

## DIABÈTE & SANTÉ MENTALE

### Une étude OpinionWay pour Roche Diabetes Care France sensibilise à l'impact du diabète sur la santé mentale des personnes touchées

Le diabète, maladie chronique touchant plus de 4 millions de personnes en France et dont la prévalence est appelée à croître dans les années à venir<sup>1</sup>, affecte non seulement l'organisme mais aussi le bien-être de celles et ceux qui en souffrent.

C'est ce que révèle une **étude de Roche Diabetes Care France menée par OpinionWay<sup>2</sup> sur un échantillon de 500 personnes atteintes de diabète** (de type 1 - DT1 - ou de type 2 - DT2).

La peur des complications et le stress liés à la gestion quotidienne d'une maladie chronique peuvent avoir un impact important sur la qualité de vie des patients. En effet, une fois diagnostiqué, le diabète est présent au quotidien, il se traite mais on n'en guérit pas. Il requiert une implication rigoureuse et constante, ce qui peut générer une charge significative, et donc un impact sur le bien-être.

**94% des personnes interrogées déclarent en effet rencontrer au moins un problème de bien-être** (troubles du sommeil ou de l'alimentation, déprime, stress, anxiété) - **les femmes étant davantage touchées que les hommes** :

- 30% des femmes se sentent (souvent ou très souvent) déprimées, vs. 14% des hommes<sup>3</sup>
- 40% d'entre elles se sentent anxieuses vs. 25% des hommes<sup>3</sup>
- Enfin, 54% des femmes interrogées souffrent de troubles du sommeil vs. 34% des hommes.<sup>3</sup>



*« Le diabète est une maladie chronique qui peut avoir un impact lourd sur la santé mentale et le bien-être des patients. L'étude met en évidence que plus d'un tiers des répondants déclare être impacté plusieurs fois par mois par des problèmes de sommeil, de stress ou encore d'anxiété. Ces résultats peuvent avoir une origine variée, mais ils soulignent l'importance d'une prise en charge globale des patients, incluant autant les aspects physiques que psychiques. Un soutien psychologique adapté offrira un espace d'écoute, en particulier dans les moments difficiles de diagnostic ou de mise en place du traitement, il sera également l'occasion de se réapproprier son vécu, d'identifier ce qui est douloureux, de travailler sur les émotions et sur ce qui fait ressource.*

*Par exemple, les chiffres nous indiquent ici que plus les patients exercent une activité physique, plus leurs ressentis de dépression, d'anxiété ou de troubles du sommeil diminuent. L'activité physique peut donc constituer un soutien, au même titre que d'autres activités qu'il est intéressant de savoir identifier.* » commente **Marie de Bonnières, psychologue clinicienne et autrice du livre *Mieux vivre avec une maladie chronique*.**

<sup>1</sup> Caisse Nationale d'Assurance Maladie - Rapport Charges et Produits juillet 2023

<sup>2</sup> Enquête en ligne réalisée en mars 2023 par Opinion Way pour Roche Diabetes Care France auprès d'un échantillon de 450 personnes diabétiques de type 2 et 50 personnes diabétiques de type 1

<sup>3</sup> Sont considérées ici les personnes ayant répondu "Souvent" ou "Très souvent"

**Étonnamment, parmi les personnes interrogées rencontrant ces problèmes, seulement 19% - 22% des DT1 et 18% des DT2 - sont ou ont été suivies par un professionnel spécialisé dans la santé mentale (psychiatre ou psychologue).**

*« Ces chiffres illustrent que l'impact du diabète sur la santé mentale est encore sous-estimé, malgré les nombreuses études sur le sujet. Il est d'autant plus important d'être vigilant que la dépression risque d'aggraver le pronostic de la maladie. Des signes d'alerte comme les troubles du sommeil, les troubles de l'alimentation, la perte d'envie, le stress, les attaques de panique ou la difficulté à suivre son traitement peuvent indiquer un besoin d'aide de la part du patient. Les professionnels de santé de proximité, notamment les pharmaciens et les médecins généralistes, doivent être attentifs à ces signaux, et proposer aux patients un soutien approprié lorsqu'ils sont détectés. »*

### **LES PATIENTS DIABÉTIQUES DE TYPE 1 DAVANTAGE CONCERNÉS**

Les personnes atteintes de diabète de type 1 sont particulièrement exposées aux problèmes de santé mentale (traitement systématique par insuline plusieurs fois par jour, peur des hypoglycémies, survenue précoce de la maladie, etc). **En effet, 42% des DT1 se sentent souvent ou très souvent anxieux, soit 11 points de plus que les DT2.**

*« Le diabète de type 1 semble avoir un impact psychologique particulièrement important, notamment car ces patients sont soumis à un traitement injectable. Les contraintes liées à la maladie et au traitement affectent la qualité de vie et le quotidien dans tous ses aspects, du social à l'affectif en passant par le professionnel. Accepter une maladie chronique et vivre avec ses contraintes quotidiennes est un processus long et parfois difficile. Le soutien des proches, des soignants, des pairs ou des associations ainsi qu'un suivi psychologique adapté sont essentiels pour aider les patients sur le long terme. »* conclut **Marie de Bonnières**.

### **ROCHE DIABETES CARE FRANCE, UN ACTEUR AU PLUS PRÈS DES PATIENTS**

Consciente des freins et difficultés que peut engendrer cette maladie chronique, **Roche Diabetes Care France s'engage à sensibiliser largement aux impacts du diabète sur la vie quotidienne, mais va aussi au-delà et fait de l'accompagnement des patients au quotidien une de ses principales missions.**

Roche Diabetes Care France propose notamment des programmes d'accompagnement dédiés aux personnes diabétiques, comme "**Bien Vivre mon diabète**" : un dispositif d'accompagnement personnalisé et gratuit lancé en avril 2024 pour aider les patients diabétiques (DT2 et diabète gestationnel) à vivre plus sereinement. Pour en savoir plus, rendez-vous sur [bienvivremondiabete.fr](https://bienvivremondiabete.fr)

#### **Contact médias**

Agence Monet - 04 78 37 34 64

[rp-rochediabetes@monet-rp.com](mailto:rp-rochediabetes@monet-rp.com)

Chloé Vernay, Alice Gobert et Mélanie Da Rui-Pons



### **À propos de Roche Diabetes Care France**

Roche Diabetes Care est une entreprise de santé spécialisée dans le diabète. Depuis plus de 40 ans, elle conçoit des dispositifs médicaux, des solutions digitales et des services pour répondre aux besoins des patients et des professionnels de santé. En connectant dispositifs médicaux et solutions digitales, Roche Diabetes Care ouvre la voie à une gestion personnalisée du diabète, avec pour ambition de faciliter et d'optimiser la prise en charge et le suivi de cette maladie complexe. Roche Diabetes Care France est une filiale du groupe Roche en France, aux côtés de Roche SAS France et de Roche Diagnostics France. Pour de plus amples informations, veuillez consulter [www.roche.fr](http://www.roche.fr).

FR 3441 (Mai 2024)