

My Life Beyond LE DIABÈTE

Hey Gee et Wolf Queen



HEYGEE

FONDATION IPSEN
BookLab

Ce livre est une collaboration entre
la Mayo Clinic et la Fondation Ipsen.

L'histoire est inspirée de la vie de Wolf Queen,
une jeune patiente diabétique.

Les mots en gras se réfèrent aux termes définis dans le
Glossaire, à la fin du livre, en page 32.

ÉDITRICE SCIENTIFIQUE

Ana L. Creo, M.D., Consultante, Department of Pediatric Endocrinology et Department of Adult Endocrinology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Présidente du Pediatric Diabetes Center; Professeure adjointe de Pédiatrie, Mayo Clinic College of Medicine and Science
En collaboration avec Janet Hansen, R.N., CDCES, Consultante en Diabétologie, Department of Pediatric Endocrinology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA

DIRECTEURS DE COLLECTION

Fredric B. Meyer, M.D., Consultant, Department of Neurologic Surgery,
Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Doyen exécutif de l'éducation, Professeur de Neurochirurgie,
Mayo Clinic College of Medicine and Science

James A. Levine, M.D., Ph.D., Professeur, Président, Fondation Ipsen, Paris, France

LE DIABÈTE

Hey Gee et Wolf Queen

Avant-Propos

Quand j'étais petite, je ne me sentais pas très bien et j'ai dû aller à l'hôpital. On a découvert que j'avais un diabète de type 1. Cela signifie que mon corps ne produit pas suffisamment d'**insuline** pour transformer le sucre ingéré. Au début, j'ai eu peur. De nombreuses personnes m'ont annoncé tout ce que je devrai faire jusqu'à la fin de ma vie. Ma mère est infirmière donc elle connaissait déjà cette maladie, mais ce n'était pas le cas pour mon père et moi.

Nous sommes restés à l'hôpital pendant plusieurs jours et avons tout appris sur le diabète et comment vivre avec. Heureusement, j'ai commencé à aller mieux car je recevais l'**insuline** dont j'avais besoin. Malheureusement, je devais recevoir de nombreuses injections et me piquer régulièrement le doigt pour vérifier ma **glycémie**. Au début, c'était difficile et je n'aimais vraiment pas ça. Ce n'est toujours pas une partie de plaisir, mais maintenant c'est beaucoup plus facile. Quand quelqu'un me voit le faire, il me dit toujours que je suis très courageuse.

On me demande tout le temps ce que je peux faire ou non à cause de ma maladie. On me demande aussi si je peux manger des bonbons, des gâteaux et des glaces. Au début, moi aussi je me suis posé toutes ces questions. Mais maintenant je sais que je peux faire tout ce que peuvent faire les autres enfants, je dois juste anticiper. Je sais aussi beaucoup plus de choses sur l'alimentation et la nutrition que la plupart des enfants de mon âge. Grâce à cette maladie, j'ai une vie beaucoup plus saine, et ce pour le restant de mes jours.

J'espère que tous ceux et celles qui liront ce livre savent que les enfants diabétiques peuvent faire tout ce que les autres enfants font, même partir à l'aventure!

Wolf Queen

“
LE DIABÈTE
NE DOIT PAS T'EMPÊCHER
DE RÉALISER TES RÊVES

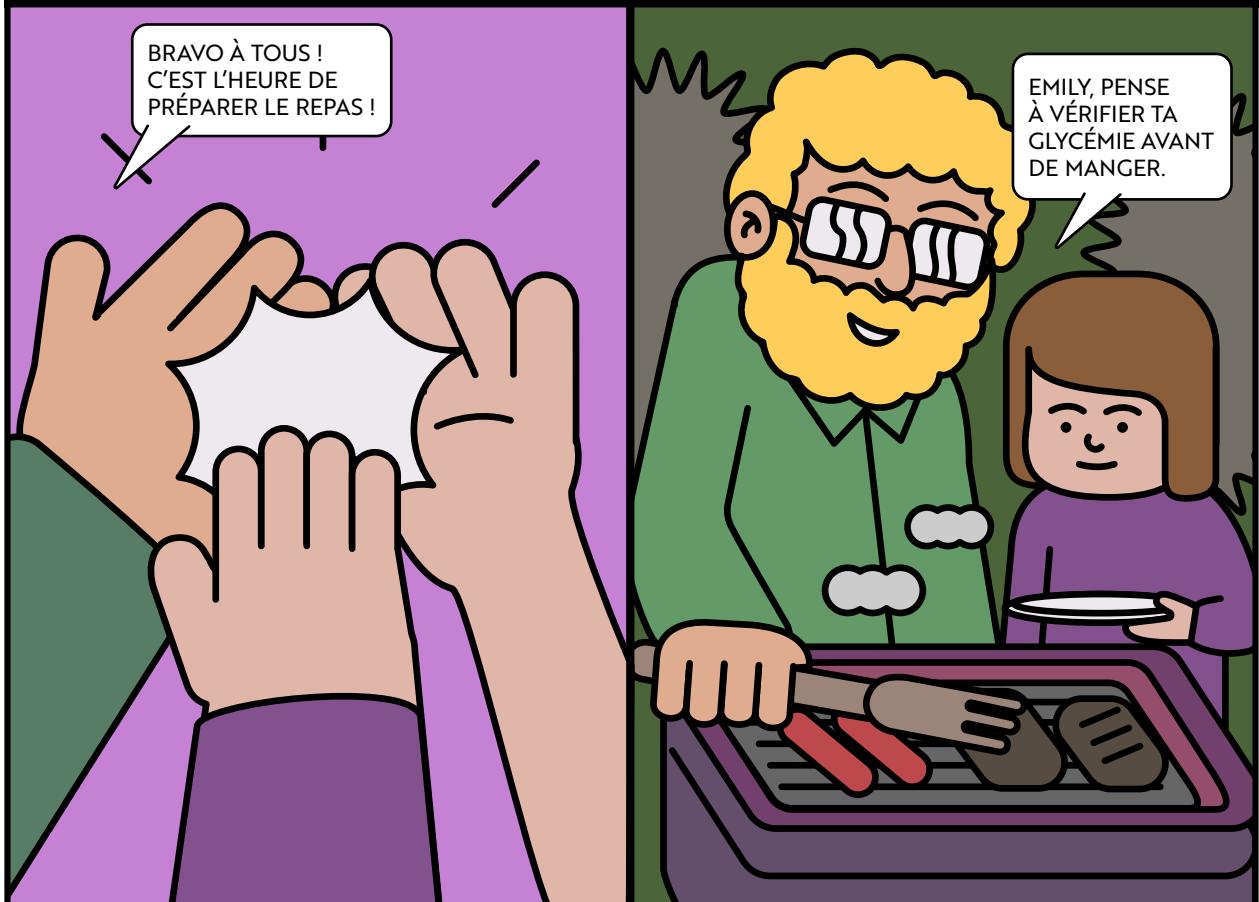
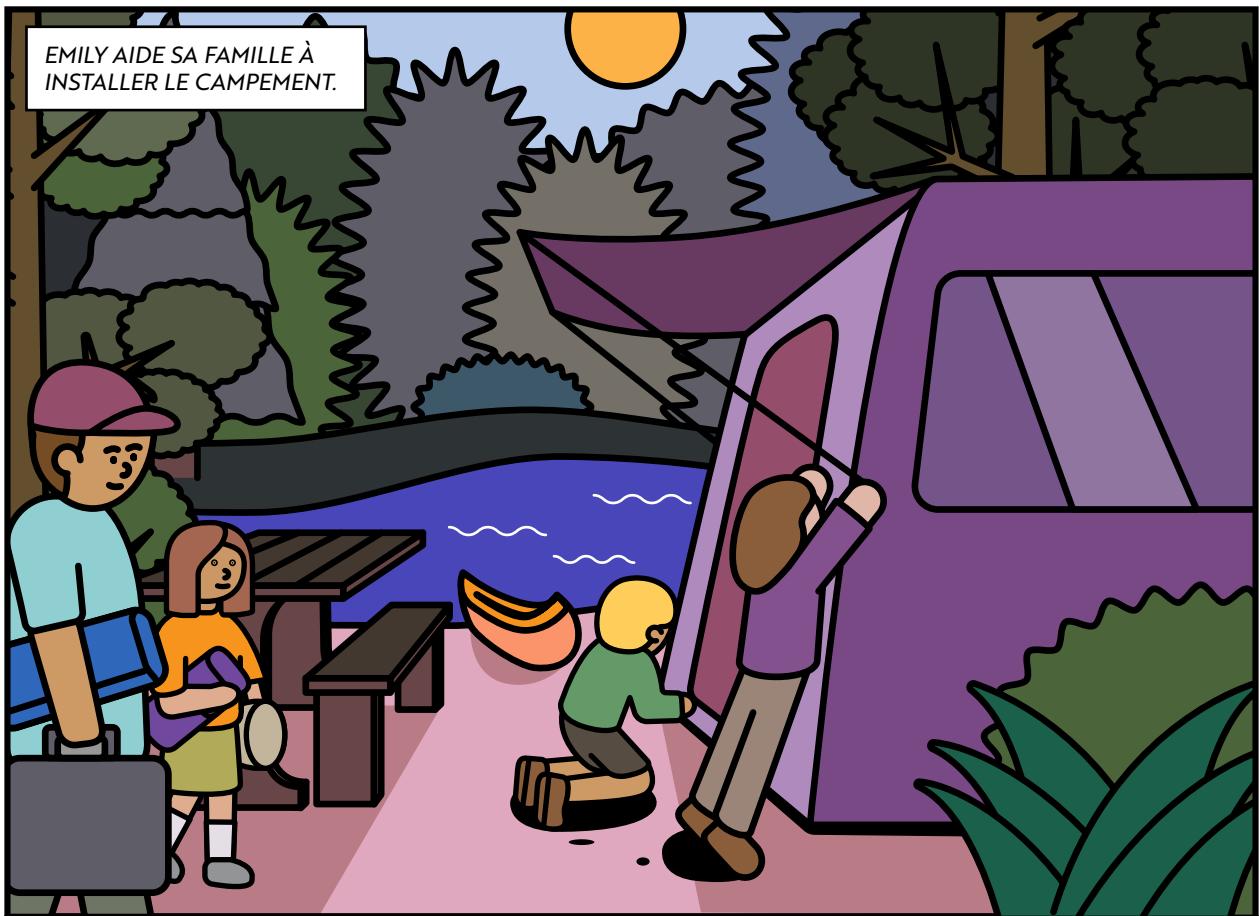
”





APRÈS UNE LONGUE ROUTE,
LA FAMILLE ARRIVE ENFIN.





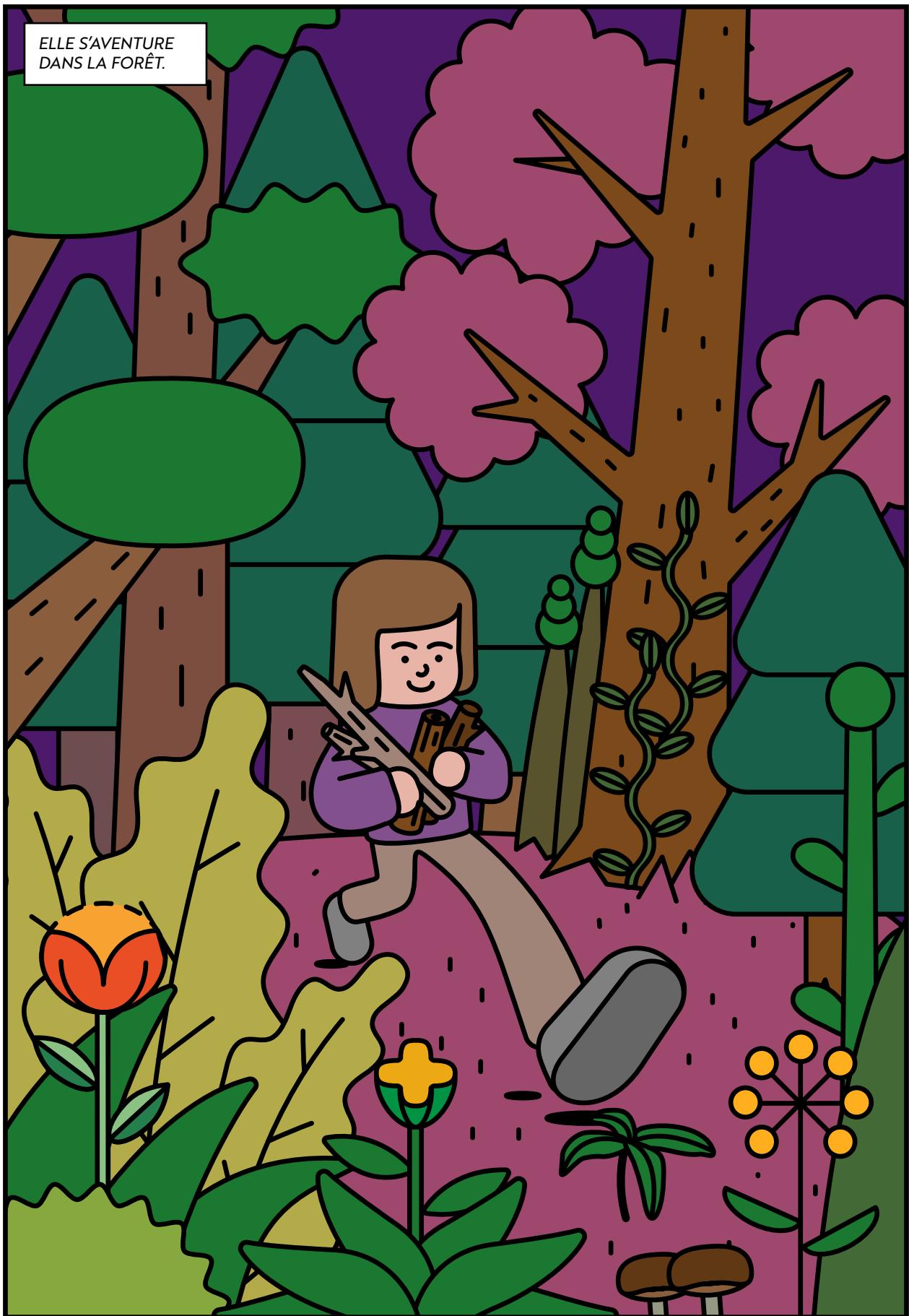
EMILY VÉRIFIE SA GLYCÉMIE. ELLE PENSE À TOUT CE QUI LUI FAIT ENVIE ET AJUSTE LA QUANTITÉ D'INSULINE QU'ELLE VA PRENDRE.



J'AI ENVIE DE MANGER UN HAMBURGER, DU MAÏS ET DES HARICOTS VERTS !



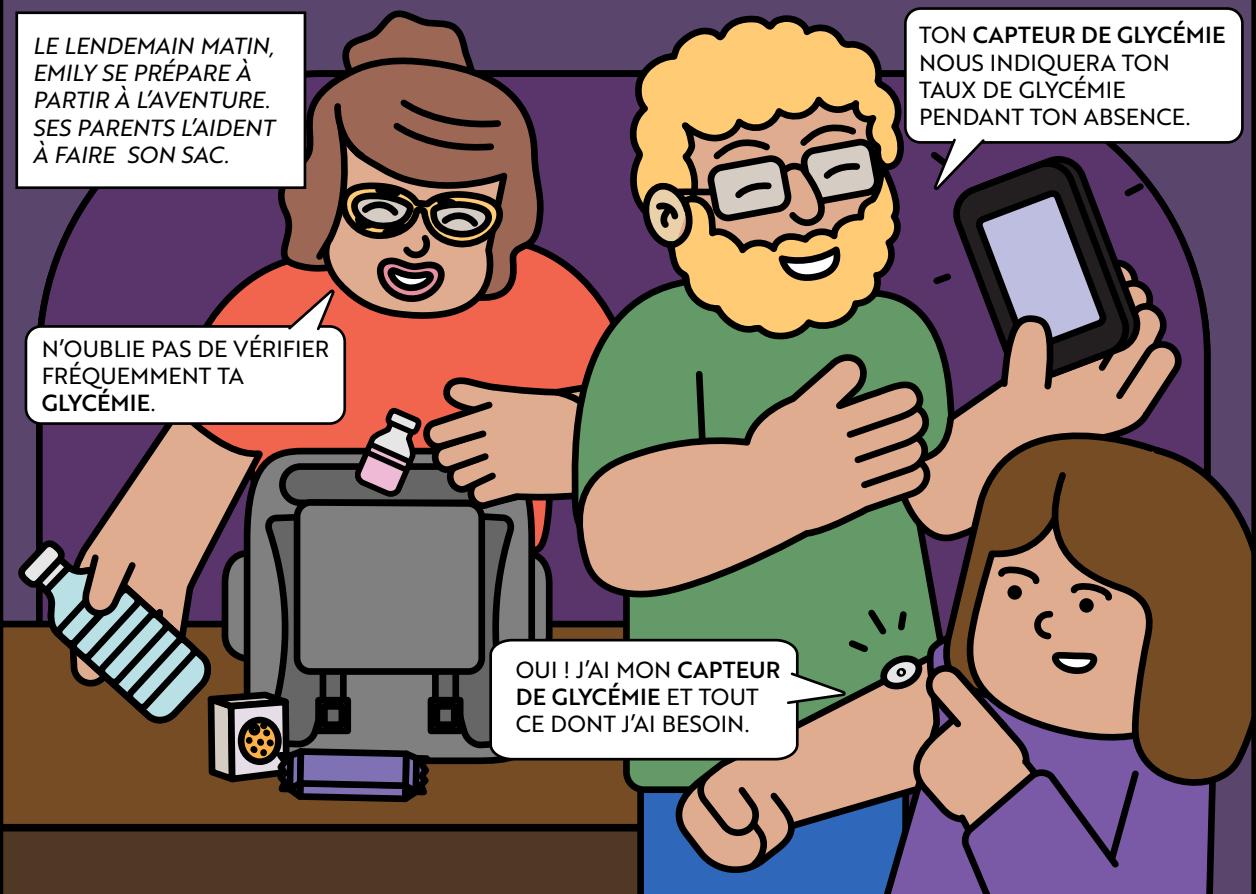
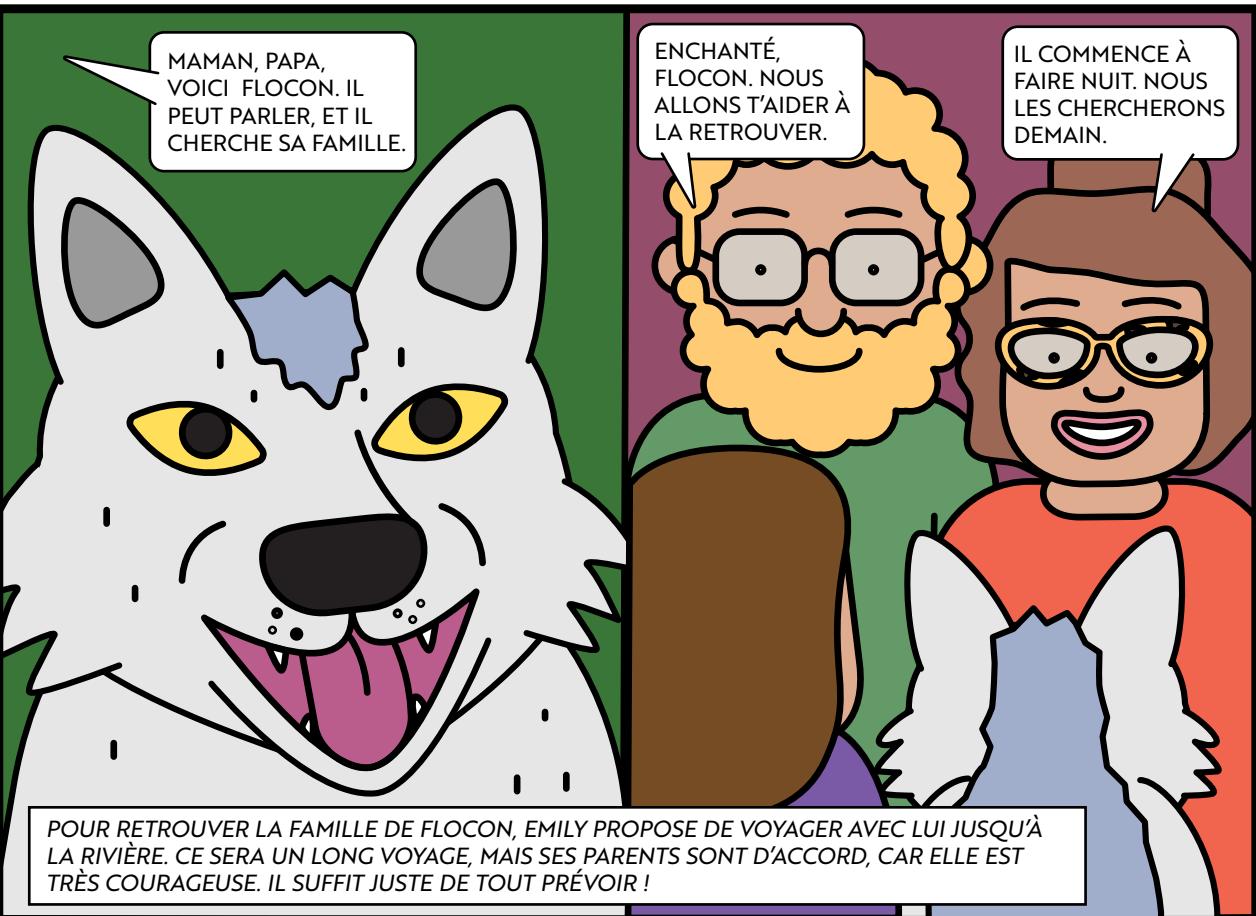




ELLE S'AVENTURE
DANS LA FORêt.









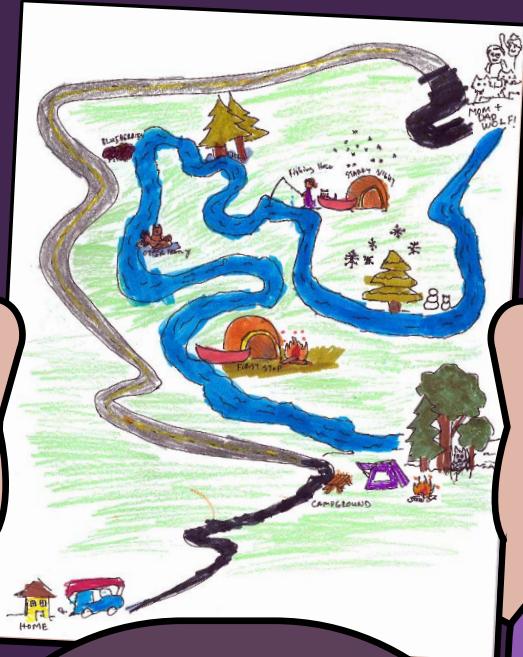
APRÈS UNE LONGUE JOURNÉE DE CANOË, EMILY ET FLOCON SONT ÉPUISÉS.



ILS REGARDENT LA CARTE ET S'ARRÈTENT POUR INSTALLER LEUR CAMPEMENT.
ILS MANGENT UN REPAS SAIN ET DES FRIANDISES POUR LE DÎNER.

PARCE QUE JE SUIS DIABÉTIQUE. LAISSE MOI T'EXPLIQUER...

POURQUOI DOIS-TU TOUT LE TEMPS VÉRIFIER TA GLYCÉMIE ?

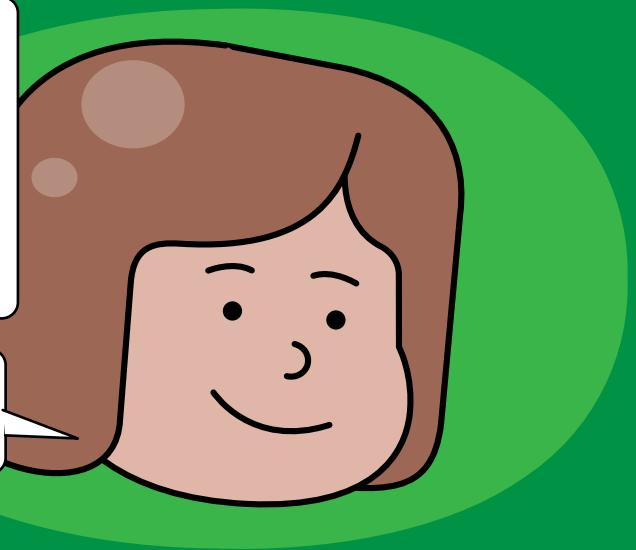




ÉTAT NORMAL

ÊTRE DIABÉTIQUE SIGNifie QUE MON CORPS NE PRODUIT PAS D'INSULINE POUR RÉGULER LE TAUX DE SUCRE DANS MON CORPS. À L'AIDE DE MON CAPTEUR DE GLYCÉMIE, JE DOIS DONC VÉRIFIER MA GLYCÉMIE POUR M'ASSURER QU'ELLE EST NORMALE.

QUAND C'EST LE CAS,
JE ME SENS BIEN.



TROP DE SUCRE

QUAND J'AI TROP DE SUCRE DANS LE SANG,
J'AI TRÈS SOIF...

BOIRE DE L'EAU PEUT AIDER, MAIS PARFOIS JE VÉRIFIÉ SI J'AI BESOIN DE PLUS D'INSULINE POUR RÉÉQUILIBRER LE TAUX DE SUCRE DANS MON SANG.

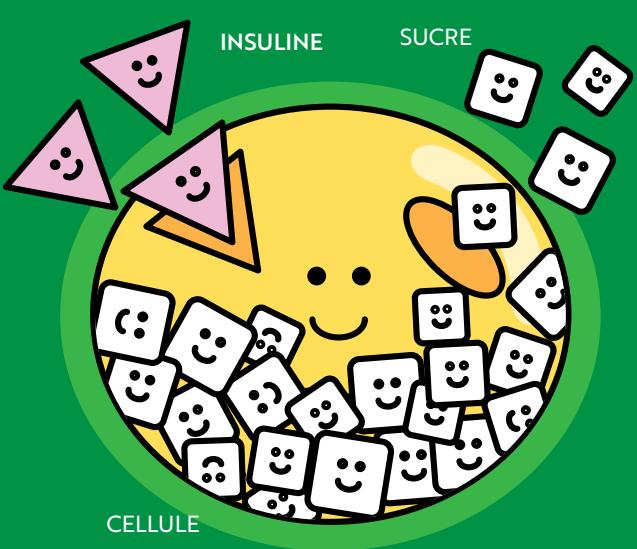


PAS ASSEZ DE SUCRE

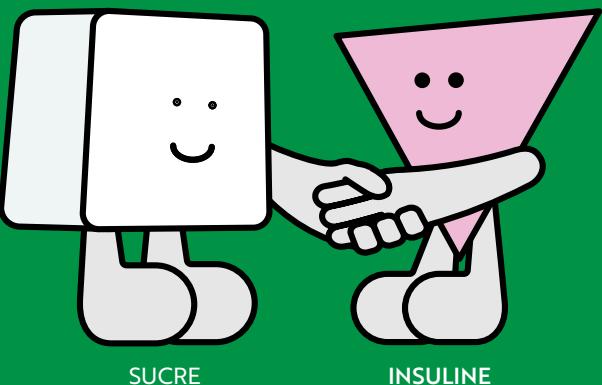
QUAND JE N'AI PAS ASSEZ DE SUCRE DANS LE SANG, JE TRANSPIRE, JE TREMBLE ET JE SUIS PÂLE.

MANGER UNE COLLATION OU BOIRE UN JUS DE FRUITS M'AIDE À AUGMENTER MON TAUX DE SUCRE DANS LE SANG.

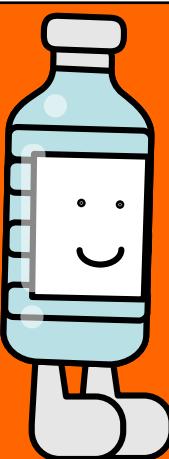




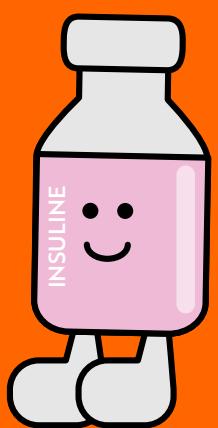
LE SUCRE ET L'INSULINE
FONCTIONNENT ENSEMBLE.
L'INSULINE RÉGULE LE TAUX
DE SUCRE.



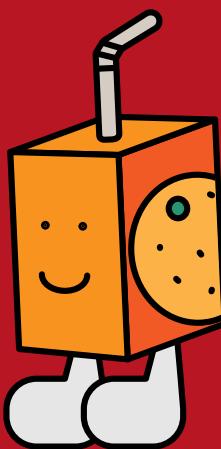
JE PEUX COMMENCER
PAR BOIRE DE L'EAU.

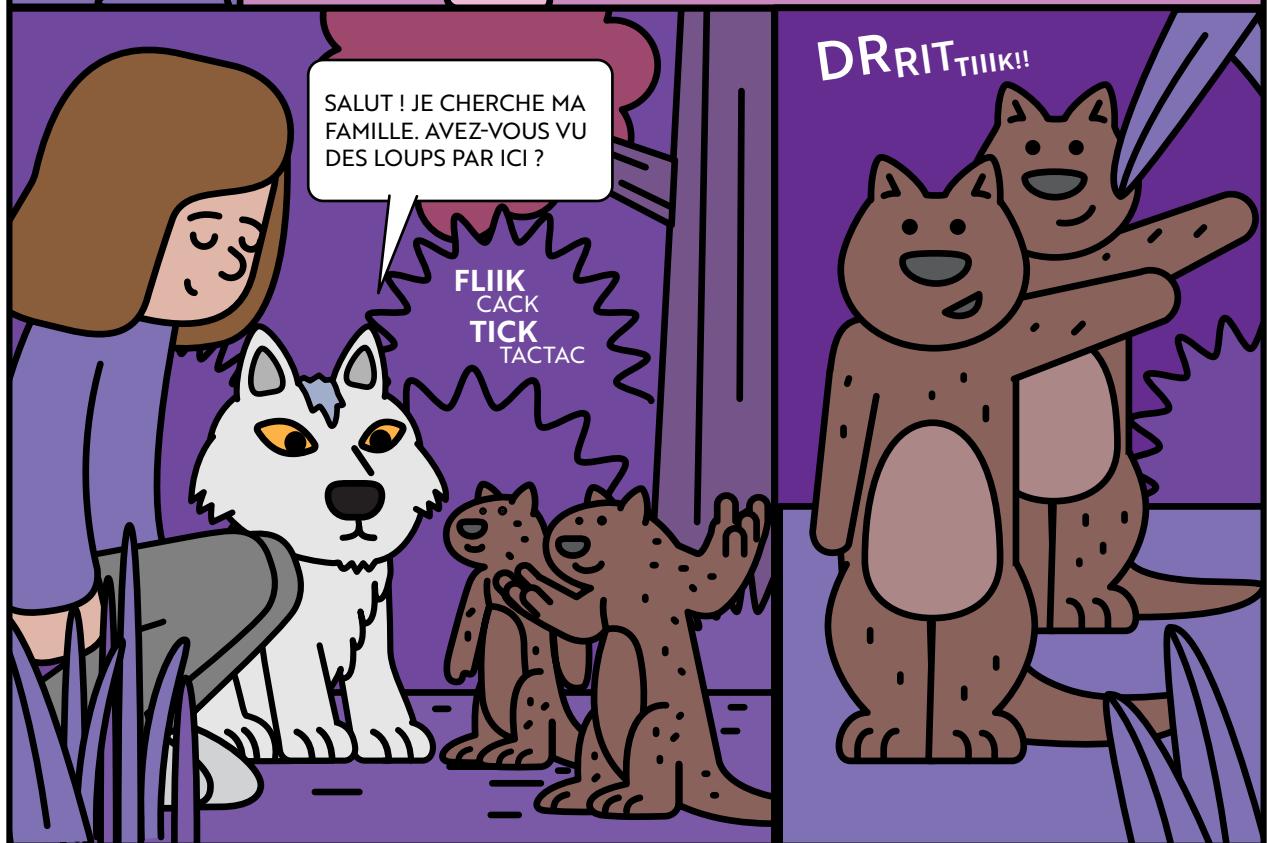


PARFOIS, J'AIS BESOIN
DE PLUS D'INSULINE.

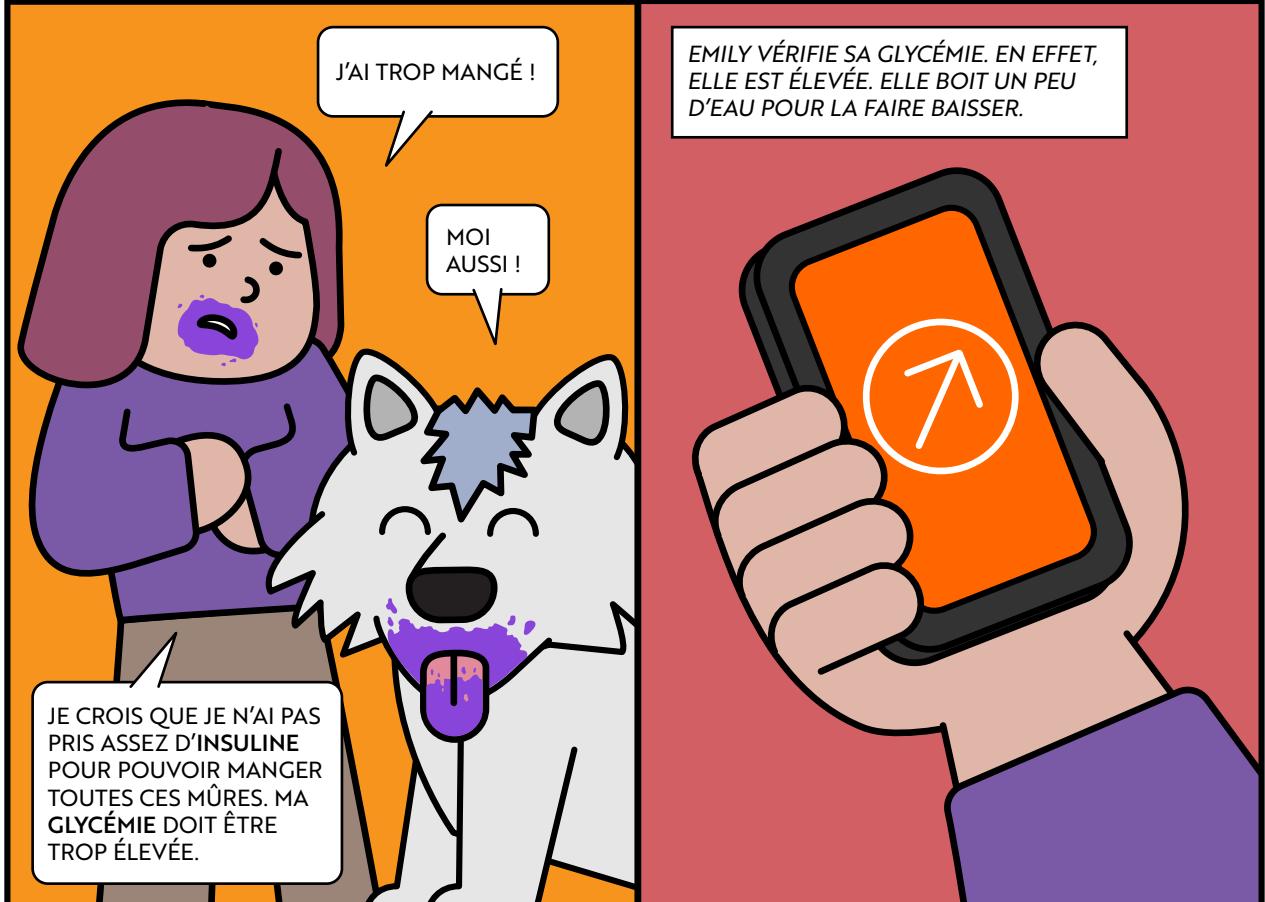


JE DOIS MANGER
OU BOIRE
QUELQUE CHOSE
QUI CONTIENT DU
SUCRE, COMME UN
JUS DE FRUITS.









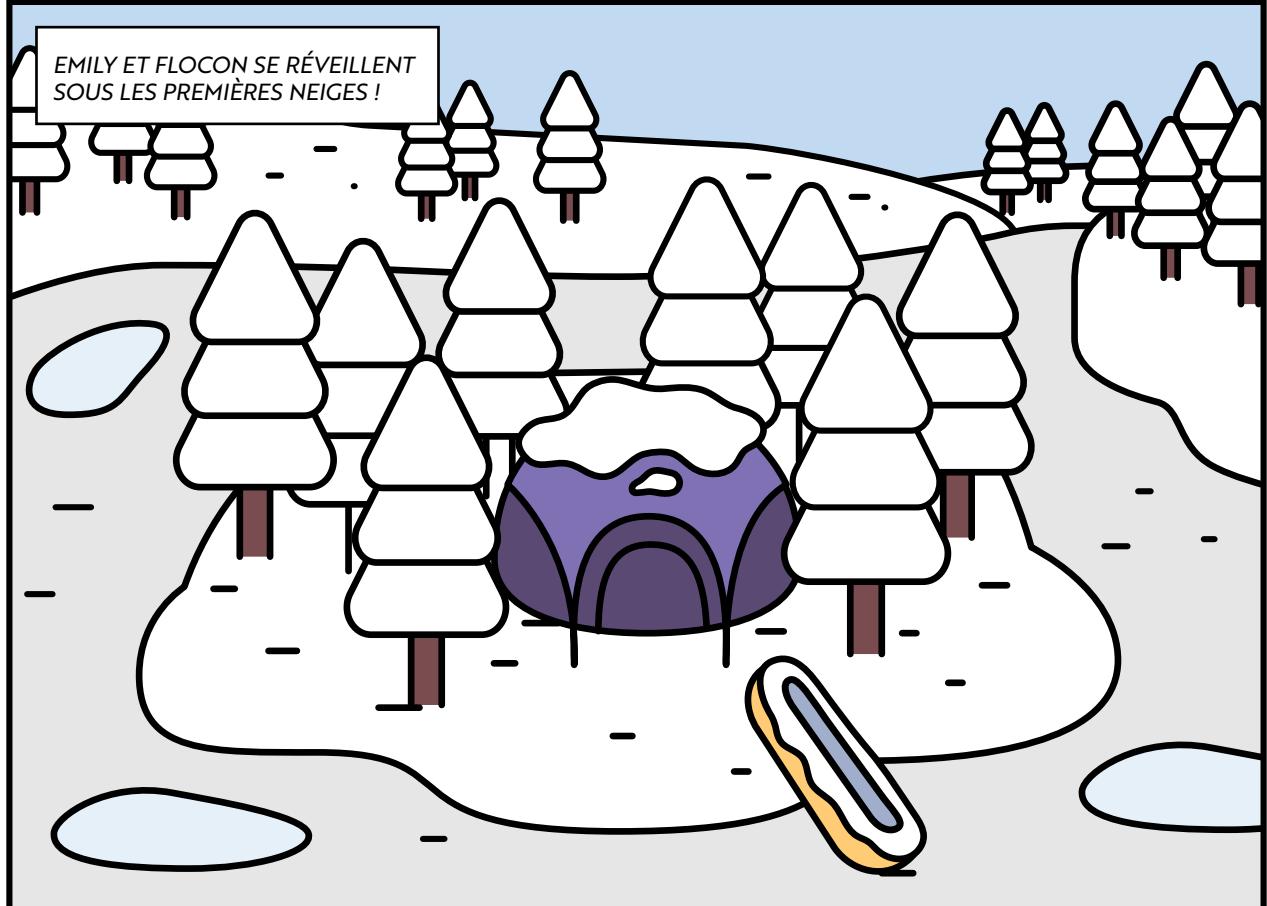
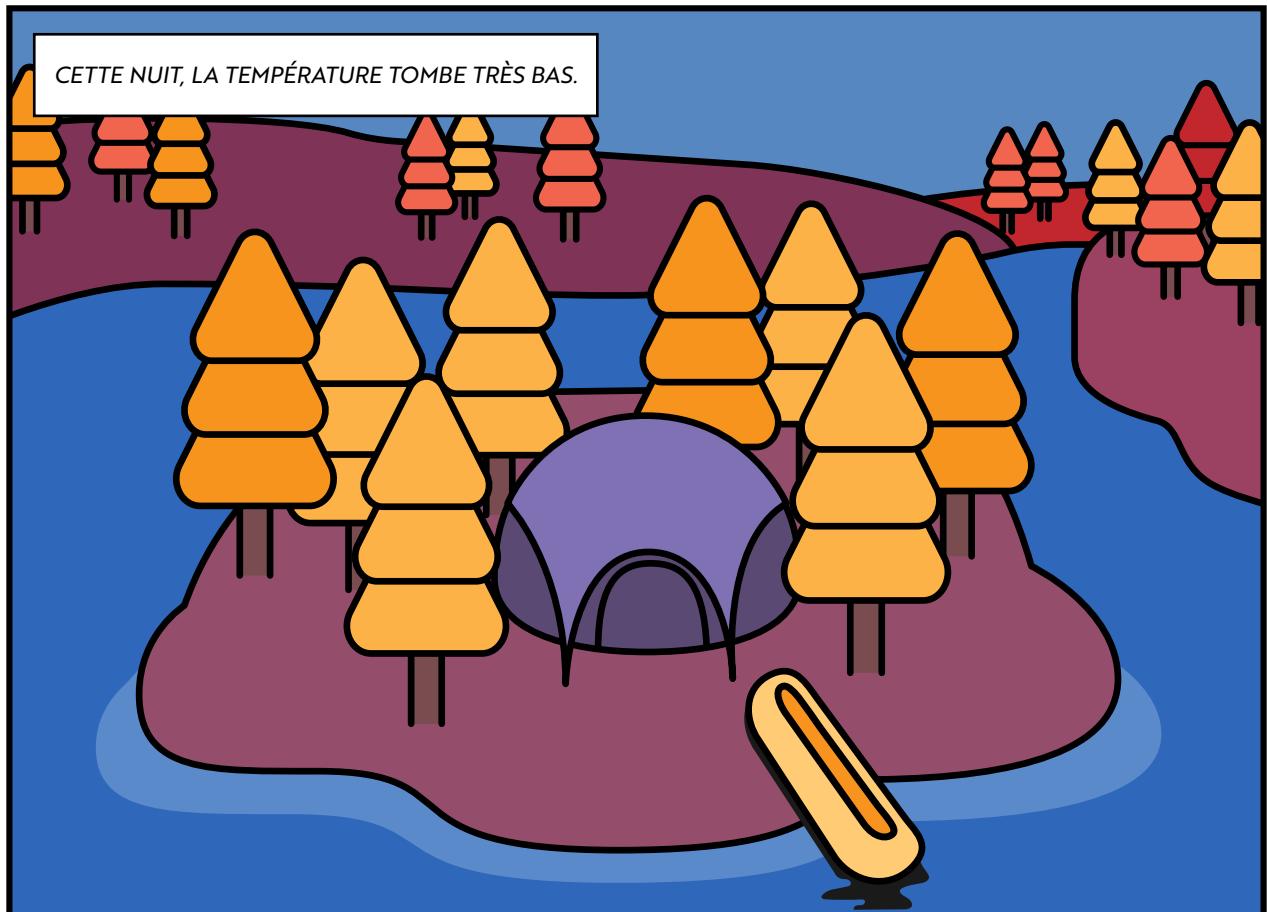




APRÈS AVOIR PRIS DES
NOUVELLES DE SES PARENTS,
EMILY S'ASSOIE AVEC FLOCON
POUR CONTEMPLER LES ÉTOILES.

REGARDE LES
CONSTELLATIONS !

CELLE-CI RESSEMBLE
À UN LOUP.

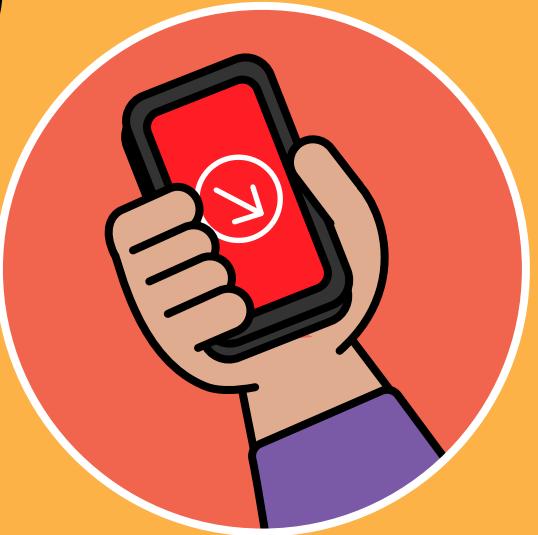
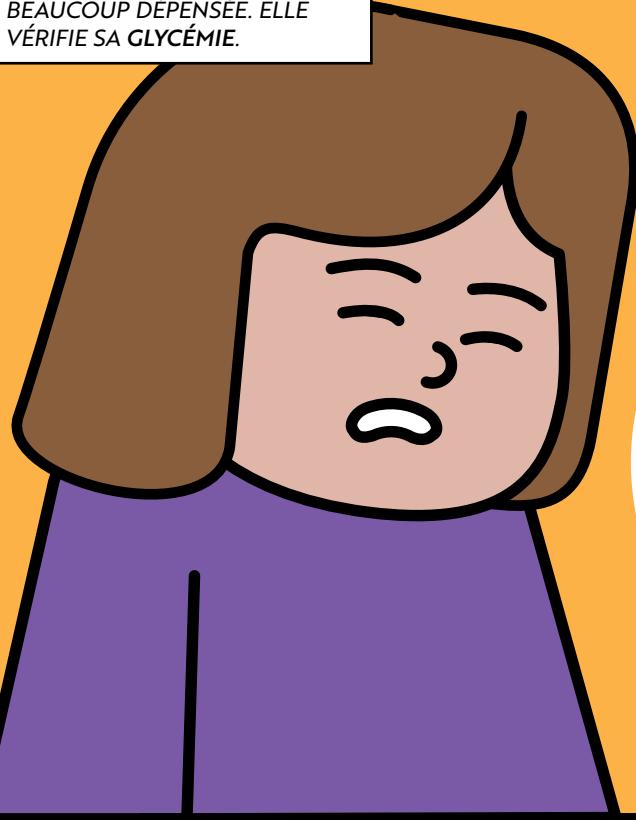


EMILY TIRE LE CANOË SUR LA TERRE FERME
POUR S'EN SERVIR COMME TRAINEAU.
FLOCON LE TIRE SUR LA NEIGE.

WAOU ! COMME TU ES
RAPIDE ! À CE RYTHME,
NOUS ALLONS BIENTÔT
RETRouver TA FAMILLE.



EMILY EST FATIGUÉE CAR IL EST FAIT FROID ET QU'ELLE S'EST BEAUCOUP DÉPENSÉE. ELLE VÉRIFIE SA GLYCÉMIE.



BUZZ
BUZZ
BUZZ

SALUT, EMILY, ON DIRAIT QUE TA GLYCÉMIE EST UN PEU BASSE.

SALUT, MAMAN, SALUT, PAPA. VOUS AVEZ RAISON. JE VIENS DE VÉRIFIER. FLOCON M'A APPORTÉ UN JUS DE FRUITS POUR M'AIDER À FAIRE REMONTER MON TAUX DE SUCRE.

VOILÀ, EMILY. BOIS ÇA. TU TE SENTIRAS MIEUX.



UNE FOIS LA NEIGE FONDUE, EMILY ET FLOCON CONTINUENT À DESCENDRE LA RIVIÈRE. ILS FINISSENT PAR APERCEVOIR UNE SCÈNE TRÈS RÉJOUSSANTE...



EMILY, JE CROIS QUE JE VOIS MES PARENTS!

MA FAMILLE EST LÀ, ELLE AUSSI !



FLOCON, TU NOUS AS TELLEMENT MANQUÉ !

J'AI HÂTE DE VOUS RACONTER MES AVENTURES !



LE DIABÈTE NE DOIT PAS T'EMPÊCHER DE
RÉALISER TES RÊVES !



Livre # 04.4

Votre avis nous intéresse !

GLOSSAIRE

Glycémie : concentration d'un type de sucre (le glucose) dans le sang.

Glucides : amidons, sucres et fibres alimentaires provenant principalement des céréales, des fruits, des légumes et des produits laitiers. Les glucides constituent l'un des principaux nutriments dont le corps a besoin pour avoir de l'énergie et être en bonne santé.

Capteur de glycémie : appareil qui sert à mesurer la glycémie. Il est parfois appelé glucomètre.

Hypoglycémie : faible taux de sucre dans le sang.

Hyperglycémie : taux élevé de sucre dans le sang.

Insuline : substance chimique (hormone) produite par le pancréas qui permet de réguler la quantité de sucre dans le sang.

Pancréas : organe qui fabrique de nombreuses hormones et enzymes qui visent à faciliter la digestion et à réguler les nutriments dans l'organisme. Il se trouve derrière l'estomac, dans le ventre.

PLUS D'INFORMATIONS SUR LE DIABÈTE

Ana L. Creo, M.D.

Consultante, Department of Pediatric Endocrinology et Department of Adult Endocrinology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Présidente du Pediatric Diabetes Center; Professeure adjointe de Pédiatrie, Mayo Clinic College of Medicine and Science

Le diabète est une maladie répandue qui se traduit par un dysfonctionnement de l'organisme, qui ne parvient pas à assimiler correctement le sucre. Il touche 10 à 20 enfants sur 100 000, et de plus en plus d'enfants sont diagnostiqués chaque année. Il existe deux formes de diabète : le diabète de type 1 et de type 2.

Le diabète est dû à un manque d'**insuline**, une substance chimique qui aide le sucre à passer dans la circulation sanguine vers les cellules de l'organisme. Dans le cas du diabète de type 1, l'organisme ne produit pas ou peu d'**insuline**. Cela se produit parce que le système immunitaire attaque par erreur le **pancréas** (on parle d'« attaque auto-immune »). Il se déclenche par malchance ou par l'intermédiaire de virus contractés par des personnes qui ont des tendances génétiques sous-jacentes à développer un diabète de type 1 et d'autres maladies auto-immunes. Le diabète de type 2 se déclare lorsque le **pancréas** produit de l'**insuline**, mais pas suffisamment pour fonctionner. Il touche davantage les adolescents et les adultes, mais peut également toucher les enfants. On l'observe généralement chez des adolescents en surcharge pondérale. On ne connaît pas exactement sa cause, mais les antécédents familiaux, la génétique, l'activité physique et le poids peuvent avoir une incidence.

Les traitements du diabète de type 1 et 2 sont souvent différents. Les enfants atteints d'un diabète de type 1 doivent systématiquement prendre de l'**insuline**. En revanche, certains enfants et adolescents atteints d'un diabète de type 2 peuvent prendre des médicaments pour que leur **insuline** fonctionne mieux. Tous les diabétiques doivent surveiller leur **glycémie**, surtout s'ils prennent de l'**insuline**. Il existe de nombreux appareils qui permettent de surveiller la **glycémie** d'un enfant. Certains patients se piquent le doigt pour vérifier leur **glycémie**, tandis que d'autres portent un **capteur de glycémie**, qui reste sur leur corps entre 5 et 14 jours. Il est également primordial que les enfants s'administrent la bonne quantité d'**insuline** en fonction des besoins de leur organisme et de la quantité de nourriture qu'ils prévoient d'ingérer. Une quantité insuffisante d'**insuline** peut entraîner un taux de **glycémie** élevé. Les enfants peuvent alors se sentir très faibles, avoir extrêmement soif, uriner plus fréquemment, avoir des troubles de la concentration et connaître des problèmes de santé à long terme. À l'inverse, une quantité d'**insuline** trop élevée ou une activité physique trop intense peut entraîner une **hypoglycémie**, ce qui peut avoir pour conséquence une pâleur extrême, une transpiration excessive, des tremblements, une sensation de faim, bien que certains enfants ne présentent aucun symptôme d'**hypoglycémie**.

Si les diabétiques peuvent parfois se faire plaisir, il est essentiel qu'ils suivent le régime alimentaire établi par leur équipe soignante. Un régime alimentaire et une quantité d'**insuline** adaptés permettent de maintenir la **glycémie** à un niveau normal, ce qui contribue à réduire les complications à long terme. Cependant, de nombreux enfants diabétiques ont encore des taux de **glycémie** élevés et bas, ce qui est normal.

Grâce aux nouvelles technologies et aux nouveaux dispositifs disponibles sur le marché, il est désormais plus facile pour les enfants de maintenir leur taux de **glycémie** à un niveau normal. Les perspectives sont donc prometteuses.

BIBLIOGRAPHIE

DiMeglio LA, Evans-Molina C, Oram RA (2018) Type 1 diabetes. The Lancet. doi:10.1016/S0140-6736(18)31320-5.

Koren D, Levitsky LL (2021) Type 2 diabetes mellitus in childhood and adolescence. Pediatrics in Review. doi:10.1542/pir.2019-0236.

Powers AC (2021) Type 1 diabetes mellitus: much progress, many opportunities. Journal of Clinical Investigation. doi: 10.1172/JCI142242.

RESSOURCES INTERNET

American Diabetes Association – www.diabetes.org (site en anglais)

L'American Diabetes Association a pour objectif d'améliorer la santé des personnes diabétiques en mettant à disposition des informations et des outils, en finançant la recherche et en offrant des services. Cette organisation donne également une voix à ceux et celles qui se retrouvent privés de leurs droits à cause de cette maladie. Consultez son site internet si vous souhaitez en savoir plus sur sa mission, accéder à ses ressources et supports de formation, et connaître les actions qu'elle mène.

Juvenile Diabetes Research Foundation – www.jdrf.org (site en anglais)

La Juvenile Diabetes Research Foundation (JDRF) est une organisation à but non lucratif qui fournit des services, milite pour les droits des personnes diabétiques et finance la recherche et les traitements pour le diabète. Consultez son site web pour en savoir plus sur le quotidien de personnes vivant avec le diabète de type 1, les symptômes, la gestion de la maladie et bien plus encore.

À PROPOS DE L'ÉDITRICE SCIENTIFIQUE

Ana L. Creo, M.D.

Consultante, Departement of Pediatric Endocrinolgy et Departement of Adult Endocrinology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Présidente du Pediatric Diabetes Center; Professeure adjointe de Pédiatrie, Mayo Clinic College of Medicine and Science

La Dr^e Creo dirige le Pediatric Diabetes Center de la Mayo Clinic et collabore avec l'équipe spécialisée dans la prise en charge du diabète afin d'aider les enfants de tous âges à apprendre à vivre avec cette maladie. Elle s'intéresse aux nouvelles technologies et à l'intelligence artificielle dans ce domaine et a déjà publié plus de 30 articles et extraits d'ouvrages révisés par ses pairs. Ses recherches ont été soutenues par des financements institutionnels et privés. Elle enseigne également aux étudiantes et étudiants en médecine de tous niveaux et a reçu de nombreux prix pour son excellent travail en tant qu'enseignante.

La Dr^e Creo tient à remercier Janet Hansen, R.N., CDCES, Consultante en Diabétologie, Department of Pediatric Diabetology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA, pour son aimable contribution à ce livre grâce à son travail remarquable dans la prise en charge des enfants diabétiques.

À PROPOS DES AUTEURS

Guillaume Federighi, alias **Hey Gee**, est un auteur-illustrateur franco-américain. Il a commencé sa carrière en 1998 à Paris, en France. Il a également passé quelques décennies à explorer le monde du street art et du graffiti dans différentes capitales européennes. Après s'être installé à New York en 2008, il a travaillé avec de nombreuses entreprises et marques, se forgeant une réputation dans le domaine de la conception graphique et de l'illustration pour son style distinctif consistant à traduire des idées complexes en histoires visuelles simples et intemporelles. Il est également propriétaire et directeur créatif de Hey Gee Studio, une agence de création basée à New York.

Wolf Queen est le pseudonyme de la patiente de la Mayo Clinic qui a participé à l'écriture de ce livre. On lui a diagnostiqué un diabète de type 1 à l'âge de quatre ans. Sa famille pensait qu'il s'agissait d'une maladie virale, mais par la suite, elle a eu les symptômes suivants : sensation de soif, perte de poids, mictions très fréquentes. Ses parents ont passé plusieurs jours à l'hôpital à ses côtés pour qu'elle apprenne à vivre avec le diabète. Quatre ans plus tard, ils se débrouillent à la perfection. Certains jours, sa **glycémie** est trop faible ou trop élevée, mais ils font de leur mieux pour gérer la situation. Wolf Queen porte désormais un **capteur de glycémie** qui alerte ses parents toutes les cinq minutes. Elle a aussi une pompe à **insuline** qui lui permet de recevoir automatiquement la bonne quantité d'**insuline**.

Wolf Queen est une petite fille de huit ans au tempérament curieux. Elle aime faire de la randonnée, nager, jouer au basket, faire de la gymnastique, pêcher, faire du vélo, faire de la luge et bien d'autres choses encore. Elle vit dans le Minnesota avec sa famille et Teddy, leur golden retriever adoré. Quand elle sera grande, elle veut devenir garde forestière pour s'occuper des loups.

À PROPOS DU FONDATION IPSEN BOOKLAB

Transmettre au public une science exacte est complexe car les données scientifiques sont souvent techniques et les informations erronées sont nombreuses. En 2018, la Fondation Ipsen a créé le BookLab pour répondre à ce besoin. Les livres du Fondation Ipsen BookLab sont issus de collaborations entre chercheurs, experts, artistes, auteurs et enfants. En format papier et électronique, et en plusieurs langues, les livres du BookLab sont diffusés à travers plus de 60 pays, auprès de personnes de tout âge et de toute culture. Ces publications sont, par ailleurs, distribuées gratuitement, notamment aux écoles, aux bibliothèques et aux personnes vivant en situation de précarité. Rejoignez-nous ! Découvrez et partagez nos livres en consultant : www.fondation-ipsen.org.

À PROPOS DE MAYO CLINIC PRESS

Lancé en 2019, Mayo Clinic Press met en lumière les histoires les plus fascinantes de la médecine et donne à chacun et chacune les connaissances nécessaires à une vie plus saine et plus heureuse. Du primé *Mayo Clinic Health Letter* aux livres et médias couvrant l'étendue de la santé et du bien-être, les publications de Mayo Clinic Press offrent, aux lecteurs et lectrices, un contenu fiable et digne de confiance, issu des meilleurs professionnels de la santé au monde. Les recettes des livres sont, par ailleurs, redirigées vers la recherche médicale et l'enseignement de la Mayo Clinic. Pour plus d'informations sur Mayo Clinic Press, rendez-vous sur mcpress.mayoclinic.org.

À PROPOS DE LA COLLABORATION

La collection « My Life Beyond » a été développée grâce à un partenariat entre le BookLab de la Fondation Ipsen et la Mayo Clinic, qui dispense un enseignement médical de niveau international depuis plus de 150 ans. Cette collaboration vise à fournir des ressources fiables et percutantes pour comprendre les maladies infantiles et les autres problèmes qui peuvent affecter le bien-être des enfants. Les livres de la collection offrent aux lecteurs une perspective holistique de la vie des enfants avec – et au-delà – de leurs problèmes. Pour créer ces livres, des enfants qui ont été des patients de la Mayo Clinic ont travaillé avec l'auteur-illustrateur Hey Gee, en partageant leurs expériences personnelles. Les histoires fictives qui résultent de leurs échanges donnent vie, de manière authentique, aux émotions des patients et à leurs réponses inspirantes face à des circonstances difficiles. En outre, les médecins de la Mayo Clinic ont apporté leur expertise et leurs connaissances les plus récentes sur chaque sujet afin que ces histoires puissent aider au mieux les autres patientes et patients, les familles et les équipes soignantes, à comprendre comment les enfants perçoivent et relèvent leurs propres défis.

Texte : Hey Gee et Wolf Queen

Illustrations : Hey Gee

Traduction : Maëlys Brucker

Éditrice scientifique : Ana L. Creo, M.D., Consultante, Department of Pediatric Endocrinology et Department of Adult Endocrinology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Présidente du Pediatric Diabetes Center; Professeure adjointe de Pédiatrie, Mayo Clinic College of Medicine and Science, en collaboration avec Janet Hansen, R.N., CDCES, Consultante en Diabétologie, Department of Pediatric Endocrinology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA

Responsable de projet : Kim Chandler, Department of Education, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA

Responsable d'édition : Céline Colombier-Maffre, Fondation Ipsen, Paris, France

Président : James A. Levine, M.D, Ph.D, Professeur, Fondation Ipsen, Paris, France

Publié en français par la Fondation Ipsen

© Fondation Ipsen, 2022

La Fondation Ipsen est placée sous l'égide de la Fondation de France.

www.fondation-ipsen.org

ISBN : 978-2-490660-83-4 (livre imprimé)

ISBN : 978-2-490660-86-5 (ePub)

Publié en anglais par la Mayo Clinic

Titre anglais : Diabetes

© 2022 Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER)

ISBN : 978-1-945564-22-2

Loi n°49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications destinées à la jeunesse,
modifiée par la loi n°2011-525 du 17 mai 2011

Dépôt légal : juin 2022

Achevé d'imprimer en France, par Typo Libris, Paris, en juin 2022

Lorsqu'Emily rencontre un louveteau perdu, son séjour en camping prend une tout autre tournure. Accompagnée de son nouvel ami, elle doit faire face à de nombreuses surprises. Malgré tout, Emily doit penser à vérifier sa glycémie et surveiller son diabète. Elle pourra ensuite se concentrer sur son véritable défi : aider son nouvel ami à retrouver sa famille.

Qu'implique le diabète pour un enfant ? Lisez cette histoire si vous voulez savoir comment Emily surveille son diabète et s'aventure au-delà de sa maladie.



Parce que les voix des enfants sont rarement entendues dans le monde complexe de la médecine moderne, les livres de la collection « My Life Beyond » ont été imaginés par les jeunes patientes et patients de la Mayo Clinic. Toutes les histoires sont issues de la collaboration entre les enfants, les médecins de la Mayo Clinic et l'auteur-illustrateur, Hey Gee. À travers un prisme unique et original, ces livres explorent la façon dont les enfants perçoivent la maladie, les difficultés rencontrées et le chemin vers la guérison.

– James A. Levine, M.D., Ph.D., Professeur, Président, Fondation Ipsen, Paris, France

– Fredric B. Meyer, M.D., Consultant, Department of Neurologic Surgery, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Doyen exécutif de l'éducation, Professeur de Neurochirurgie, Mayo Clinic College of Medicine and Science

Livre # 04.4

Votre avis nous intéresse !



La **Clairière**
des LIVRES

Pour chaque livre d'un livre imprimé, un arbre est planté
dans une forêt de lectures en centre brûlante.
→ contribuons activement à l'avenir de notre planète,
regardons pousser des livres de demain !



ISBN : 978-2-490660-83-4



2FL0260

9 782490 660834

Exemplaire gratuit – Ne peut être vendu