'exploitation. Veuillez consulter le site web www.FreeStyleLibre.ch sous la rubrique «Check la comptabilité de mon mobile» pour vérifier la compatibilité des appareils avant d'utiliser l'application. 2. Une connexion Internet est nécessaire pour transférer des données entre FreeStyle LibreLink, LibreLinkUp et LibreView. 3. L'utilisation de FreeStyle LibreLink et LibreLinkUp requiert un enregistrement auprès de LibreView, un service d'Abbott et de Newyu Inc. 4. Toutes les illustrations présentées sont des photos d'agence prises avec des modèles.

FreeStyle, Libre, et les marques apparentées sont des marques d'Abbott. Les autres marques sont la propriété des fabricants respectifs.

SAVE THE DATE

25^{ème} Journée

Romande du Diabète

SAMEDI 13 NOVEMBRE 2021

PALEXPO-GENÈVE



Pierre-François Unger



Dr François Jornayvaz

DIABÈTE : UNE PANDÉMIE MASQUÉE PAR UNE AUTRE

Alors que nous vivons une période particulière, rythmée par les chiffres d'une pandémie que nous n'imaginions pas si longue et difficile, une autre, silencieuse, continue de creuser son sillon : dans le monde, près d'une personne sur dix vit aujourd'hui avec le diabète. En 2019, le diabète était déjà à l'origine d'un décès toutes les 8 secondes. Ces chiffres éloquentes sont ceux d'une pandémie dont on sous-estime trop souvent l'importance. Les inquiétudes liées à l'épreuve de santé publique que nous traversons tous avec le Covid-19 ne devraient pas nous faire oublier le diabète, et encore moins nous faire perdre le lien avec le corps médical. Nous avons tous un rôle à jouer, patients et médecins, pour inverser la tendance.

Chères lectrices, chers lecteurs, ne faites pas l'impasse sur votre suivi médical, il est primordial. D'autant plus qu'au cours des derniers mois, vous avez peut-être adapté votre rythme de vie aux restrictions sanitaires, et cela peut avoir une incidence sur votre traitement. Consulter et faire le point avec son médecin, c'est aussi éviter les complications.

Par ailleurs, c'est dans cette préoccupation d'être au plus près des besoins des patients que la Fondation a décidé d'apporter cette année son soutien à des projets de recherche clinique. L'appel à projets pour le Prix de la Fondation 2021 est lancé auprès de jeunes chercheurs ici, en Suisse romande. Cette année, le comité de Fondation a choisi d'orienter ce prix vers des projets de recherche avec une perspective clinique, donc orientés patients. A l'heure où vous recevez cette newsletter, les dossiers de candidatures continuent d'arriver à la Fondation. Ils seront transmis dans les prochains jours au comité scientifique indépendant chargé de les analyser et d'établir ses recommandations. Lors de sa prochaine séance, le comité de Fondation décidera du ou des lauréats du Prix de la Fondation 2021. C'est grâce à vos dons que, chaque année, la Fondation est en mesure d'aider la recherche sur le diabète. L'équipe de la Fondation vous remercie chaleureusement, vous souhaite le plus bel été possible et espère vous retrouver le 13 novembre 2021 lors de la Journée Romande du Diabète.

M. Pierre-François Unger

Président de la Fondation pour la Recherche sur le Diabète

et **Dr. François Jornayvaz | HUG**

Membre du Comité Scientifique de la Fondation

pour la Recherche sur le Diabète | Médecin adjoint agrégé |

Responsable de l'unité de diabétologie | Service d'endocrinologie, diabétologie, nutrition et éducation thérapeutique du patient



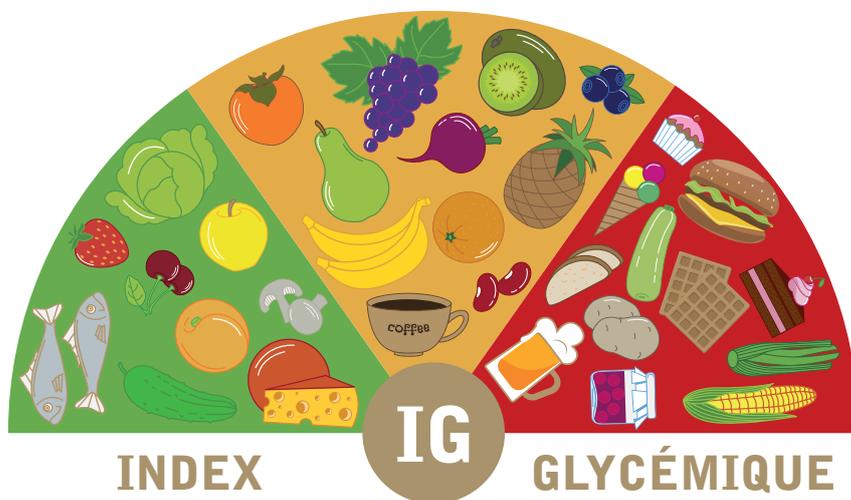
Dr. Thomas Wyss

Index glycémique, charge glycémique, maladie cardiovasculaire et mortalité.

Une étude intéressante est parue dans le *New England Journal of Medicine** récemment. Publiée par le Dr Jenkins et ses collaborateurs de Toronto, cette étude analyse le risque cardiovasculaire en fonction de l'alimentation et de son index glycémique.

Ce dernier caractérise le pouvoir de faire monter le sucre dans le sang après l'ingestion d'un aliment. L'index glycémique maximum de 100 est déterminé par l'ingestion de glucose pur. Plus le glucose est mêlé à des fibres et à des graisses, plus son index sera bas. Cela signifie que le glucose mettra plus de temps pour être digéré et passer dans le sang. Dans une situation d'hypoglycémie, la personne devra la corriger par un sucre rapide donc à index glycémique élevé.

Cette étude, menée sur près de 10 ans, a suivi 130'000 sujets, non diabétiques, avec des niveaux de vie variés (élevé, moyen et bas) provenant de 20 pays, répartis sur les cinq continents. Ces pays comprenaient 4 pays à revenu élevé (Canada, Suède, Arabie Saoudite, et les Émirats arabes unis), 11 pays à revenu intermédiaire (Argentine, Brésil, Chili, Chine, Colombie, Iran, Malaisie, territoires palestiniens, Pologne, Afrique du Sud et Turquie), et 5 pays à faible revenu (Bangladesh, Inde, Pakistan, Tanzanie et Zimbabwe).



L'analyse stricte de l'alimentation de chacun a permis d'identifier, parmi les différentes populations, la consommation d'aliments avec leur index glycémique. La quantité d'hydrates de carbone ingérée a également été évaluée.

Après diverses corrections statistiques, l'étude a mis en évidence que l'index glycémique élevé des aliments avait une influence importante sur les accidents cardiovasculaires et sur les décès, et que la quantité d'aliments consommée jouait tout autant un rôle néfaste.

La conclusion que l'on peut tirer de cette étude est que même dans une population non diabétique, la variabilité glycémique par une montée post-prandiale rapide, générée par des aliments à index glycémique élevé, entraîne des lésions vasculaires.

Il paraît donc important de rappeler qu'une alimentation composée de beaucoup de fibres permet de réduire l'index glycémique de la prise alimentaire ainsi que d'en réduire les quantités. Pensons-y lorsque nous préparons nos repas !

* The New England Journal of Medicine, April 8, 2021



Sylvie van Berchem | nouvelle membre du Conseil de Fondation

Le Conseil de Fondation s'agrandit ! Rencontre avec sa nouvelle membre, Sylvie van Berchem.

Parlez-nous de vous : Qui êtes-vous ? Quelles sont vos passions ?

C'est toujours un exercice difficile de parler de soi. Enfant j'ai vécu au Kenya et au Pérou avec ma famille. Mon père était botaniste et zoologiste et nous a sensibilisés, mes sœurs et moi, à l'écologie et à la beauté de la nature depuis notre tendre enfance. Je pense que cela m'a poussée à me lancer dans mes études de biologie à Lausanne, où j'ai terminé avec un master en neurobiologie. J'ai ensuite travaillé quelques années dans le secteur des essais-cliniques. J'ai arrêté pour fonder ma famille et aider à gérer le domaine agricole de ma belle-famille.

Vous rejoignez aujourd'hui le conseil de la Fondation pour la Recherche sur le Diabète, quelles ont été vos motivations à vous investir dans cette cause ?

J'ai toujours besoin de m'investir. J'ai fait de la politique communale pendant 12 ans, participé à la Commission de la biodiversité du canton de Genève pendant 16 ans, et j'ai siégé dans des fondations caritatives chaque fois pendant plus d'une dizaine d'années. Lorsque la Fondation pour la Recherche sur le Diabète

m'a demandé de les rejoindre, j'en ai été très honorée mais aussi heureuse, car je savais que je pourrais utiliser mes qualités d'organisatrice d'événements et ma formation de scientifique pour aider cette fondation dans sa mission de promouvoir la recherche et d'informer le public des avancées en la matière.

Vous suivez d'ores et déjà le sujet de près, quel est votre regard sur la maladie aujourd'hui ?

Il est vrai que depuis que je m'intéresse à ce sujet, je saisis encore plus sa complexité et je mesure l'effort que font les chercheurs pour apporter de l'espoir aux personnes, toujours plus nombreuses et plus jeunes, atteintes de cette maladie. J'avoue que je ne me rendais pas compte de l'importance de cette pathologie, dont on devrait parler autant, si ce n'est plus, que du Covid ! Heureusement que je suis entourée au sein de la Fondation par des professionnels qui m'aideront à me documenter sur ces deux affections que sont le diabète de type 1 et de type 2.

Dernièrement, grâce à l'une de mes filles, j'ai découvert le domaine de la Foodtech et, par la même occasion, les questions liées au microbiote. J'ai constaté qu'il existe un nombre incroyable d'entreprises qui touchent au domaine de la "nourriture-santé" et qui proposent des solutions pour lutter contre l'obésité, les problèmes cardiovasculaires et le diabète. Cela m'a beaucoup intriguée, et j'ai donc décidé de me plonger dans cette littérature pour en faire un court article pour la newsletter de la Fondation.

LE COMITÉ DE FONDATION 2021

- M. Pierre-François Unger**, Président
- Mme Catherine Fauchier-Magnan**, Vice-Présidente
- M. Keith Fiander**, Membre du Comité et Trésorier
- M. Benedict Fontanet**, Membre du Comité
- M. le Docteur François Jornayvaz**,
Membre du Comité Scientifique
- M. Michel Rossetti**, Membre du Comité
- Mme Sylvie van Berchem**, Membre du Comité
- M. le Docteur Thomas Wyss**,
Membre du Comité Scientifique
- Mme Victoria Chmielewski**, Directrice

RÉELLEMENT* EN CONTINU

dexcom

L'ÉVÉNEMENT EN LIGNE

Nous aimerions offrir aux personnes atteintes de diabète la possibilité d'écouter des conférences exclusives données par des experts et de s'informer sur différents thèmes liés au diabète en français.



* DEXCOM G6 – LA MESURE CONTINUE
DU GLUCOSE INTERSTITIEL EN TEMPS RÉEL (CGM)

D»TALK LES SUJETS EN UN COUP D'ŒIL

BIENTÔT FR RÉELLEMENT INTEROPÉRABLE –
Dexcom G6 et la pompe partenaire Ypsomed

BIENTÔT FR RÉELLEMENT INTEROPÉRABLE –
Dexcom G6 et la pompe partenaire Roche (Diabeloop)



Pour plus d'informations et vous inscrire :
www.dexcom-community.de/CH-D-TALK

Dexcom, Dexcom G6, Dexcom Follow, Dexcom Share et Dexcom CLARITY sont des marques déposées de Dexcom, Inc. aux États-Unis et peuvent être déposées dans d'autres pays. © 2021 Dexcom Inc. Tous droits réservés. | www.dexcom.com | +1.858.200.0200 | Dexcom, Inc. 6340 Sequence Drive San Diego, CA 92121 USA | MDSS GmbH, Schiffgraben 41, 30175 Hannover, Germany | Dexcom International Switzerland = Dexcom International Limited, Nicosia, Zweigniederlassung Horw | LBL019970 Rev002

Dexcom International Switzerland | Allmendstr. 18 | 6048 Horw | www.dexcom.com | ch.events@dexcom.com | Dexcom Hotline: 0800 002 810

Pour vous simplifier la vie: Pompe mylife™ YpsoPump® avec intégration des données de MCG basée sur une application

**mylife™ Assist¹ – Intégration du système de mesure continue
du glucose (MCG) Dexcom G6:**

- Profitez d'une pompe à insuline petite, légère et intuitive².
- Importation et consultation des données de traitement en toute discrétion sur votre smartphone.
- Utilisation des données de MCG et d'insuline par le calculateur de bolus intégré à l'application mylife™ App.
- Réception d'alertes émises par l'application mylife™ App en cas de taux de glucose élevés ou bas.

S'inscrire ici pour les mises à jour: www.mylife-diabetescare.ch/loop

Clause de non-responsabilité: Dexcom et Dexcom G6 sont des marques déposées de Dexcom, Inc. aux États-Unis et/ou dans d'autres pays.

- ¹ mylife™ Assist: L'innovation décrite est actuellement en cours de développement. Les fonctionnalités et les performances des technologies futures peuvent varier. L'accès aux technologies futures dépend de l'approbation réglementaire.
- ² Publication scientifique des résultats de l'étude mylife™ YpsoPump® HomeUse: D. Waldenmaier, G. Freckmann et al., First User Experiences With a Novel Touchscreen-Based Insulin Pump System in Daily Life, 2018 JDST Journal of Diabetes Science and Technology, 1-7, doi: 10.1177/1932296818785386

Ypsomed AG // Marché suisse // Weissensteinstrasse 26 // 4503 Soleure //
info@ypsomed.ch // www.mylife-diabetescare.ch // Numéro gratuit: 0800 44 11 44



YPSOMED
SELF-CARE SOLUTIONS

La diversité du microbiote est aujourd'hui considérée comme l'un des facteurs liés à notre santé.

Par Sylvie van Berchem

Les microbiotes sont arrivés sur terre des millions d'années avant l'Homme. Ces bactéries, champignons, protozoaires et virus ont ensuite colonisé notre espèce et évolué avec elle. Ce processus est continu, ces micro-organismes sont en constante adaptation face à nos régimes, à nos médicaments, à notre système immunitaire. Certains sont devenus des symbiotes, c'est-à-dire qu'ils digèrent une partie de nos aliments (carbohydrates non digestibles), influencent le stockage de réserves lipidiques et glucidiques, nous apportent des éléments essentiels (vitamines B12 et K) et nous protègent des microbes pathogènes tout en façonnant notre système immunitaire.



Ces dix dernières années, les recherches sur le microbiote ont fait l'objet de nombreuses études grâce aux outils toujours plus performants de séquençage, mais aussi à l'intelligence artificielle.

Ces recherches ont permis d'établir des liens entre les données biométriques des patients, la diversité des micro-organismes qui les colonisent, et certaines maladies telles que le cancer, les allergies, la maladie de Parkinson, la maladie d'Alzheimer, les inflammations intestinales et rhumatoïdes, l'obésité ou encore le diabète. On parle de "signature du microbiote", qui mènerait à de nouvelles solutions thérapeutiques visant à traiter le microbiote plutôt que l'hôte.

Ces études montrent que notre origine, notre lieu de résidence mais aussi notre mode de vie, à travers l'alimentation, les médicaments pris ou la sédentarité, influencent notre flore intestinale et que celle-ci forme un écosystème très complexe et propre à chaque individu. Comprendre et équilibrer notre microbiote permettrait de réduire l'impact du diabète sur notre santé.

Nous savons depuis de nombreuses années que les enfants allaités ont un microbiote très riche en une bactérie appelée *Bifidobacterium longum subsp. infantis* (*B. infantis*). Cette bactérie qui aide l'enfant à digérer le lait maternel pendant les premiers mois de sa vie préviendrait également certaines inflammations. Une étude privée menée par une entreprise aux Etats-Unis* observe que les nouveau-nés des pays industrialisés semblent avoir un microbiote appauvri en *B. infantis*. L'entreprise s'est donnée pour objectif d'aider les nouveau-nés à renforcer leur microbiote avec cette bactérie en proposant des pré-biotiques à base de lait maternel ainsi que le probiotique en question. Si nous vous en parlons, c'est parce qu'elle a lancé une vaste étude, avec plusieurs centres de recherches en Europe et aux Etats-Unis, sur ce phénomène d'appauvrissement du microbiote des nouveau-nés en lien avec certaines maladies auto-immunes, comme le diabète de type 1. Dans ce cadre, une étude clinique débute ce printemps : elle suivra 1'144 enfants ayant une prédisposition génétique au diabète de type 1. La moitié du groupe recevra *B. infantis* EVC001 activé et l'autre un placebo. Les enfants seront suivis jusqu'à l'âge de 6 ans et demi avec des analyses régulières pour chercher les auto-anticorps associés au diabète de type 1. Une étude que nous suivrons avec attention.

* Evolve Biosystems

COMPTES 2020

De la recherche fondamentale
à l'essai clinique,
du matériel de laboratoire
au salaire de chercheur,
CHAQUE DON
contribue à l'essor d'un projet
qui peut sauver des vies.

Merci pour
votre soutien!

**SOUTENIR
LA FONDATION
C'EST AIDER
CONCRÈTEMENT
À VAINCRE LE DIABÈTE
AIDEZ LA RECHERCHE
À AIDER LES DIABÉTIQUES
CCP 12-144-1**



COMPTES 2020 BILAN ET COMPTE DE PERTES ET PROFITS

BILAN AU 31 DECEMBRE 2020

ACTIFS	2020 CHF	2019 CHF
--------	-------------	-------------

Actif circulant		
TOTAL DE L'ACTIF	1'447'432,24	1'402'203,24

PASSIF

Fonds étrangers	18'382,95	9'500
Fonds propres	1'429'049,29	1'392'703,24
TOTAL DU PASSIF	1'447'432,24	1'402'203,24

COMPTE DE PROFITS ET PERTES DE L'EXERCICE

PRODUITS	2020 CHF	2019 CHF
----------	-------------	-------------

Dons	182'822,00	190'078,00
Subsides de recherche (Prix de la Fondation)	(84'111,00)	(179'351,00)

CHARGES

TOTAL DES CHARGES	87'330,74	78'764,90
Résultat d'exploitation ordinaire	11'380,26	(68'037,90)

RÉSULTATS FINANCIERS

Total des produits financiers	31'959,50	95'793,72
Total des charges financières	6'993,71	23'145,23
Résultat financier	24'965,79	72'648,49

Journée Romande du diabète

Total des produits	0.00	43'880,00
Total des charges	0.00	41'062,10
Résultat de la Journée d'information	0.00	2'817,90

Autres événements (Challenge 42km avec le Diabète 2019)

Dons et recettes	0.00	21'492,06
Frais divers	0.00	(6'727,75)
Résultat autres événements	0.00	14'764,31

RÉSULTAT DE L'EXERCICE	36'346,05	22'192,80
-----------------------------------	------------------	------------------