

Livret d'informations

DIABÈTE ET PROJETS D'AVENIR



SANTÉ

DROIT

AVENIR

TRANSITION
ADO-ADULTE



CHU de Montpellier

UTEP Transition
Hôpital Arnaud de Villeneuve
371 avenue du Doyen G. Giraud
34295 Montpellier cedex 5

Tél : 04 67 33 53 17

utep-transition@chu-montpellier.fr
www.chu-montpellier.fr

SCOLARITÉ

Les examens

Vous pouvez bénéficier d'un aménagement des conditions d'examen.

VOUS AVEZ DROIT AU TEMPS COMPENSATOIRE

Il faut s'y prendre à l'avance !
Le dossier est à déposer en début d'année scolaire.

La demande de dossier se fait auprès de l'établissement ou du rectorat.

Site du rectorat de Montpellier : www.ac-montpellier.fr
Tél. : 04 67 91 47 00

Les études supérieures

Tous les établissements d'enseignement supérieur ont mis en œuvre des dispositifs pour l'accueil et l'accompagnement des étudiants en situation de handicap.

Service Handi-U du ministère de l'enseignement supérieur, de la recherche et de l'innovation.



VIE PROFESSIONNELLE

Faut-il dire ou ne pas dire que j'ai une maladie chronique ?

A l'entretien d'embauche

Aucune loi ne vous oblige à tenir informé votre futur employeur de votre état de santé. Vous êtes libre de l'informer ou non.

A la médecine du travail ?

Au moment de l'embauche et au cours de votre vie professionnelle, vous serez amené à passer des visites médicales auprès d'un médecin du travail. Il est la seule personne, dans l'environnement professionnel, habilitée à recevoir des informations médicales. Il est tenu au secret professionnel. Il est fortement conseillé de l'informer de votre état de santé. Il vérifiera si votre état de santé est compatible avec votre emploi et pourra proposer des aménagements.



LES MÉTIERS

Compte tenu des contraintes liées au traitement et aux risques que peut représenter une hypoglycémie, certains métiers sont interdits aux personnes qui ont un diabète.

EN VOICI LA LISTE :

- Personnel navigant technique (aéronautique civile) : pilote de ligne, pilote d'hélicoptère, copilote, ingénieur navigant...
- Contrôleur de la navigation aérienne.
- Personnel des armées (et certaines écoles militaires).
- Fonctions de sécurité : réseau ferré national.
- Sapeur-Pompier.
- Marin.
- Personnel navigant commercial (PNC) : Hôtesse de l'air, Stewart.
- Police nationale.
- Douanier (branche surveillance).
- Officier des Haras Nationaux.
- Métiers nécessitant un permis de conduire.
- Corps des ingénieurs, Ingénieur des Ponts des Eaux et des Forêts, Ingénieur des Mines, Ingénieur géographe.

UN PROJET DE LOI EST EN COURS POUR FAIRE ÉVOLUER CETTE LISTE ET AINSI PERMETTRE L'ACCÈS À CERTAINS DE CES MÉTIERS.

LE PERMIS DE CONDUIRE

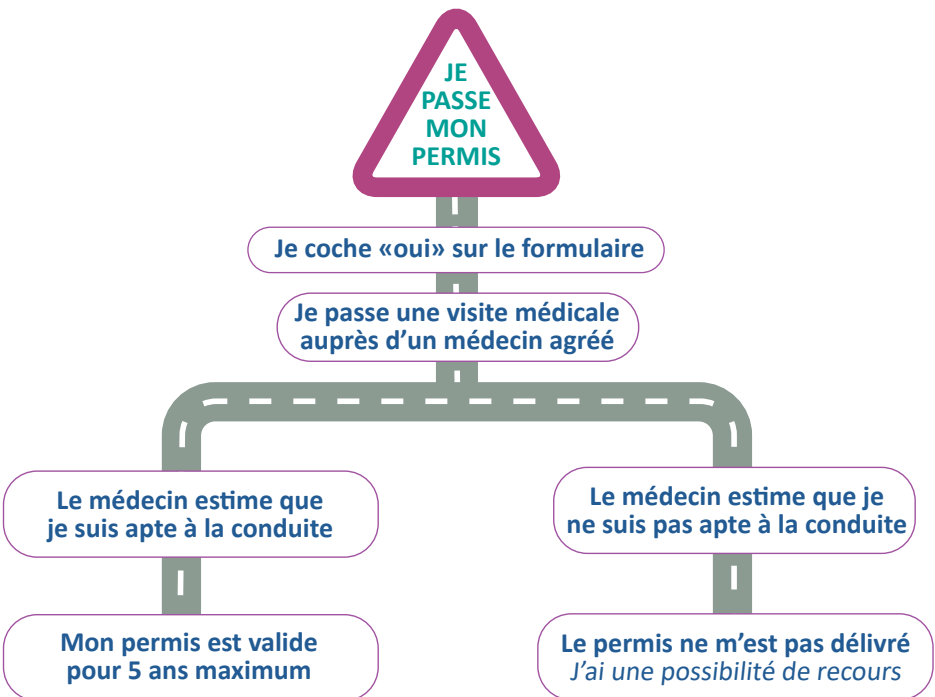
Le diabète donne lieu à la délivrance d'un permis de conduire à durée de validité limitée.

En vue de l'examen du permis de conduire, un formulaire de demande en ligne est à compléter sur le site de l'Agence Nationale des titres sécurisés (ANTS) : permisdeconduire.ants.gouv.fr.

Vous devrez alors cocher «oui» à la rubrique «le candidat est atteint à sa connaissance d'une affection et/ou d'un handicap susceptible d'être incompatible avec l'obtention ou le maintien du permis de conduire ou de donner lieu à la délivrance d'un permis de conduire de validité limitée».

Puis vous devrez passer une visite médicale avec un médecin agréé qui donnera ou pas un avis favorable à l'obtention du permis de conduire pour une durée limitée de 5 ans.

Vous devrez donc repasser cette visite médicale tous les 5 ans.



Le médecin traitant

Il est important d'avoir un médecin traitant et de le déclarer à votre caisse d'assurance maladie.

Vous bénéficierez de soins mieux remboursés pour les affections autres que votre maladie chronique.

COMMENT FAIRE CETTE DÉCLARATION ?

→ C'est simple : Lors d'une consultation, le médecin traitant fait la déclaration pour vous. Pas de formulaire à remplir, pas de courrier à envoyer !

L'ALD

C'est la prise en charge à 100% par la sécurité sociale pour tout ce qui concerne votre maladie chronique (traitements, soins, complications). La mise en ALD permet de ne pas payer le ticket modérateur.

Le renouvellement est à faire par votre médecin traitant.



La MDPH

C'est la Maison Départementale de la Personne Handicapée. Elle donne les aides liées au handicap :

- L'AAH (Allocation aux Adultes Handicapés).
- La RQTH (Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé).
- La PCH (Prestation de Compensation du Handicap).
- Le complément de ressources.

La MDPH ne s'adresse pas uniquement aux personnes qui ont un handicap visible, elle s'adresse aussi aux personnes qui ont une maladie chronique à l'origine de fatigue, d'effets indésirables liés au traitement ou d'arrêt de travail répétés.

Pour bénéficier de ces aides, vous devez remplir un dossier de demande qui comprend une partie médicale (à remplir par votre médecin) et une partie administrative. Il est important d'expliquer vos difficultés dans votre vie et les aides dont vous auriez besoin. Ne pas hésiter à se faire aider par une assistante sociale pour remplir ce dossier.

Les mutuelles de santé

C'est la complémentaire santé, elle intervient en complément du dispositif de remboursement de la sécurité sociale.

Pour les soins courants (autres que ceux pour la maladie chronique), les dépenses sont remboursées en partie par la sécurité sociale. Le reste de ces dépenses est remboursé par la mutuelle.

ASSURANCE EMPRUNTEUR

Lorsque vous souscrivez à un prêt bancaire, vous devez souscrire en parallèle à une assurance de prêt.

Vous pourrez être amené à rencontrer des difficultés pour assurer votre prêt car il y a obligation de déclaration de la maladie. Vous risquez d'avoir des surprimes ou des exclusions dans les garanties.

Il est donc important de faire jouer la concurrence.

VERS QUI SE TOURNER ?

- La convention AERAS (s'Assurer et Emprunter avec un Risque Aggravé de Santé) : propose des solutions pour l'accès à l'assurance et à l'emprunt.
- Les associations de patients : peuvent avoir des partenariats avec certaines assurances et proposer des tarifs préférentiels.



ASSURANCE POUR VOYAGER

En Europe

Si vous devez bénéficier de soins médicaux en Europe, il faut présenter la **carte européenne d'assurance maladie**. Elle permet la prise en charge de vos soins. Elle est individuelle et il faut en faire la demande sur le site [ameli.fr](https://www.ameli.fr) au moins quinze jours avant votre départ.

Si vous deviez avancer les frais, il est important de conserver les justificatifs et factures, vous pourriez être remboursé à votre retour en France.

Hors Europe

Si vous partez dans un pays qui a signé une convention de sécurité sociale avec la France, la prise en charge de vos soins sera similaire à celle des pays européens.

Si vous deviez avancer les frais, ou si le pays n'a pas signé de convention de sécurité sociale avec la France, conserver vos justificatifs et factures, vous pourriez être remboursé à votre retour en France.

Etudier à l'étranger

AVEC CONVENTION DE STAGE

Cela signifie que vous demeurez inscrit dans un établissement français. Sauf exception, vous relevez donc du régime de sécurité sociale français. Rapprochez-vous de votre mutuelle santé, afin de vous assurer de la prise en charge totale des frais médicaux.

SANS CONVENTION DE STAGE

Cela signifie que vous n'êtes pas inclus dans le programme universitaire. Vous ne bénéficierez pas du régime de sécurité sociale. Vous devrez donc souscrire une couverture de santé de base, soit dans le pays d'accueil, soit en France auprès de la caisse des français de l'étranger (CFE). Pensez également à associer une mutuelle.

www.cfe.fr

Pour une couverture aux Etats-Unis, il existe la couverture Wellaway

VOYAGES

ANTICIPER LE VOYAGE ET EN PARLER À SON MÉDECIN !

- Il jugera de la faisabilité du voyage en fonction de votre dossier médical et de votre état clinique actuel.
- Il adaptera éventuellement votre traitement : doses modifiées, prescriptions d'autres traitements...
- En fonction de la destination, il veillera à la mise à jour de vos vaccinations.

ANTICIPER LES DÉCALAGES HORAIRES !

- La réalisation de l'insuline rapide sera à faire au moment de chaque repas
- La réalisation de l'insuline lente sera à adapter en fonction de la destination (voyage vers l'Est ou vers l'Ouest), du nombre d'heure du décalage horaire. Plusieurs solutions s'offriront à vous, parlez-en à votre diabétologue.
- Sous pompe, les bolus sont à faire au moment des repas.

VOYAGES EN AVION

- En cas de voyage en avion, garder les insulines et le glucagon en bagage cabine. **L'insuline n'aime pas les variations de température !**
- Répartir le matériel dans 2 bagages en cas de perte ou de vol.

LE MATÉRIEL

- Calculer la quantité de matériel nécessaire pour la durée du séjour et prévoir 30 à 50% de matériel en plus en fonction de la destination.



LA CHECK-LIST

Le matériel

- Insulines > dans une pochette isotherme
- Stylos rechargeables, aiguilles
- Lecteur de glycémie (+piles) et bandelettes, ou capteurs freestyle
- Lecteur de cétonémie et bandelettes ou bandelettes urinaires
- Stylos auto-piqueurs, lancettes
- Désinfectant, coton
- Si pompe : 2^{ème} pompe, cathéters, réservoirs, piles, patches anesthésiants
- Kit glucagen > dans une pochette isotherme
- Piles, chargeurs des appareillages et adaptateurs de prise électrique

Pour info, si pompe : tous les prestataires peuvent livrer du matériel partout dans le monde.

Resucrage

- Sucres en morceaux et collations
- Encas pour un (ou plusieurs) repas supplémentaire(s)

Les papiers

- Ordonnance qui couvre la durée du séjour
- Dernier courrier de votre médecin
- Certificat médical pour transporter le matériel médical
- Une assurance rapatriement adaptée (veillez à vérifier les clauses d'exclusion)
- Carte vitale ou carte européenne ou certificat d'assurance
- Carte «J'ai un diabète» (vous pouvez en trouver dans différentes langues sur internet)
- Carnet de surveillance
- Adresses de centres médicaux, des ambassades et des consulats
- Si pompe : Schéma de remplacement de la pompe
- Si pompe : Débit de base et données de l'assistant bolus notés sur un carnet

Sans oublier

- Passeport
- Billets d'avion, de train

CONTACTS UTILES

Adolescence

LA MAISON DES ADOLESCENTS

C'est un lieu qui accueille les adolescents et répond à toutes leurs questions, quel que soit le sujet. L'adolescent peut venir seul ou accompagné, avec ou sans rendez-vous, c'est anonyme et gratuit. Il y en a dans tous les départements.

→ A Montpellier : 9 rue de la République - Tél : 04 67 92 99 18

FIL SANTÉ JEUNES

C'est un site web qui répond aux différentes préoccupations des jeunes en matière de santé, sexualité, nutrition, drogues et addictions... Il y a un espace pour poser ses questions ainsi qu'un numéro de téléphone anonyme et gratuit.

→ www.Filsantejeunes.com - Tél : 0 800 235 236

Scolarité et orientation professionnelle

HANDI U

Service d'information, d'accueil et d'accompagnement des étudiants en situation de handicap mis en œuvre dans tous les établissements d'enseignement supérieur.

→ www.enseignementsup-recherche.gouv.fr

A Montpellier : Handiversité - Tél : 04 67 14 41 44

MISSION LOCALE

Service d'aide et d'orientation pour l'insertion professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans. Présente dans chaque département, elle accompagne les jeunes dans leurs recherche d'emploi ou de formation.

→ www.mission-locale.fr

A Montpellier : Mini Parc Euromédecine, 1006 rue de la croix verte
Tél : 04 99 52 23 33

Questions juridiques

SANTÉ INFO DROIT

C'est un service d'informations juridiques qui répond à toutes questions en lien avec le droit de la santé.

→ www.france-assos-sante.org - Tél : 01 53 62 40 30

CONTACTS UTILES suite...

Sexualité

LE PLANNING FAMILIAL

C'est un lieu de consultation, d'information et d'accompagnement en matière de santé sexuelle. Il y en a partout en France.

www.planning-familial.org

A Montpellier : 48 Boulevard Rabelais - Tél : 04 67 64 62 19

ON S'EXPRIME

C'est un site web d'informations sur la sexualité des jeunes.

www.onsexprime.fr

Drogues et addictions

DROGUES-INFO-SERVICE

Site web d'informations sur les drogues offrant un forum de discussion, un espace où poser ses questions, ainsi qu'un numéro de téléphone.

www.drogues-info-service.fr - Tél : 0 800 23 13 13

TABAC-INFO-SERVICE

Site web d'informations sur l'arrêt du tabac offrant un forum de discussion, un espace où poser ses questions, ainsi qu'un numéro de téléphone.

www.tabac-info-service.fr - Tél : 39 89

Associations de patients

L'AJD (aide aux jeunes diabétiques)

Pour les jeunes diabétiques et leur famille, vous pouvez trouver aide et soutien, des informations pratiques, des possibilités de séjours entre jeunes diabétiques.

www.ajd-diabète.fr

LA FFD (Fédération Française des Diabétiques)

Pour tous les diabétiques, vous pouvez trouver aide et soutien, des informations utiles, des contacts.

www.federationdesdiabetiques.org

NOTES

25 horizontal dashed lines for writing notes.

NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

UTEP Transition

CHU de Montpellier
Hôpital Arnaud de Villeneuve
371 avenue du Doyen G. Giraud
34295 Montpellier cedex 5

Tél : **04 67 33 53 17**
utep-transition@chu-montpellier.fr
www.chu-montpellier.fr

