

Aidez votre proche à discuter avec son médecin du diabète de type 2 et de la santé cardiaque



Pour les personnes atteintes de diabète de type 2 qui présentent des antécédents de maladie cardiaque, **maîtriser uniquement le taux de sucre dans leur sang peut ne pas être suffisant. Il existe des médicaments éprouvés qui, de concert avec un régime alimentaire et l'exercice, peuvent réduire le risque** de décès dû à des problèmes avec votre cœur et vos vaisseaux sanguins.

Utilisez le guide ci-dessous pour entamer une conversation avec le médecin de votre proche. Ensemble, élaborer un plan pour réduire le risque de maladie cardiaque, d'insuffisance cardiaque et d'AVC de votre proche.

Voici quelques exemples de questions que vous ou votre proche pouvez poser à son médecin.



Devons-nous nous préoccuper de la santé cardiaque ou du risque de maladie cardiaque?



Que pouvons-nous faire d'autre pour gérer notre santé cardiaque?



Quels changements à notre mode de vie pouvons-nous apporter pour réduire le risque de maladie cardiaque?



Est-ce que mon proche prend un médicament qui peut réduire son risque de mourir d'un problème cardiaque ou vasculaire?



Quels autres facteurs peuvent contribuer au risque de maladie cardiaque?

Au Canada, il existe présentement deux traitements qui, en association avec un régime alimentaire et de l'exercice, sont indiqués pour **réduire le risque de mourir d'une maladie cardiaque** chez les personnes atteintes de diabète de type 2 qui présentent des antécédents de maladie cardiaque. **Pour obtenir plus d'information sur ces options, consultez le médecin de votre proche.**

N'oubliez pas de prendre soin de vous, même lorsque vous prenez soin d'une autre personne.

Prendre soin d'un proche peut être difficile. Il est également important de prendre soin de sa propre santé et de son bien-être.

Gardez votre cœur en tête

Comprendre la maladie cardiaque et son lien avec le diabète de type 2 peut vous aider, vous et votre proche, à avoir une conversation plus fructueuse avec son médecin.

Qu'est-ce que la maladie cardiaque?

La maladie cardiaque est un groupe de maladies qui peuvent affecter la structure et les fonctions du cœur et des vaisseaux sanguins du cœur. Elle survient lorsque le cœur ou les vaisseaux sanguins qui amènent le sang jusqu'au cœur sont endommagés.

Quel est le lien entre le diabète de type 2 et la maladie cardiaque?

Le diabète augmente le risque de maladie cardiaque et d'accident vasculaire cérébral, les deux causes de décès les plus fréquemment associées au diabète de type 2.



risque **2 à 4 fois** plus élevé de présenter une maladie cardiaque que les personnes qui ne souffrent pas de diabète



Risque plus de **3 fois** plus élevé d'être hospitalisées en raison problèmes touchant la santé cardiaque



peuvent présenter une maladie cardiaque **15 ans** plus tôt que les personnes non diabétiques



1 personne atteinte de diabète de type 2 **sur 2** mourra des suites d'une maladie cardiaque

Comment pouvez-vous aider à protéger leur cœur?

La prise en charge appropriée du diabète de type 2 peut aider à prévenir ou à retarder l'apparition des complications du diabète.

Au Canada, il existe des médicaments qui, en association avec un régime alimentaire et de l'exercice, sont indiqués pour réduire le risque de mourir d'événements liés au cœur ou aux vaisseaux sanguins si vous êtes atteint de diabète de type 2 et avez des antécédents de maladie cardiaque. Pour obtenir plus d'information sur ces options, consultez le médecin de votre proche.

Aidez vos proches à adopter un mode de vie sain



Aidez-les à atteindre et à maintenir un poids sain



Aidez-les à mesurer régulièrement leur glycémie



Aidez-les à adopter de bonnes habitudes alimentaires



Encouragez-les à visiter régulièrement leur médecin

Consultez dupanieralatable.ca pour obtenir des recettes adaptées au diabète que vous pouvez cuisiner pour votre proche.

Aidez votre proche à protéger son cœur en en faisant l'objectif de sa visite chez le médecin.