



diabètejurabernois
Information. Conseil. Prévention.

JOURNAL No 2 2023



QUI SOMMES-NOUS ?



Créée en 1982, l'Association des Diabétiques du Jura bernois (ADJB), regroupe des personnes de tous âges atteints de diabète ou des membres des familles touchées ou encore des personnes soutenant notre démarche. Notre but est d'apporter un soutien pour atteindre une meilleure qualité de vie.

L'Association des Diabétiques du Jura bernois est une association de droit privé, membre de l'Association Suisse du Diabète.

L'appellation officielle est maintenant Diabète Jura bernois (DJB).

QUELS SONT NOS ATOUTS ? (RAPPEL)



Le comité est composé de bénévoles concernés par le diabète et connaissant les conséquences de ce dernier dans la vie de tous les jours.

A travers l'Association Suisse du Diabète, nous défendons les intérêts des personnes diabétiques face aux caisses maladie et à l'Etat.

Les aspects médicaux, scientifiques et le contenu des informations fournies aux membres sont gérés par une commission médicale composée de médecins spécialistes.

Des cours sont donnés par des professionnels du domaine (médecins, infirmiers, diététiciens).

L'ADJB est reconnue comme un centre de compétences en diabétologie.

Elle constitue un complément aux prestations des hôpitaux, cliniques, cabinets médicaux, soins à domicile, etc.

LE DIABETE : INTRODUCTION- ETYMOLOGIE - HISTOIRE 1.0



INTRODUCTION

Le diabète sucré (ou diabète par abus de langage) est une maladie liée à une défaillance des mécanismes biologiques de régulation de la glycémie (= concentration de glucose dans le sang) menant à une hyperglycémie chronique.

Cette maladie se manifeste par des symptômes propres au diabète (syndrome polyuro-polydipsique) et par des lésions d'organes tels la rétine, les reins ou les artères coronaires dues à la toxicité de l'acétone produite lors d'une dégradation rapide des graisses arrivant en cas de défaillance de l'insuline menant à une hyperglycémie majeure.

Il y a trois types principaux de diabète sucré :

- Le diabète du type 1
- Le diabète du type 2
- Le diabète gestationnel.

Cette classification connaît actuelle une nouvelle approche

ETYMOLOGIE

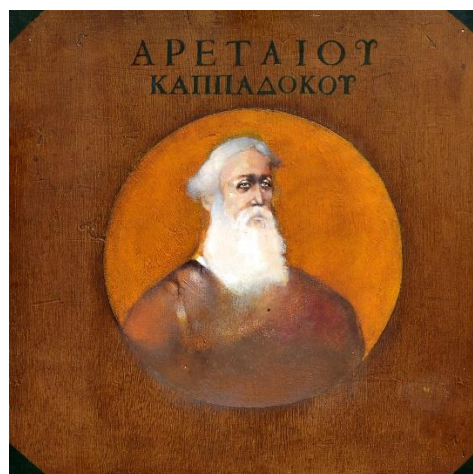
Le terme latin diabetes mellitus est utilisé par la classification internationale des maladies et dans divers pays.

L'adjectif latin mellitus signifie « sucré comme le miel »

Le mot diabète vient du **grec ancien Διαβήτης dia baïno** .diabète, lui-même tiré du **verbe grec διαβαίνω**, qui signifie passer au travers.

Les médecins grecs anciens tels Arétée de Cappadoce et Orbase avaient remarqué ce syndrome diabétique : les malades semblaient uriner aussitôt ce qu'ils venaient de boire, comme s'ils ne pouvaient retenir l'eau, comme s'ils étaient « traversés par l'eau ». Le sucre semblait également les traverser, car leur urine était sucrée (dans le cas du diabète sucré).

Puis ils maigrissaient, malgré une nourriture abondante, et mouraient en quelques semaines ou quelques mois.



QUELQUES NOTIONS D' HISTOIRE

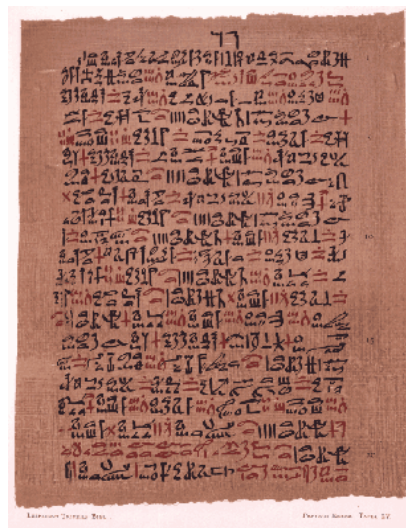
Les médecins Egyptiens avaient déjà découvert cette maladie à l'époque d'Amenhotep III entre le 15^{ème} siècle et le 16^{ème} siècle avant notre ère.



La maladie est décrite à la section « vases d'eau du corps », dans le papyrus Ebers rédigé sous le règne d'Amenhotep III (ou Aménophis III en grec) où se trouvent toutes les sources de la médecine égyptienne.

C'est le texte le plus important pour approcher la médecine de l'Égypte antique. Il se présente comme une liste de recettes de remèdes avec indication succincte de l'affection à traiter. Il est d'interprétation difficile, car des termes médicaux restent énigmatiques et la plupart des substances n'ont pas été identifiées.

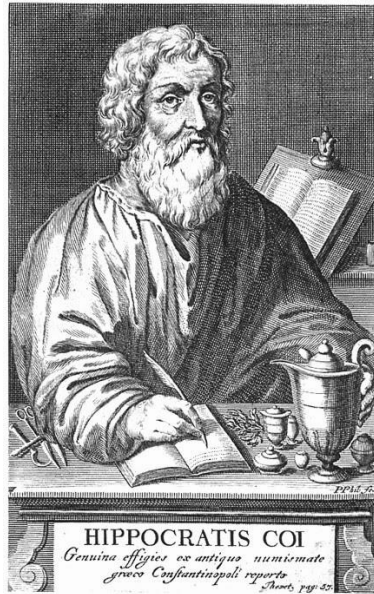
Il est le plus souvent considéré comme l'émergence d'une pensée médicale et pharmacologique dans un univers religieux ou magique.



Les médecins grecs de l'école d'Hippocrate de Cos ont donné son nom au diabète (tiré du grec ancien *diabaino* qui signifie « traverser » comme mentionné ci-dessus).

C'est Praxagoras de Cos (384-322 av. J.-C.), disciple d'Hippocrate qui évoqua pour la première fois la nocivité des *humeurs sucrées*.

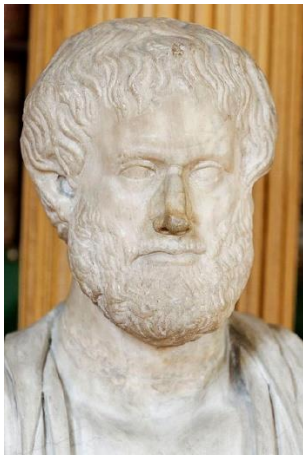
Dans certains cas les urines n'avaient pas de goût (diabète insipide), dans d'autres cas les urines étaient sucrées (diabète sucré ou hyperglycémie)



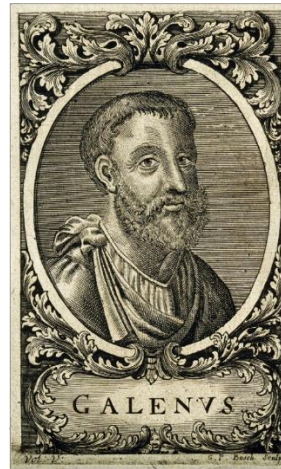
Au VIIème siècle après J.-C. les Chinois faisaient part de leurs observations et de leurs interprétations concernant les urines sucrées et proposaient un traitement proche des méthodes modernes qui recommandaient aux diabétiques de s'abstenir de consommer de l'alcool et de l'amidon.

A cause de ses symptômes typiques (**urine abondante et sucrée, soif et faim excessives**), le diabète a pu être observé et décrit par les plus grands médecins dont **Aristote, Galien, Avicenne et Paracelse.**

ARISTOTE



GALIEN



AVICENNE



PARACELSE



NOS OBJECTIFS 2023 (RAPPEL)



Il s'agira de trouver des solutions très rapidement dans divers domaines afin de relancer les activités de l'Association :

- Relève au niveau du comité :

Il faut impérativement trouver des renforts dans plusieurs domaines : Gestion des adresses électroniques, lancement d'une présence sur les réseaux sociaux, gestion des activités destinées aux membres et aux non-membres, recherche active dans le domaine du sponsoring, présence régulière dans les médias ...

- Le nombre des membres est plutôt en stagnation ; il faut se tourner entre autres vers les jeunes diabétiques pour qu'ils acceptent d'entrer activement dans notre association sans oublier toutes les personnes directement ou indirectement concernées par ce fléau. Il y a un travail d'information et de recrutement à faire.

INFORMER, CONSEILLER, PREVENIR

Par exemple :

Présence dans les écoles - Collaboration avec les soins à domicile - Intervention au niveau des crèches - A la rencontre des proches des diabétiques - Formation pour les médecins - Stands publics - ...

A LA RENCONTRE DE ...

La nature, les connaissances pratiques, des activités économiques et des endroits à découvrir de la région constituent, entre autres, le cadre de réflexion du comité.

EN SYNTHÈSE



- Dynamiser la DJB.
- Faire connaître la DJB à l'extérieur.
- Améliorer la communication (journal interne, médias locaux, ...)
- Être présent sur les réseaux sociaux
- Développer les activités impliquant la population de la région, diabétiques ou non.
- Assurer la relève au sein du comité.
- Mener une campagne de recrutement en mettant en exergue les offres potentielles de DJB (ADJB)
- Assurer les bases financières.
- Et ... selon les demandes, propositions et suggestions reçues.

LE DIABETE COMMENT GERER CET OBSTACLE ? (1ERE PARTIE) UN PEU D'HUMOUR DANS L'APPROCHE DE CE FLEAU DU 21 EME SIECLE

Les documents sont tirés d'un document réalisé par l'ADJB en 2006 avec la collaboration de

- ❖ Graphisme : Tony Marchand
- ❖ Soutien financier : Fondation André Flückiger
- ❖ Collaboration : Membres du comité

A QUOI SERVENT LES ASSOCIATIONS ?



- ✚ Dépistage du diabète
- ✚ Conseils et informations aux personnes diabétiques et à leur entourage
- ✚ Vente de matériel spécifique avec des conseils à des prix préférentiels
- ✚ Organisation de cours (Conférences, publications, envois de documents relatifs à la prise en charge du diabétique
- ✚ Organisation de sorties
- ✚ Enseignement pour la prise en charge du diabète (peut être lié aux consultations)
- ✚ Défense des intérêts des diabétiques vis-à-vis des caisses maladies et de l'OFAS

COMMENT PRÉVENIR LE DIABÈTE?



SPORT EN PLEIN AIR : JOIE ET SANTE !
SPORT EN CHAMBRE : ATTENTION DANGER !



AVEC NOUS A PIED A L'ECOLE,
PLUTÔT QU'EN BAGNOLE

PENURIE DE MEDICAMENTS - LA SECURITE D'APPROVISIONNEMENT EST-ELLE ASSUREE POUR LE DIABETE?

Ces dernières semaines, les médias n'ont cessé d'évoquer le problème posé par les médicaments dont les livraisons ne sont plus assurées ou difficilement. Les pénuries actuelles concerneraient près de 1000 médicaments (ou emballages) admis par les caisses.

Il s'agit en première ligne d'antibiotiques, d'antalgiques, de certains psychotropes et d'antirhumatismaux. Ces pénuries peuvent bien sûr concerner également les diabétiques dans certaines situations.

Traitement antidiabétique

Le plus souvent, il est possible de remplacer **l'insuline** et les **antidiabétiques oraux** habituels par d'autres spécialités avec le même mode d'action. Le vaste choix de produits offre suffisamment de possibilités pour disposer d'une alternative. Les insulines étant des médicaments à usage humain indispensables, il est obligatoire de signaler toute difficulté dans leur approvisionnement. L'Office fédéral pour l'approvisionnement économique du pays_(OFAE). clarifie alors la situation directement avec les fabricants et les distributeurs. Il n'est pas nécessaire qu'il intervienne pour le moment.

Les fabricants de principes actifs, les sites de production et les entreprises de conditionnement se situent principalement aux Etats-Unis et en Europe. Il existe par ailleurs des lieux où les fabricants constituent des réserves en Europe (Roche Diabetes Care en Allemagne par exemple) afin de garder de la flexibilité en cas de variations dans les quantités commandées, mais aussi d'assurer des stocks de sécurité.

Quelles sont les difficultés d'approvisionnement actuelles?

Les difficultés rapportées récemment concernent les produits suivants :

Baqsimi® : Baqsimi® est une poudre nasale de glucagon indiquée dans les hypoglycémies sévères, avec des difficultés d'approvisionnement répétées l'année dernière. D'après les informations données

par www.drugshortage.ch, la pénurie serait toutefois résorbée depuis le 25 décembre 2022.

Glucagen®: Le « GlucaGen® Hypo-Kit », utilisé dans le traitement des hypoglycémies insulino-induites sévères, est disponible sans problème. Mais il existe une autre forme d'administration utilisée en milieu hospitalier qui est actuellement en rupture.

Ozempic®: Le sémaglutide (Ozempic®), un agoniste des récepteurs du GLP-1 humain à action prolongée, complète la palette des antidiabétiques pour traiter le diabète de type 2 depuis l'été 2018. Il augmente la sécrétion d'insuline et régule aussi la sensation de satiété. Il est commercialisé sous le nom de Wegovy® dans le domaine du surpoids et de l'obésité, où il connaît un succès grandissant. Mais parce que Wegovy® est encore absent de nombreux pays, il est fréquent qu'Ozempic® soit prescrit à sa place. C'est le cas en Suisse. Cela explique les courtes pénuries répétées que subissent certaines pharmacies, certains grossistes et cabinets médicaux. Toutes les formes d'administration d'Ozempic® sont actuellement disponibles, mais en quantités limitées. Les médecins sont priés de réserver la prescription d'Ozempic® à l'indication d'antidiabétique autorisée.

En résumé, on peut affirmer que l'approvisionnement est actuellement possible en Suisse (fin janvier 2023) pour tous les médicaments « utiles au traitement du diabète ». Les quelques difficultés qui existent se focalisent sur Ozempic®.

En cas de doute, veuillez-vous adresser directement à votre médecin traitant.



BULLETIN D'INFORMATIONS 2 / 2023

1ÈRES DATES ET INFORMATIONS IMPORTANTES A NOTER...

[Un document spécifique sur les activités déjà prévues pour 2023 est joint au dossier lié à l'invitation à l'AG avec les possibilités d'inscription.](#)

1ères dates à retenir

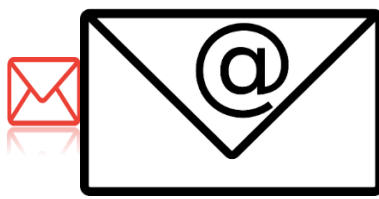
- ASSEMBLEE GENERALE DJB (OU ADJB) Date : **Mardi 27 juin 2023**
Lieu : Salle de l'Aula Sonceboz-Sombeval
Conférence : M. J.-M.Hirschy président Observatoire Astronomie Mont-Soleil
Un apéritif « enrichi » suivra la conférence.
Le détail de la soirée figure dans les documents AG 23.

- Une première rencontre est déjà planifiée avec comme thème : LES DIFFERENTS TRAITEMENTS DU DIABETE – COMMENT EST-CE QU’ILS AGISSENT DANS MON CORPS ? Animation : Mme Dr P. Elsässer et Mme C. Guillod.
Mardi 31 octobre 2023 19h00 Médicentre Tavannes
- Soirée Chauves-souris
Mardi 4 juillet 2023 à Renan (date de réserve mercredi 5 juillet 2023 selon les prévisions météorologiques)
Rendez-vous : 20h30 Place du Collège Renan
Durée : Jusqu’à 22h30 / 23h00

D’autres activités sont en préparation :

- ✓ La sécurité routière et les personnes touchées par des maladies chroniques avec la présence d’un chauffeur professionnel et d’un chien en formation pour la détection des problèmes liés aux taux de sucres.
- ✓ La santé de nos pieds
- ✓ A la découverte de notre région
- ✓ ...

QUELQUES ADRESSES IMPORTANTES



- VENTE DE MATERIEL ET SECRETARIAT (LECTEURS GLYCEMIQUES, BANDELETTES, AIGUILLES, ...)
RESPONSABLE MME S. BUECHE RUE DE L’ENVERS 18 2738 COURT
TF 079 739 15 13 JEUDI 13H30 A 15H00
E-MAIL : admin@diabetejurabernois.ch
- CONSULTATIONS
SALLE DE CONSULTATIONS EN DIABETOLOGIE A TAVANNES
MEDICENTRE TAVANNES
INFIRMIERE CLINICIENNE EN DIABETOLOGIE MME C. GUILLOD
TF 079 79 155 59 68 MARDI 08H00 A 17H00
E-MAIL : consultations@diabetejurabernois.ch
- RENSEIGNEMENTS GENERAUX SUR LA VIE DE L’ASSOCIATION
LE PRESIDENT DENIS GERBER RUE DE LA FOURCHAUX 21 2610 SAINT-IMIER
TF : 032 941 46 55
E-mail : dg4333@gmail.com.

POUR VISITER NOTRE SITE

UNE ADRESSE : www.diabetejurabernois.ch

L’actualisation du site est en cours de réflexion ; des informations vous seront communiquées dès les premières décisions prises.

COMMENT NOUS REJOINDRE ?



Créée en 1982, l'Association des Diabétiques du Jura bernois (ADJB) regroupe des personnes de tous âges atteintes de diabète. Son but est de les soutenir pour atteindre une meilleure qualité de vie. L'ADJB est une association de droit privé, membre de l'Association Suisse du Diabète.

Si vous souhaitez **devenir membre** de notre association, vous pouvez nous contacter par courriel à admin@diabetejurabernois.ch

Ou par téléphone (je 13h30 à 15h00) au 079 739 15 13.

« TÉMOIGNAGES » (RAPPEL)

Livre anniversaire, 93 pages sur l'histoire et l'engagement de l'ADJB avec les portraits de 14 témoins contemporains originaires de la région

Le livre a été rédigé par M. Jacques Simonin et les illustrations sont dues au talent de Tony Marchand. Partez à la découverte de ces témoignages.



« TÉMOIGNAGES »

Livre anniversaire, 93 pages sur l'histoire et l'engagement de l'ADJB avec les portraits de 14 témoins contemporains originaires de la région.

Prix de vente : CHF 20.-

Commandes auprès de Denis Gerber :

Rue de la Fourchaux 21 2610 Saint-Imier

E-mail dq4333@gmail.com Tf : 032 941 46 55

UNE NOUVEAUTE / LE TOUR DES ACTIVITES « INTELLECTUELLES »

1. SUDOKU

2	9			1				5
			6	3		2		
	4		9					
			5				1	
5		7		4		6		3
	8				6			
					1		7	
		6		8	5			
1				6			3	4

2. LE PROVERBE CACHE

YES WE CAN (OUI NOUS POUVONS) : ON PEUT DIRE SANS RIRE QUE DE CETTE EXPRESSION ON PEUT TIRER TOUT UN CONCEPT DE PAIX MAIS PAS MORALISATEUR, CAR AVEC TOUT LE POUVOIR DE PERSUASION QUI SE DEGAGE DE CE NOUVEAU MONDE D'OPTIMISTES, RIEN DE SÛR N'EST ACQUIS SUR LE LONG TERME.

Un proverbe de 11 mots semés dans l'ordre au milieu de ces 50 mots est à découvrir.

3. LOGA ET GAYA

LOGA et GAYA sont deux sous-préfectures du département de DOSSO. Par quels chiffres faut-il remplacer les lettres formant les noms ces trois villes pour que l'addition suivante soit exacte ?

$$\text{LOGA} + \text{GAYA} = \text{DOSSO}$$

On précise que :

- Deux lettres différentes représentent deux chiffres distincts
- Il n'y pas de zéro
- Il y a plusieurs solutions.



Les solutions figureront dans notre prochain numéro (si le maintien de la parution de notre journal interne est soutenu et surtout souhaité).



Le comité et les membres de l'association des diabétiques du Jura bernois tiennent ici à exprimer toute leur reconnaissance aux banques, associations entreprises, commerçants, artisans et communes qui ont accepté de les soutenir pour cette année 2023.

**UN GRAND MERCI
AUX COMMUNES
AUX INSTITUTIONS BANCAIRES
AUX CLUBS SERVICE
AUX ENTREPRISES
AUX COMMERÇANTS
AUX ASSOCIATIONS
AUX PERSONNES PRIVEES
SOUTENANT DJB EN 2023**



Vos prises de position, vos suggestions, vos critiques et vos propositions d'articles sont attendues plus que jamais.

Nos sources d'informations :

- ❖ Wikipedia
- ❖ Le diabète Comment gérer cet obstacle ?
- ❖ D-journal romand
- ❖ Documents ASD

Le « rédacteur » : Denis Gerber