

Handicap

Accueillir un jeune diabétique

Le jeune que tu accueilles te semble en parfaite santé mais ses parents t'ont prévenu : il est diabétique et il peut faire des crises d'hyperglycémie ou d'hypoglycémie.

Qu'est-ce que le diabète ?

Normalement : Notre organisme a besoin d'énergie pour vivre. Cette énergie vient en partie du **glucose (sucre)**. Le glucose est un sucre qui circule dans le sang pour être distribué à tout notre corps. La quantité de glucose dans le sang peut être mesurée, c'est la **glycémie**. La glycémie est sous contrôle de **l'insuline**, une substance fabriquée par le pancréas et qui passe ensuite dans le sang.

Dans le diabète : Le pancréas ne fabrique plus assez d'insuline. En absence d'insuline, la glycémie s'élève : c'est **l'hyperglycémie**. L'hyperglycémie se manifeste par :

- la présence de glucose dans les urines
- des urines fréquentes et abondantes
- une grande soif
- une haleine à l'odeur de pomme
- une fatigue et un amaigrissement

L'hypoglycémie existe également. Celle-ci consiste en un taux de glucose anormalement bas. Elle peut se manifester par différents signes :

- sueurs, tremblements
- faim (mal au ventre)
- fatigue, vertiges
- pâleur
- somnolence
- vision floue ou double
- sensation de froid, picotement des lèvres
- troubles de la parole
- comportement bizarre, irritabilité, nervosité
- la nuit : sommeil agité, cauchemar, réveil nocturne, mal de tête au réveil



Comment s'adapter ?

Les manifestations d'une hyperglycémie ou d'une hypoglycémie peuvent varier d'un jeune à un autre mais il existe quelques points de repère! Cette fiche est là pour t'aider.

Pour aller plus loin

Site

- <http://ajd-diabete.fr/>

À CHAQUE INTERROGATION...	... DES PISTES DE SOLUTIONS
Le diabète te semble bien compliqué à gérer médicalement, ça t'inquiète ?	<p>N'oublie pas que tu n'es pas le médecin du jeune que tu accueilles. Si les parents te laissent en charge un enfant diabétique sur l'année et pendant le camp, dis-toi que la famille aura vu cela avec le médecin qui suit le jeune. En principe, le jeune est autonome pour gérer sa maladie. Il a un petit appareil pour contrôler sa glycémie. En cas d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie, ils t'expliqueront la démarche à suivre. Au moindre doute, tu les appelles ou tu contactes un médecin. Tu peux demander aux parents un protocole écrit par le médecin.</p> <p>Avant de partir en week-end ou en camp il est important que plusieurs chefs prennent le temps avec la famille de se familiariser avec les différents protocoles de soins et de s'exercer aux gestes de soins (injection insuline et glucagon, changement de pompe ...).</p>
Peut-il faire toutes les activités ? Peut-il faire du sport ?	<p>Oui. L'activité physique est même conseillée car elle favorise le bien-être et peut améliorer le contrôle du diabète. Il faudra prévenir à l'avance le jeune des activités à venir de la journée. Chaque jeune en fonction de son expérience adapte le traitement aux activités physiques. Vous pouvez emmener du sucre ou une collation sur le lieu de l'activité en cas d'hypoglycémie. Un contrôle de glycémie pourra être fait au cours de l'activité.</p> <p>Le jeune peut également exprimer son besoin de stopper l'activité.</p>
Peut-il manger et boire de tout ?	<p>Il est primordial pour un jeune diabétique d'avoir une alimentation équilibrée. Les besoins alimentaires sont les mêmes que pour les autres jeunes : il n'est donc pas nécessaire de faire des menus à part. Souvent un jeune diabétique est suivi par son médecin mais également par un(e) diététicien(ne) pour l'aider à apprendre à équilibrer ses menus. Cependant un jeune diabétique peut s'autoriser un petit écart en sucre de temps en temps ! Attention un écart n'est pas fait à la légère, il faudra adapter en conséquence la dose d'insuline.</p> <p>Quelques points d'attention pour les repas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il ne faut pas sauter un repas - L'injection d'insuline doit précéder le repas de 10 minutes
Que faire en cas de grande hyperglycémie ?	<p>Lorsque que le jeune sera en forte hyperglycémie, des signes seront apparents : une grande soif, de la fatigue, une haleine à l'odeur de pomme et des urines fréquentes ... Lors d'un de ses contrôles (une analyse d'urine à la recherche d'acétone –cétonurie– avec une bandelette urinaire que le jeune a avec lui), le jeune peut constater que sa glycémie est élevée. En fonction des résultats, reportez-vous au protocole du jeune et si besoin, appelez le médecin ou le 15 pour être conseillé au plus juste. En attendant, il est important de faire boire de l'eau au jeune et de lui faire une injection d'insuline. En revanche, il ne faut surtout pas lui donner d'aliment sucré.</p>

Que faire en cas d'hypoglycémie ?	<p>Chaque jeune a un ressenti propre de son hypoglycémie : ils n'ont pas tous les mêmes symptômes.</p> <p>En cas de sensation d'hypoglycémie (avec contrôle ou non au lecteur), il faut donner du sucre au jeune. On peut lui donner des morceaux de sucre, un verre de jus de fruit ou 1 cuillère à soupe de confiture ou de miel. Le chocolat ou les fruits sont à éviter car ils sont moins efficaces. De plus, si le prochain repas est prévu dans plus de 2 heures, on peut lui donner un morceau de pain. Il est recommandé que le jeune aille se reposer.</p> <p>En cas d'hypoglycémie sévère, il se peut que le jeune fasse un malaise qui le rend dans l'impossibilité de déglutir, et par conséquent d'ingérer du sucre par ses propres moyens. Ce malaise est appelé coma hypoglycémique. Il faut alors alerter les secours. Pour pallier cette hypoglycémie qui peut être impressionnante, le seul remède consiste en une injection de glucagon dans les plus brefs délais. Le glucagon est du sucre hyper-concentré qui permettra au jeune de sortir de ce coma. (cf protocole hypoglycémie)</p> <p>Avant de partir en camp, il est donc important pour vous, chefs et cheftaines, de prendre un temps avec la famille ou même avec les médecins (si possible) afin qu'ils vous expliquent tous les gestes de soins.</p>
Faut-il en parler aux autres jeunes ?	<p>L'information des autres jeunes permet de répondre à leur curiosité initiale, d'expliquer quels sont les besoins d'un jeune diabétique et les gestes de surveillance à avoir. Cette information favorise les comportements solidaires et lève l'isolement du jeune diabétique.</p> <p>Si le jeune le souhaite, il peut expliquer lui-même sa maladie à ses amis ou à l'ensemble du groupe. Des illustrés de présentation du diabète destinés aux enfants et aux jeunes sont édités régulièrement par l'Association des jeunes diabétiques (AJD) : n'hésitez pas à les solliciter.</p>

Une relation de confiance avec les parents est tout à fait essentielle pour accueillir un jeune qui est diabétique. Tu dois te sentir à l'aise avec eux pour leur poser toutes les questions que tu as en tête, les informer, ne pas hésiter à les contacter si quelque chose te semble anormal.

Témoignage de Sylvie, responsable de groupe

« Notre caravane accueille depuis 3 ans Bastien, diabétique. Au début Bastien gérait mal son diabète. Grâce au soutien des chefs et de ses parents il a appris à mieux comprendre sa maladie et à être plus autonome, notamment pour réguler son alimentation. Cela lui a permis de participer davantage aux activités. L'aide de ses amis a été un relai essentiel pour parler de sa maladie et alerter la maitrise quand il n'allait pas bien. Il est maintenant plus fort et plus autonome face à sa maladie et l'équipe de groupe est fière de voir cette évolution à laquelle elle a participé. »