

Le diabète est sournois, faites un test!

Le diabète de type II toucherait environ 20 000 personnes en Valais. Beaucoup de malades ne le savent pas! Un stand d'information et de prévention le 14 novembre à la rue Général-Guisan permettra de vous tester.

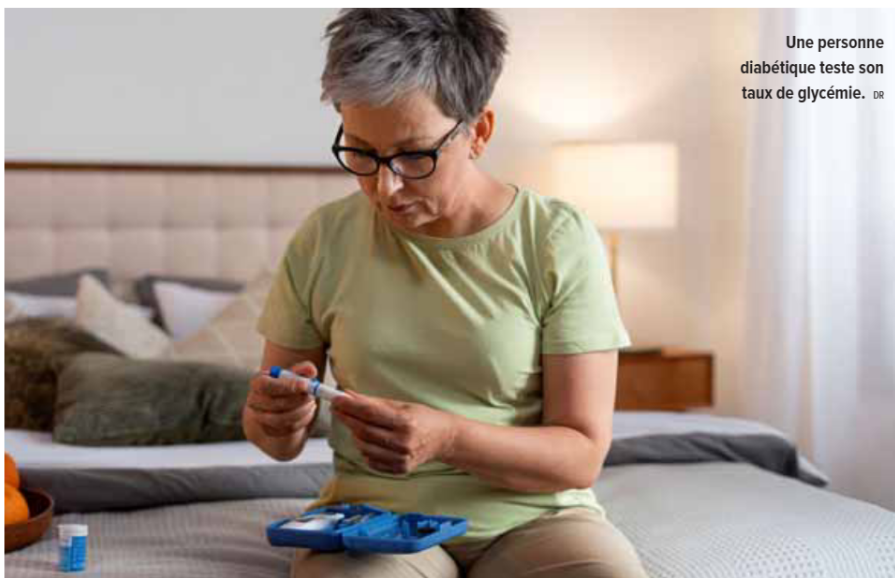
► ISABELLE BAGNOUD LORETAN

SIERRE Michel Vouillamoz, retraité valaisan de 67 ans, a découvert son diabète en 2017, un diabète qui courrait depuis une vingtaine d'années. Il a évité de peu l'amputation et c'est à la suite d'une blessure à son pied qui ne se refermait pas qu'il a été enfin diagnostiqué diabétique de type II: «Je n'avais plus de sensibilité sous les pieds depuis 20 ans, un symptôme typique du diabète qui aurait dû alerter les médecins, mais personne, à l'époque n'a fait le lien», raconte le retraité qui explique sa maladie par une alimentation déséquilibrée avec un peu de surpoids et une vie très sédentaire.

«Le diabète de type II est en constante augmentation, y compris pour les personnes de moins de 50 ans.»

Karine Alvarez
Coordinatrice Diabète Valais

Le cas de Michel Vouillamoz n'est pas rare du tout et beaucoup de complications du diabète pourraient être évitées en identifiant de manière précoce les personnes à risque ou ayant un diabète. A l'occasion de la Journée mondiale du diabète, le 14 novembre prochain, Diabète Valais organise un stand d'information et de prévention devant la Migros rue Général-Guisan de 9 à 13 heures avec des animations autour de l'alimentation et des tests de dépistage gratuits. «Une personne sur 3 atteintes du diabète ignore qu'elle est malade et n'a pas été diagnostiquée. Car la maladie est très sournoise, les personnes ne ressentent rien dans un pre-



Une personne diabétique teste son taux de glycémie. DR

mier temps», explique Karine Alvarez, coordinatrice Diabète Valais. «Dix mille personnes sont diagnostiquées avec un diabète en Valais aujourd'hui alors qu'on estime entre 15 000 et 20 000 les personnes atteintes. 90% d'entre elles sont touchées par le diabète de type II, une pathologie en constante augmentation y compris chez les personnes de moins de 50 ans.»

Ne pas attendre...

Michel Vouillamoz qualifie ensuite sa prise en charge d'excellente à travers son médecin de famille d'abord, puis d'un diabétologue: «J'ai limité drastiquement la consommation de produits sucrés, je marche 8 kilomètres deux fois par semaine et je prends des médicaments par voie orale matin et soir et une piqûre d'insuline le soir. Mon diabète est stabilisé et j'ai coutume de dire que je ne veux pas que le diabète dirige mais vie mais que je vais le diriger!» Et Michel Vouillamoz inspecte ses pieds tous les jours et effectue des soins des pieds une fois par mois chez une infirmière podologue. «Il faut se faire contrôler, ça ne coûte rien de se piquer le bout de doigt pour voir où on en est si on ressent en plus des symptômes comme une bouche très

sèche, le besoin fréquent d'uriner ou l'insensibilité dans les pieds dont j'entends régulièrement parler autour de moi!» conclut Michel Vouillamoz.

«Action diabète» arrive à son terme. Le projet qui a duré quatre ans et qui visait à renforcer en Valais les dépistages et la sensibilisation des professionnels de la santé ainsi que la prise en charge des patients donne de bons résultats juge Karine Alvarez: «Les liens avec les professionnels de la santé ont été renforcés à travers la sensibilisation des médecins traitants et la formation des professionnels de la santé. L'appli-

cation Diab'App est utilisée par 600 personnes aujourd'hui. Et nous avons réuni beaucoup d'informations dans le cadre d'une étude cohorte (Qualité Diabète Valais) menée par l'Observatoire valaisan pour augmenter la qualité des soins.» Bonne nouvelle, d'ici à la fin de l'année, les utilisateurs pourront trouver toutes les informations en lien avec le diabète, les études, les actions et les personnes de contact sur diabetevalais.ch et diabetesoberwallis.ch. ■

Infos: www.diabetevalais.ch

PUBLICITÉ

premio PNEUS ET ENTRETIEN AUTO

Vos pneus d'hiver chez



RODUIT PNEUS

au Chemin de la Raspille 3 à Sierre

www.rodutpneus.ch
www.premio.ch
027 455 40 24