

**« Ce que je voudrais faire et
ce que je ne fais pas »**

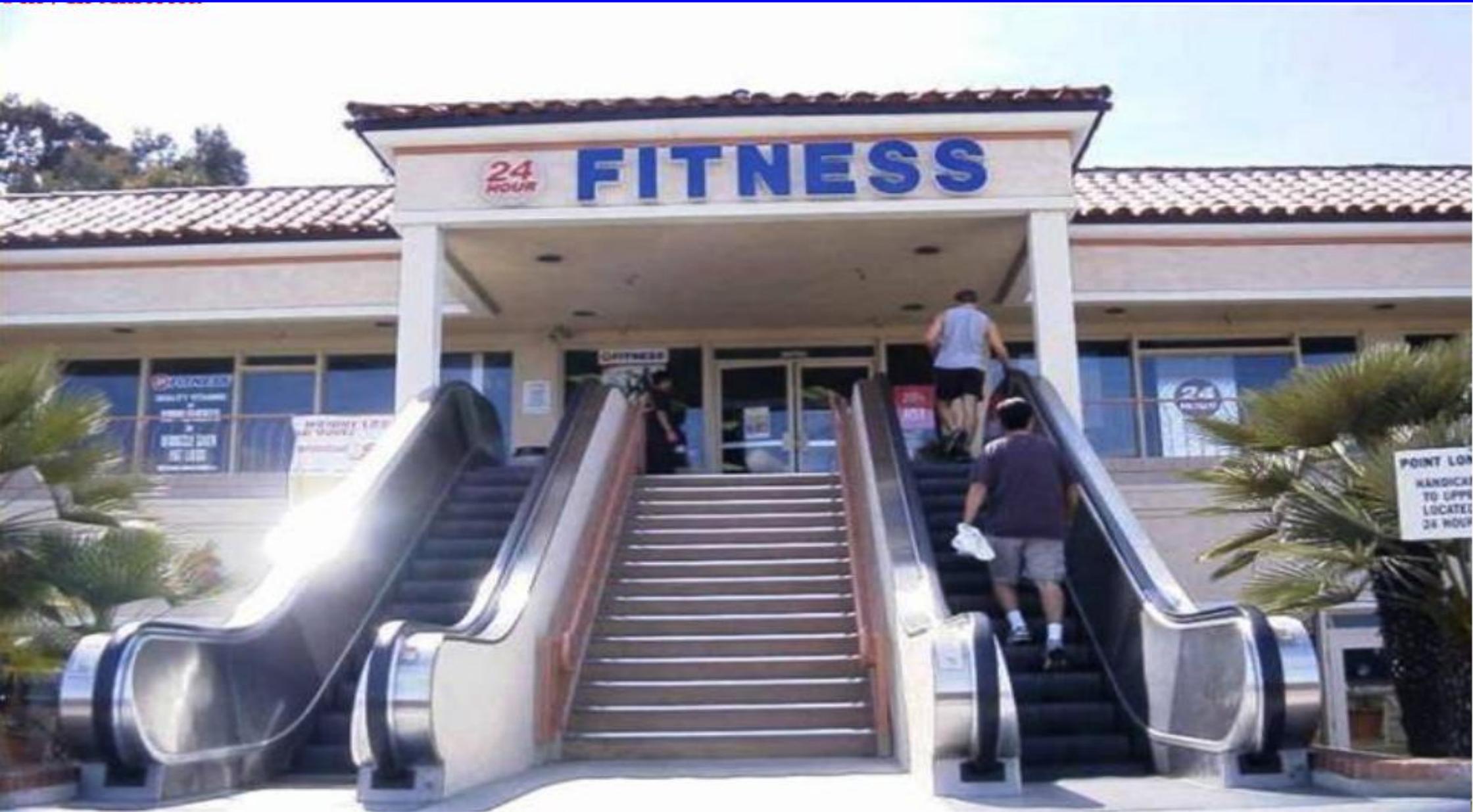
Prof. Alain Golay

**Service d'Enseignement Thérapeutique
pour Maladies Chroniques, diabète, obésité**

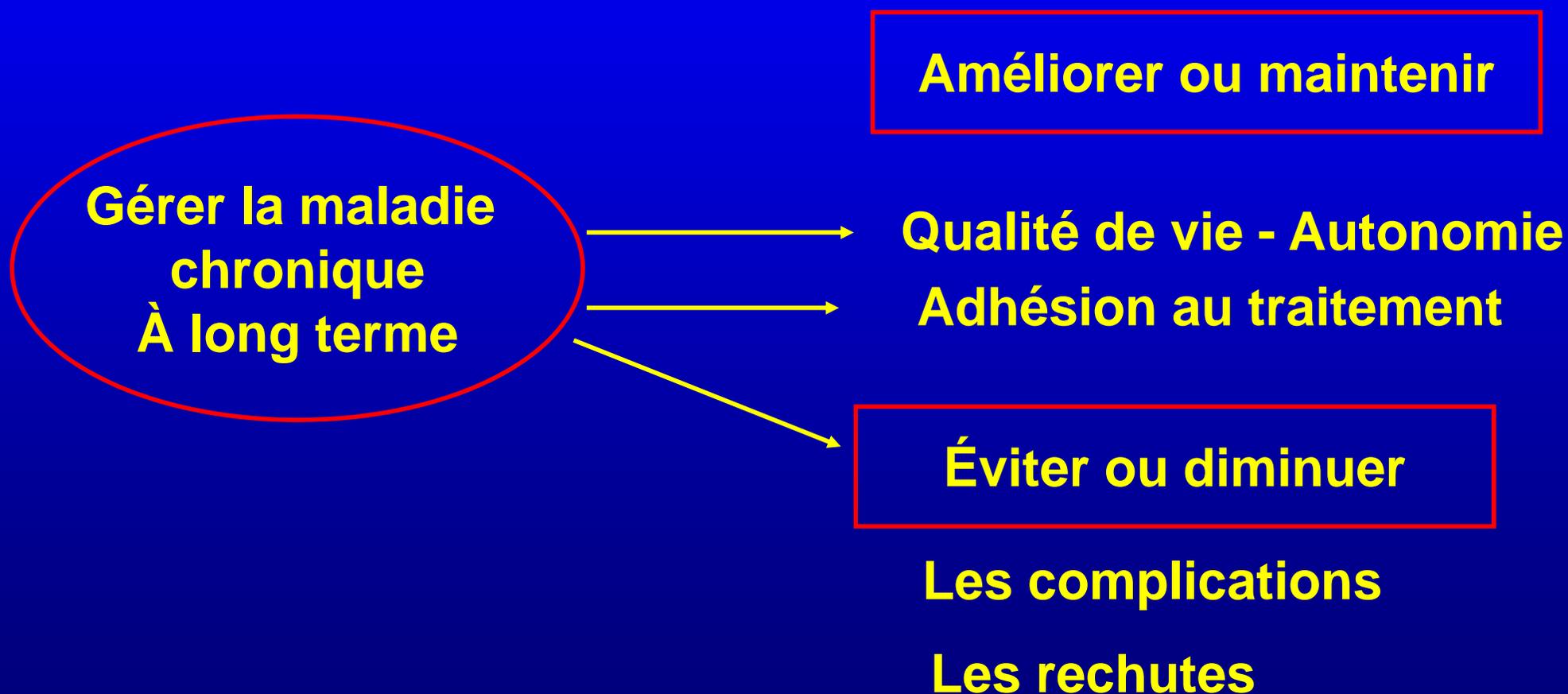
Hôpitaux Universitaires de Genève

www.setmc.hug-ge.ch

La divergence au quotidien !

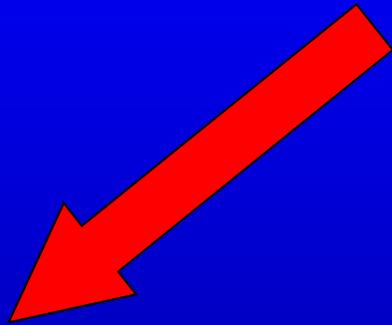


Finalité de l'Education Thérapeutique

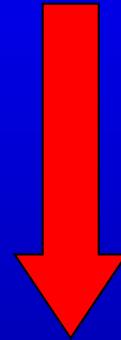


Les 3 tâches du soignant

COMPRENDRE



Maladie



Patient



Individu

De la communication à l'attitude

Communication

Relation

Attitude

Physique

Intellectuelle

Emotionnelle

Spirituelle

Acceptation

Respect

Confiance

Compassion

Empathie

Respect

Enthousiasme

Authenticité

Le soignant devrait regarder le patient avec les lunettes du patient



Besoins du patient

**Dimension
cognitive**

**Savoir
Comprendre**

**Dimension
émotionnelle**

ETRE

Écouté

Compris

Aidé

TENDRE L'OREILLE,

C'EST TENDRE LA MAIN.

Quelqu'un vous a-t-il écouté aujourd'hui?



FRANCOFON

L'ECOUTE, C'EST L'AFFAIRE DE TOUS.



Tél. 143. • La Main Tendue

Le soignant doit s'adapter au tempo du patient



Partager la décision

30

Minutes en
3 mois

129 600

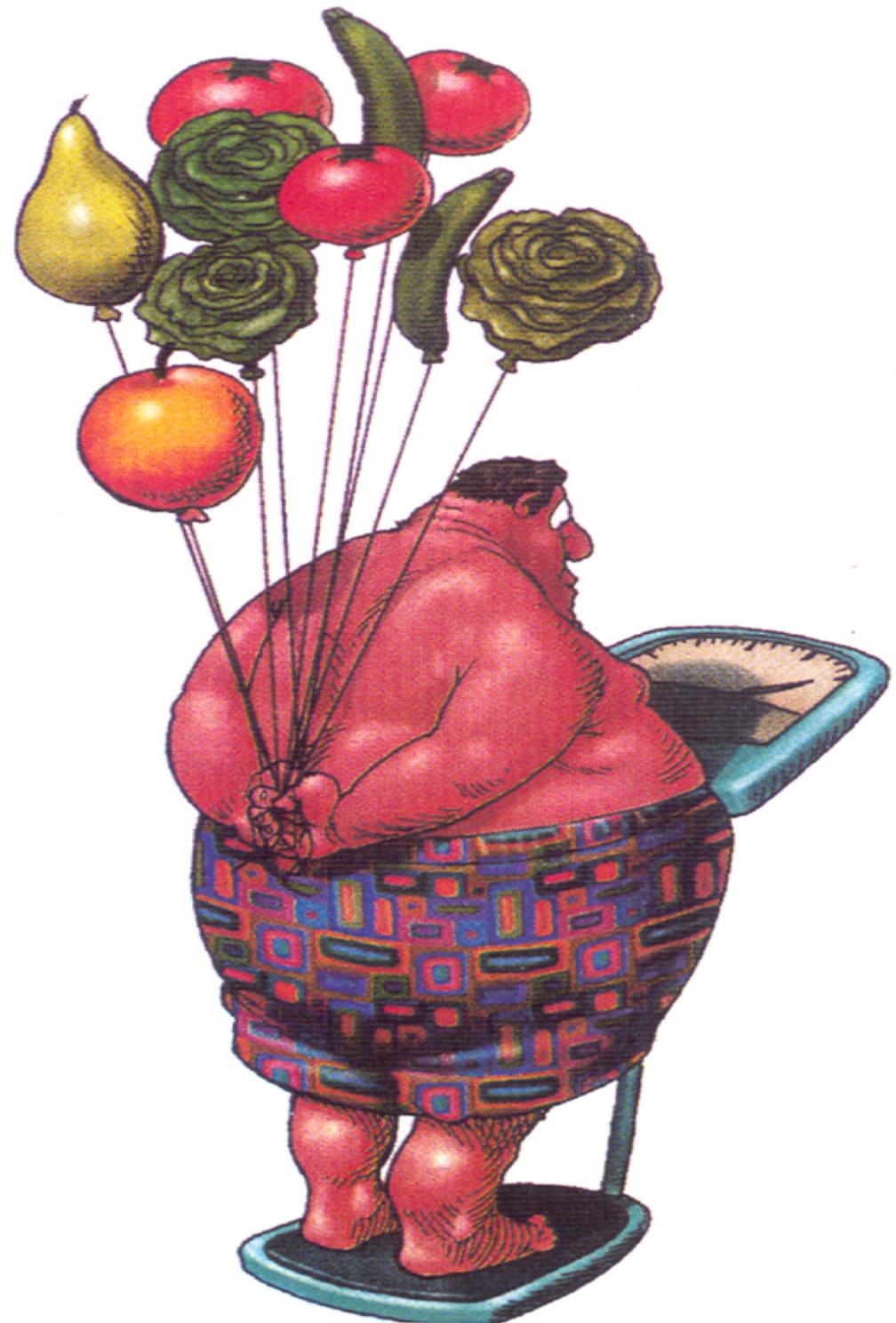
Consultation
médicale
0.02 %

Vécu du
patient
99.8 %

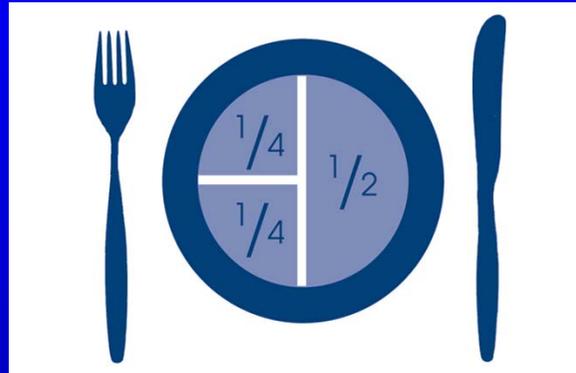


**Un patient
n'a jamais tort
ni raison,
il pense
différemment !**

Quelques outils pratiques



Répartition dans l'assiette



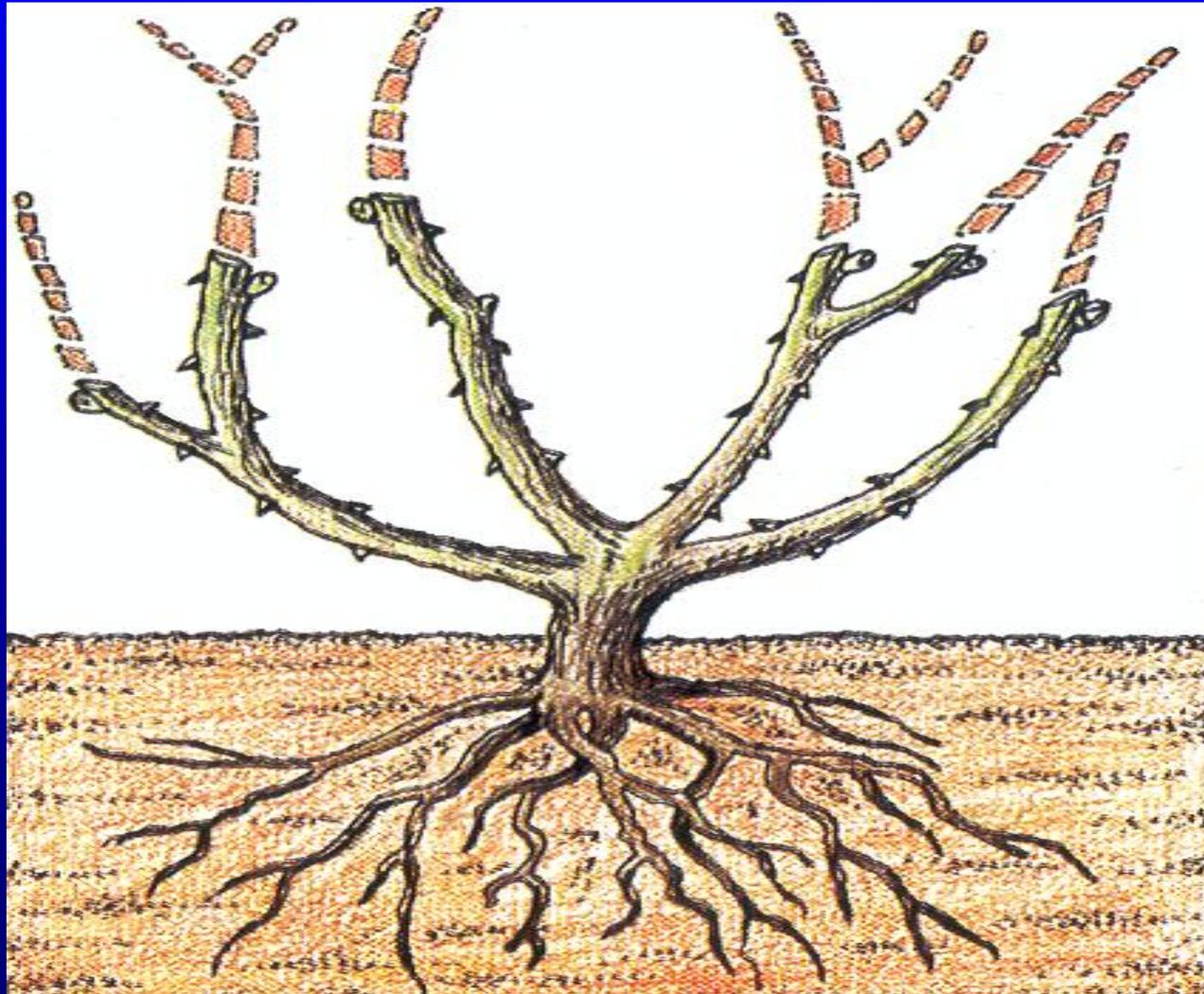
- **$1/2$ Légumes, salade, fruits**
- **$1/4$ Pain, pâte, pomme de terre, riz**
- **$1/4$ Viande maigre, poisson, fromage**

Restrictions alimentaires



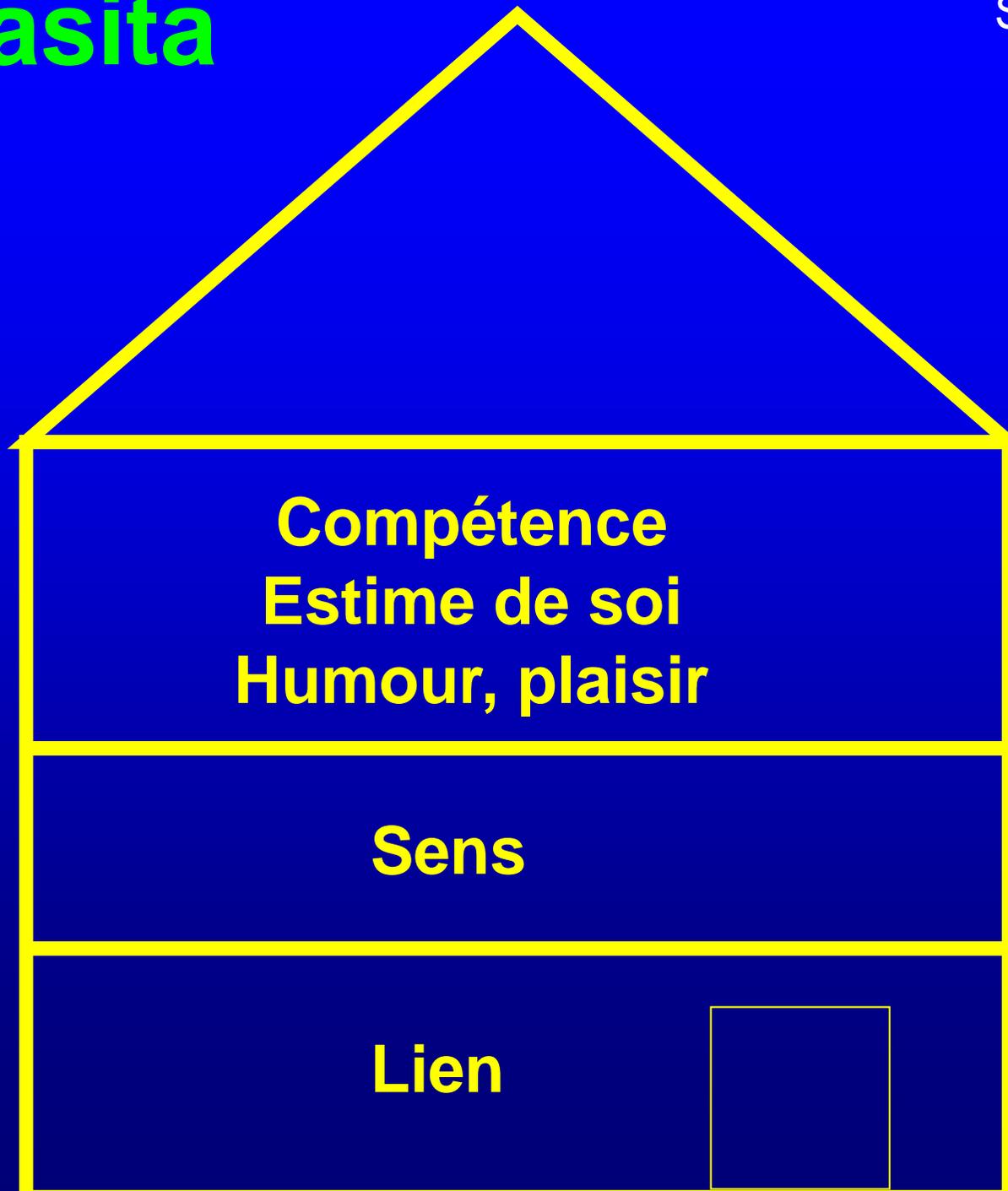
Aucun aliment interdit

**Pour avoir une bonne résilience
il faut de bonnes ressources**



La Casita

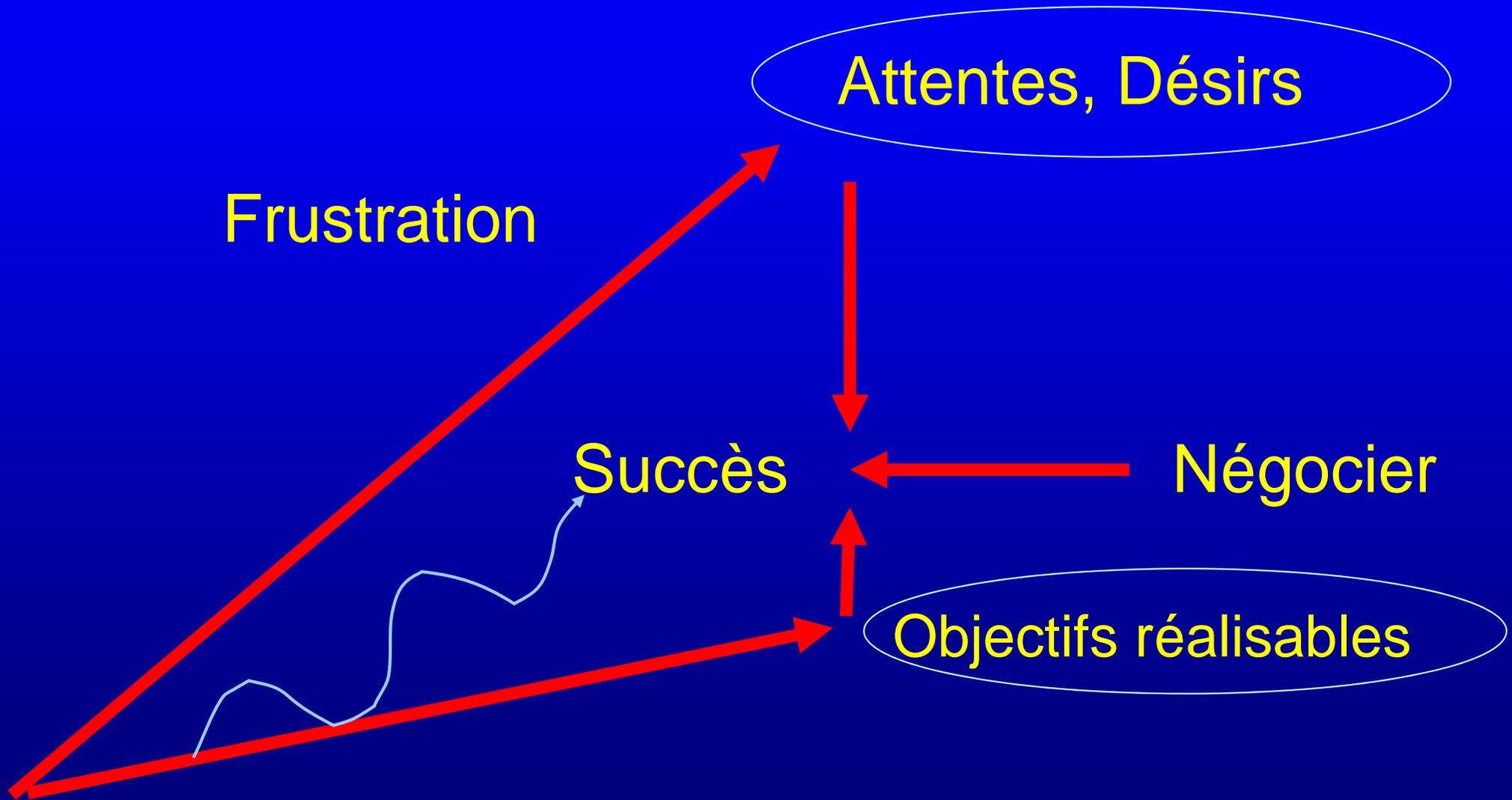
S. Vanistaendel



Le soignant doit s'adapter à la « casita » du patient



Négocier des objectifs



Mon menu d'activité physique

Journées idéales

**Tout
va
bien**

**Qu'est-ce que je
préfère faire ?**

Ex : golf, ski

**Journées
catastrophiques**

**Maladie
Vacances**

**Excuses
Visites**

**Quel est le plus petit
exercice que je peux faire ?**

Ex : marche

Un continuum de vie à 80/20

Un antidote au « tout ou rien »,
aux comportements extrêmes

- **80 %** de meilleurs contrôles même avec des aliments dangereux en quantité adéquate
- **20%** de comportements inadéquats avec moins de contrôle !

Cartons Rouges

Chercher un système d'alarme qui avertit le dérapage : la règle de 3

Ne faites pas l'erreur

3 fois de suite

3 jours de suite

3 jours de fête

Du soutien externe au contrôle interne

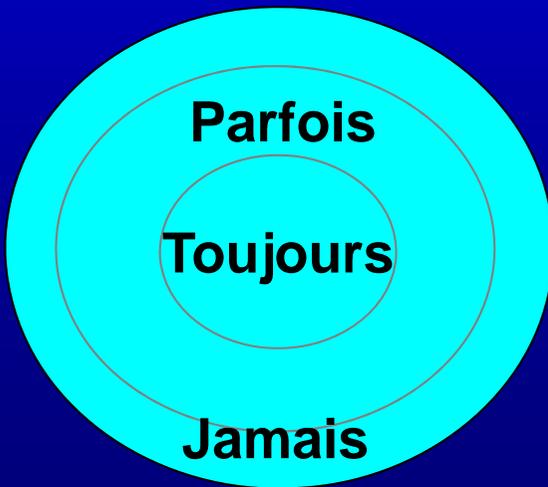
Réseau du
soutien externe

Éléments de
contrôle interne

Trois personnes
soutenantes

Efficacité personnelle

Capacité à gérer soi-même
l'alimentation et l'exercice
physique



Cherchez les saboteurs

Effacité de l'Education thérapeutique



Effets de l'éducation du patient

- Ulcères des pieds - 49 %
- Hospitalisations - 89 %
- Antibiotiques - 57 %
- Opérations des pieds - 87 %
- Amputations - 79 %
- Arrêts de travail - 70 %

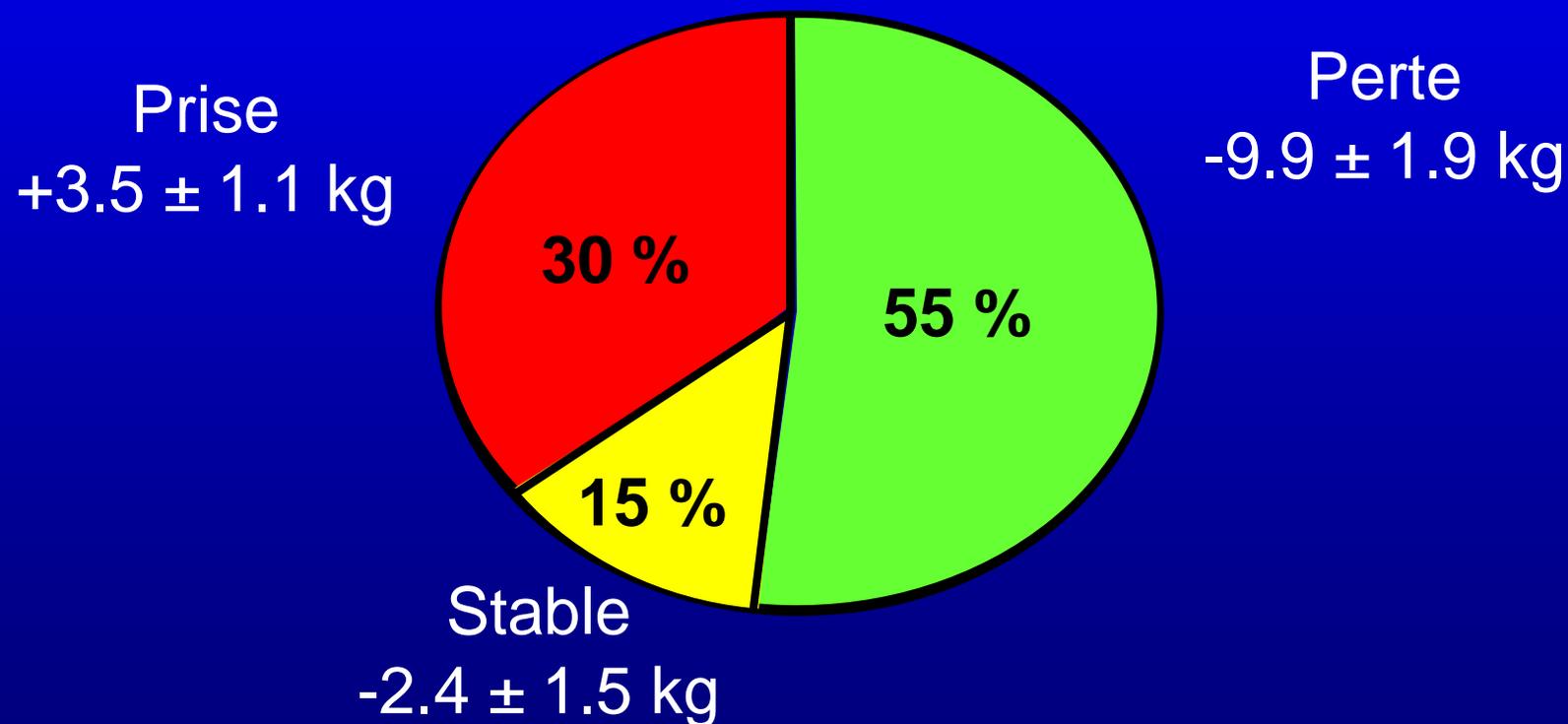
**Un franc dépensé pour l'éducation du patient
= une économie de 4 francs**

Patout CA et al. Diabetes Care 2000;23:1339

Evolution pondérale

Prise en charge psychopédagogique pendant 5 ans

N = 66



Résumé

- **Approche centrée sur le patient**
- **Comprendre le patient, l'individu**
- **Partager la décision, négocier des objectifs réalisables**
- **Développer la divergence, faire avec la résistance**
- **Rechercher des motivations externes et internes**
- **Proposer un mode de vie de 80/20%**
- **Renforcer les succès, utiliser les difficultés**
- **Gérer les faux pas**

The background of the slide is a reproduction of Michelangelo's famous fresco, "The Creation of Adam". It depicts the hand of God reaching towards the hand of Adam, with a small gap between them. The image is slightly faded and has a warm, aged tone.

**Merci à tous mes collaborateurs
Et à tous les patients diabétiques**

Alain.Golay@hcuge.ch

www.hug-ge.ch/setmc

Tel:022 372 9722