

BILAN APA DE LA PERSONNE DIABETIQUE DE TYPE 2

Nom et prénom du patient :

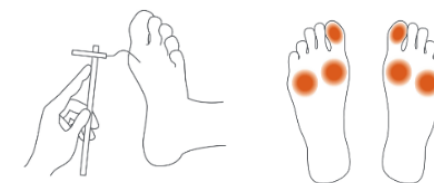
Nom et coordonnées de l'évaluateur :

	AVANT PROGRAMME	INITIAL	3 MOIS	6 MOIS	1 AN
SEDENTARITE* Nombre d'heures [1]	Lundi = Mardi = Mercredi = Jeudi = Vendredi = Samedi = Dimanche =	Lundi = Mardi = Mercredi = Jeudi = Vendredi = Samedi = Dimanche =	Lundi = Mardi = Mercredi = Jeudi = Vendredi = Samedi = Dimanche =	Lundi = Mardi = Mercredi = Jeudi = Vendredi = Samedi = Dimanche =	Lundi = Mardi = Mercredi = Jeudi = Vendredi = Samedi = Dimanche =
*SEDENTARITE = temps en dehors du sommeil passé à une dépense énergétique proche du repos par exemple : lecture, TV, assis, allongé					
ACTIVITE PHYSIQUE [2] [3] Activité de + de 10 min consécutives à une intensité perçue comme modérée à élevée	Activité : 1] 2] 3] Durée : 1] 2] 3] Glycémie par dextro avant/après activité ssi ttt hypoglycémiant : 1] / 2] / 3] / Intensité perçue : 😊 😐 😞 Plaisir : 😊 😐 😞	Activité : 1] 2] 3] Durée : 1] 2] 3] Glycémie par dextro avant/après activité ssi ttt hypoglycémiant : 1] / 2] / 3] / Intensité perçue : 😊 😐 😞 Plaisir : 😊 😐 😞	Activité : 1] 2] 3] Durée : 1] 2] 3] Glycémie par dextro avant/après activité ssi ttt hypoglycémiant : 1] / 2] / 3] / Intensité perçue : 😊 😐 😞 Plaisir : 😊 😐 😞	Activité : 1] 2] 3] Durée : 1] 2] 3] Glycémie par dextro avant/après activité ssi ttt hypoglycémiant : 1] / 2] / 3] / Intensité perçue : 😊 😐 😞 Plaisir : 😊 😐 😞	Activité : 1] 2] 3] Durée : 1] 2] 3] Glycémie par dextro avant/après activité ssi ttt hypoglycémiant : 1] / 2] / 3] / Intensité perçue : 😊 😐 😞 Plaisir : 😊 😐 😞

		INITIAL	3 MOIS	6 MOIS	1 AN
ENDURANCE [1]	TEST DE MARCHÉ DES 6 MIN	Distance parcourue = Ressenti = 😊 😐 😞 Nbr d'arrêt si besoin = FC repos = FC post TDM6 = TA repos = TA post TDM6 =	Distance parcourue = Ressenti = 😊 😐 😞 Nbr d'arrêt si besoin = FC repos = FC post TDM6 = TA repos = TA post TDM6 =	Distance parcourue = Ressenti = 😊 😐 😞 Nbr d'arrêt si besoin = FC repos = FC post TDM6 = TA repos = TA post TDM6 =	Distance parcourue = Ressenti = 😊 😐 😞 Nbr d'arrêt si besoin = FC repos = FC post TDM6 = TA repos = TA post TDM6 =
	GRIP TEST	Pression en N ou poids en Kg =	Pression en N ou poids en Kg =	Pression en N ou poids en Kg =	Pression en N ou poids en Kg =
FORCE [1]	TEST DE LA CHAISE	Temps de maintien à 90° contre le mur = Ressenti = 😊 😐 😞	Temps de maintien à 90° contre le mur = Ressenti = 😊 😐 😞	Temps de maintien à 90° contre le mur = Ressenti = 😊 😐 😞	Temps de maintien à 90° contre le mur = Ressenti = 😊 😐 😞
	APPUJ UNI PODAL	Temps de maintien en secondes =	Temps de maintien en secondes =	Temps de maintien en secondes =	Temps de maintien en secondes =
SOUPLESSE [1]	DDS	Distance doigt-sol en cm =	Distance doigt-sol en cm =	Distance doigt-sol en cm =	Distance doigt-sol en cm =
SENSIBILITE	MONO FILAMENT 10G* [4]	Test – (au moins 2 bonnes réponses sur 3 pour chacun des 3 sites)	Test – (au moins 2 bonnes réponses sur 3 pour chacun des 3 sites)	Test – (au moins 2 bonnes réponses sur 3 pour chacun des 3 sites)	Test – (au moins 2 bonnes réponses sur 3 pour chacun des 3 sites)
		Test + (2 des 3 réponses sont fausses sur au moins 1 site)	Test + (2 des 3 réponses sont fausses sur au moins 1 site)	Test + (2 des 3 réponses sont fausses sur au moins 1 site)	Test + (2 des 3 réponses sont fausses sur au moins 1 site)

*Test au mono-filament [4] : faire tester d'abord sur les mains afin que le patient sache ce qu'il doit ressentir. Appliquer le monofilament perpendiculairement à la peau sans que le patient ne voit ce que fait l'évaluateur. Exercer une pression continue d'une seconde en faisant bomber le monofilament. Demander au patient s'il sent l'application et de quel côté. Répéter 3x sur chaque site dont une fois factice.

[5]



BIBLIOGRAPHIE :

1. documentation [Internet]. [cité 26 mai 2024]. Disponible sur: <https://www.prescriforme.fr/documentation>
2. [Sport et Diabète] | [activité physique adaptée] [Internet]. [cité 26 mai 2024]. Disponible sur: <https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/activite-physique>
3. ap_fiche_diabete_2.pdf [Internet]. [cité 26 mai 2024]. Disponible sur: https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2022-11/ap_fiche_diabete_2.pdf
4. 7v_referentiel_2clics_diabete_060215.pdf [Internet]. [cité 26 mai 2024]. Disponible sur: https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2015-02/7v_referentiel_2clics_diabete_060215.pdf
5. Test-au-monofilament.pdf [Internet]. [cité 26 mai 2024]. Disponible sur: <https://www.ch-douai.fr/wp-content/uploads/2022/12/Test-au-monofilament.pdf>