

# Thérapie

## Insulib aide les diabétiques à retrouver la liberté



Avec l'insulinothérapie fonctionnelle, les diabétiques de type 1 (ici, Eric Dehling, le président d'Insulib) ne se privent plus de rien... Photo François Torelli

Fermer ✕

### Composée de diabétiques de type 1 et de soignants, l'association Insulib veut promouvoir l'insulinothérapie fonctionnelle, basée sur l'éducation du patient.

Eric Dehling n'a pas le diabète triste. Ce Mulhousien de 62 ans, président de l'association Insulib, n'hésite pas à engloutir devant vous un éclair au chocolat. Avec le sourire et sans aucune mauvaise conscience. C'est qu'Eric Dehling a appris à gérer lui-même sa maladie, en pratiquant l'insulinothérapie fonctionnelle. « C'est une pratique thérapeutique qui est très répandue depuis plusieurs décennies en Autriche, Suisse, Allemagne, Benelux... », explique-t-il. En France, elle est pour l'instant nettement plus confidentielle et c'est pour la promouvoir que l'association Insulib a été créée en 2009. Basée au CEED (centre européen d'étude du diabète) à Strasbourg, elle rassemble environ 150 membres dans toute l'Alsace : professionnels de santé (diabétologues, infirmières, diététiciennes, pharmaciens, etc.) et diabétiques de type 1 (\*) pratiquant au quotidien l'insulinothérapie fonctionnelle.

De quoi s'agit-il ? « Le principe, c'est d'adapter la dose d'insuline à ce que l'on mange, explique Éric Deh-ling. Contrairement, à une pratique courante qui consiste à s'injecter une dose fixe. » Concrètement ? « Je vais vérifier ma glycémie avant le repas et en fonction de ce que je vais manger, de la quantité de glucides contenue dans les aliments, je vais adapter ma dose d'insuline. Plus je mange de glucides, plus ma dose sera élevée. Deux heures après le repas, je vais vérifier ma glycémie pour ajuster si besoin est. » Éric Dehling a adopté cette façon de traiter son diabète en 2008. Ce fut pour lui « une véritable révélation ». « Avant, je mangeais de façon plus stricte et je m'interdisais certains aliments comme les pâtisseries. Désormais, j'ai le droit de manger ce que je veux, en respectant l'équilibre alimentaire bien sûr. » Le diabétique devient acteur de son traitement, la relation patient-médecin en est profondément modifiée.

## *Une thérapeutique « qui change la vie »*

Ce système nécessite une formation pour apprendre à évaluer les quantités de glucides contenus dans les aliments. « C'est un peu compliqué au début, puis on y arrive aisément. Au départ, j'ai utilisé une balance qui donne aussi la quantité de glucides. Cette phase d'initiation passée, on arrive à évaluer à l'œil. » Une formation de 5 jours est proposée à Strasbourg et à Colmar, elle se déroule en 2 fois 2 jours.

Si l'on est diabétique à vie, ce type de traitement « change la vie au quotidien », insiste Eric Dehling. Il permet aussi un meilleur équilibre du diabète. « Moins d'hypo- ou d'hyperglycémie » et donc « moins de complications traditionnelles » de cette maladie.

Promouvoir la formation, aider les diabétiques, mais aussi développer le dialogue entre patients et personnel soignant et intégrer l'entourage des diabétiques dans la démarche de soin : voilà les objectifs d'Insulib. « Nous organisons des conférences [comme celle du 1<sup>er</sup> février, lire encadré], des randonnées, des groupes de parole », détaille Éric Dehling.

Si l'insulinothérapie fonctionnelle est réservée aux diabétiques de type 1, la philosophie du soin qu'elle véhicule (prendre sa santé en main) peut s'étendre à bien d'autres maladies chroniques...

SURFER [www.insulib.com](http://www.insulib.com)

(\*) Le diabète de type 1 est causé par la destruction des cellules bêta du pancréas, d'où l'incapacité de la personne atteinte à sécréter de l'insuline. C'est pourquoi les injections d'insuline sont vitales. Il représente 5,6 % des cas chez les adultes. Le diabète de type 2, forme la plus fréquente du diabète, est caractérisé par une résistance à l'insuline et une carence de sécrétion d'insuline. Souvent lié au surpoids, il peut être traité par régime diététique, médicament ou injection d'insuline.

En partenariat avec le service de diabétologie de l'hôpital Pasteur à Colmar et le CEED (Centre d'étude européen du diabète), Insulib propose une conférence du professeur Gérard Reach, chef du service endocrinologie, diabétologie et maladies métaboliques de l'hôpital Avicenne à Bobigny. Enseignant à la faculté de médecine de l'université Paris 13, auteur de plusieurs livres sur la théorie du soin, Gérard Reach travaille sur les notions d'observance thérapeutique, c'est-à-dire la capacité d'une personne à prendre un traitement selon une prescription donnée. Comment peut-on expliquer qu'une minorité de patients seulement applique les prescriptions de leur médecin et, en corollaire, pourquoi se soigne-t-on ? En cause, notamment, la nature de la relation patient-soignant. Loin de ne concerner que les diabétiques, la conférence s'adresse donc à tous.

Y ALLER Conférence vendredi 1<sup>er</sup> février à 20 h à l'amphithéâtre de l'Ifsi (Institut de formation en soins infirmiers), rue Betz à Colmar. Entrée libre.

le 27/01/2013 à 05:00 par Hélène Poizat