



DIABÈTE GESTATIONNEL



Un **diabète** au cours de la **grossesse** a été diagnostiqué et vous avez été **accompagnée** par les services de diabétologie de la **maternité du Centre Hospitalier Intercommunal de Fréjus/Saint-Raphaël**



FÉLICITATION ! BÉBÉ EST ARRIVÉ

Pour prévenir le risque de survenue d'un **diabète de type 2**, nous vous proposons de poursuivre votre accompagnement nutritionnel avec **les diététicienne de notre secteur**

CONSULTATIONS 100% PRISES EN CHARGE

Grâce à la **prescription de votre médecin** ou de votre **sage-femme**, vous pouvez bénéficier de **3 consultations 100% prises en charge** avec une diététicienne (contacter CPTS VEM)

VOTRE 1ER ALLIÉ : L'ALIMENTATION

Manger varié, équilibré **local** et de **saison**. Se faire plaisir en consommant des **aliments colorés, riches en vitamines et en fibres**. Sans oublier les **bonnes sources de graisses** (colza, noix, olives, poissons gras)

VOTRE 2ÈME ALLIÉ : ACTIVITÉ PHYSIQUE

Pratiquer une **activité physique régulière** et **adaptée** est un excellent moyen de **prévention** de survenue de **diabète de type 2**. C'est aussi une très bonne façon de **retrouver son corps** et de **se faire du bien moralement !**

PENSEZ-Y : 3 MOIS APRÈS LA NAISSANCE



Réalisez une **HGPO !**
Si vous avez développé une **hypertension** :
prenez RDV avec un cardiologue et/ou un néphrologue

NB :

- o Toute patiente concernée par un diabète gestationnel et habitant sur le territoire Var Estérel Méditerranée peut bénéficier de ces consultations
- o 3 consultations prises en charge dans le cadre du suivi post-natal du diabète gestationnel
- o La patiente restera suivie par une diététicienne

VOUS SOUHAITEZ NOUS CONTACTER

(+33) 06 59 70 40 56

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 12H ET 14H À 17H

CONTACT.CPTSVEM@GMAIL.COM

EPSILON 1, 240 RUE ISAAC NEWTON
83700, SAINT RAPHAËL



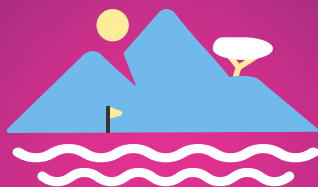
@cptsvem



@CPTS VEM



@CPTS VEM



www.cpts-vem.fr

