



Sa ki ogmante risk pou ou devlope newopati dyabetik?

- Nivo glisemi (nivo sik nan san) ki souvan wo;
- Nivo kolestewol ki twò wo (gra nan san);
- Presyon san ki wo;
- Twòp gra;
- Fimen.

Aji pou ou ka redwi risk pou ou devlope yon newopati dyabetik!

Pi bon fason an se **kenbe nivo sik ou nan barèm sante yo**.

Mete sou sa, ou dwe adopte bon abitud k’ap fè’w viv ak bonjan lasante tankou:

- Fè egzèsis fizik souvan;
- Eseye manje sante epi ekilibre;
- Megri, si sa nesesè;
- Redwi konsomasyon alkòl ou, si sa nesesè;
- Kite fimen sigarèt oswa sigarèt elektwonik, si sa konsène’w.

Si ou gentan gen newopati, mezi sa yo kapab rete oswa ralanti pwogresyon li.

Resous

Association des infirmières et infirmiers en soins podologiques du Québec
aiispq.org

Ordre des podiatres du Québec
ordredespodiatres.qc.ca

Association québécoise de la douleur chronique
douleurchronique.org

Ou gen kesyon sou dyabèt?
Service InfoDiabète
514 259-3422
1 800-361-3504
infodiabete@diabete.qc.ca

L’école du diabète
Universi D
universi-d.com

Diabète Québec
diabete.qc.ca

Diabète Québec

Sante nè’w ak diabet

Konprann newopati dyabetik

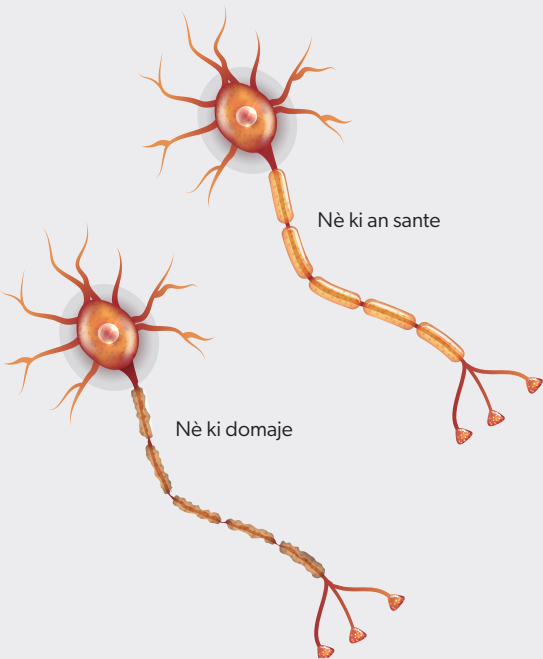
Kisa newopati ye?

Newopati se yon atak sou nè’w. Nè yo pèmèt transmèt mesaj ant sèvo’w ak lòt pati nan kò’w.

Nou pale de **newopati dyabetik** lè glisemi’w wo souvan, sa vle di kantite sik nan san’w wo souvan, epi sa ka fè domaj sou veso sangan ki mennen manje bay nè’w. Domaj sa yo fè nè a pa ka fonksyone byen epi li antrene yon ralantisman oswa li ka menm sispann transmèt mesaj nan sèvo’w ak lòt pati nan kò’w ki afekte nèt.

Gen de kalite newopati dyabetik:

- 1 Newopati periferik:** li patikilyèman afekte nè ki nan janm ak pye.
- 2 Newopati otonòm:** li afekte nè nan kèk ògan tankou kè’w, zòn devan’w, lestomak ou, trip ou ak blad pipi’w.



Newopati periferik

Ki pi gwo sentòm newopati periferik yo?

- Diminisyon nan kapasite’w pou ou santi sa ki ba’w doulè, sa ki cho ak sa ki frèt;
- Doulè ki soudan, pikotman, angoudisman;
- Sansasyon kòm si’w ap mache sou koton;
- Sansasyon boule oswa pikotman, sitou pandan lannwit;
- Feblès nan misk, kranp, doulè mòde lage.

Poukisa ou dwe aji?

Pi gwo danje lè nè’w atake, se dèske ou pèdi sansibilite’w, ou ka blese san ou pa rann ou kont. Lè yon moun gen yon sikilasyon san ki pa bon, blese a ka enfekte, epi si li pa byen trete oswa li neglije, li ka menm mennen gangrenn ak anpitasyon.

Egzamen ak swen pye chak jou, se bagay ki enpòtan. Pou plis detay, gade depliyen ki rele “Swen Pye ak Diabet” la Dyabèt Kebèk pibliye.

Ou ka depiste newopati periferik la rapidman!

Doktè’w, yon podyat oswa yon enfimyè ki espesyalize nan sante podolojik ka fè egzamen sa yo:



Tès sansibilite ak yon monofilaman;



Tès pèsepsyon vibrasyon ak yon dyapazon;



Yon doktè ka toujou fè yon elektwomiyogram pou konfime yon dyagnostik.

Frekans egzamen yo

	Premye egzamen	Swivi
Dyabèt tip 1	5 lane apre dyagnostik la pou moun ki gen plis pase 12 lane	Chak ane oswa pi souvan selon rekòmandasyon doktè
Dyabèt tip 2	Lè dyagnostik la	

Èske gen yon tretman ki egziste pou geri newopati periferik?

Non. Tretman ki egziste yo se pou soulaje sentòm yo. Gen kèk medikaman yo ka preskri’w ak kèk pwodwi pou aplike sou po’w ki disponib san preskripsyon.

Pale ak doktè’w oswa famasyen’w pou sa.

Gen lòt apwòch tankou fizyoterapi oswa sikoterapi ki ka pote yon ti soulajman tou.



Newopati otonòm

Ki pi gwo sentòm newopati otonom yo?

- Batman kè ki akselere;
- Presyon san ki bese yon sèl kou lè ou chita oswa kouche epi ou al kanpe;
- Lè ou pa realize ou gen sentòm ipoglisemi (nivo sik nan san’w ki ba)
- Konstipasyon oswa dyare;
- Gastwoparezi, sa vle di yon ralantisman nan dijesyon lestomak ou ki ka lakòz ou santi vant ou plen apre kèk bouche manje, kè plen, doulè nan vant, dlo si sou lestomak ou, epi sa ka menm lakòz yon debalansman nan nivo glisemi’w;
- Blad pipi’w ki toujou plen, sa ka vin fe’w al pipi souvan e kreye enkontinans(pipi sou ou san ou pa rann ou kont);
- Ou pa gen sansasyon lè blad pipi’w plen oswa blad pipi’w ki pa fin vide nèt lè’w al pipi;
- Disfonksyon seksyèl: pwoblèm bann pou gason, pwoblèm eksitasyon ak doulè pandan relasyon seksyèl pou fanm.

Selon sentòm ou, n’ap voye’w al wè doktè espesyalis ki pi apwopriye a.