Qu'est-ce que le diabète ?

Une maladie chronique liée à un excès de sucre dans le sang (hyperglycémie)

Il existe trois types principaux

Type 1

LE SYSTÈME IMMUNITAIRE ATTAQUE LES CELLULES PRODUCTRICES D'INSULINE

Type 2

LIÉ PRINCIPALEMENT AU MODE DE VIE

Gestationnel

SURVIENT PENDANT LA GROSSESSE

Quels sont les symptômes ?

- Urines fréquentes
- Soif intense
- Fatigue inexplicable
- Vision floue
- Perte de poids



Vous vous reconnaissez ? Parlez-en à votre médecin.

Zoom sur le diabète de type 2

Les principaux facteurs de risque :

- Obésité
- Sédentarité
- Mauvaises habitudes alimentaires
- Âge
- Hérédité

Le seul sur lequel on peut agir !

90 % des cas sont liés au mode de vie

Comment l'éviter ?

- contrôler le poids
- manger équilibré
- bouger plus au quotidien
- réduire le stress
- limiter sa consommation de tabac & d'alcool



Province de Liège

journée mondiale du diabète
le 14 novembre

La **Province se bouge** pour **prévenir le diabète !**



1 personne sur 3 s'ignore : faites-vous dépister !

Test d'orientation rapide (goutte de sang prélevée sur le doigt) : indication instantanée !



Parlez-en avec votre médecin

Êtes-vous à risque ?

Faites le test !
Le diabète ne se voit pas,
il se dépiste !

ASSOCIATION DU DIABÈTE
DIABÉTIQUES & SOIGNANTS, PARTENAIRES

SCANNEZ le QR Code

Trouvez un lieu de dépistage gratuit près de chez vous !

Scannez pour découvrir les lieux de dépistage gratuit près de chez vous.

Pour plus d'informations :
www.provincedeliege.be/diabete
www.diabete.be

journée mondiale du diabète
le 14 novembre

Province de Liège