Mon quotidien avec la pompe à insuline

Le traitement par pompe à insuline peut être adapté à votre cas et à votre mode de vie : métier qui implique des horaires flexibles et/ou des déplacements fréquents... La pompe permet de programmer les doses injectées en fonction de vos activités et des différents moments de la journée, avec la possibilité de vous déconnecter dans certains cas, par exemple sous la douche.

Mes repas et mes activités avec la pompe à insuline

La pompe est programmée pour distribuer une quantité d'insuline de manière continue (débit basal) puis des bolus au moment des repas (quantité d'insuline en fonction des glucides consommés).

Elle permet également d'adapter les doses d'insuline en fonction de la durée et du choix de l'activité physique pratiquée ou lors de déplacements ou voyages qui impliquent des décalages horaires.
Pour en savoir plus, consultez la rubrique « Mon quotidien » de notre site dédié à la pompe à insuline.

Sur YouTube : retrouvez le film et la playlist spécial « pompe à insuline » sur la chaîne officielle de la Fédération : une série de vidéos pour comprendre la pompe à insuline et son usage : témoignages d'utilisateurs, tutoriels et visioconférences.

Comment porter ma pompe à insuline ?

Les pompes à insuline sont des appareils discrets, de petite taille, faciles à programmer. Elles sont aisément amovibles, se clipsent et se déclipsent à volonté. Elles sont aussi parfois étanches et résistantes aux chocs. Elles peuvent se porter à la ceinture comme un téléphone portable ou se ranger, par exemple, dans un sac « banane ». La pompe à insuline peut aussi se porter en bandoulière, en brassard…
Votre prestataire pourra vous indiquer les accessoires adaptés à votre modèle de pompe.

Qu'en pensent les femmes porteuses de pompe ?

Janik « *Il faut avoir de l'imagination et se créer des outils adaptés à son propre physique afin de pouvoir la porter en toutes circonstances.* » Gaëlle, elle, tempère : « *C'est plus facile de porter une pompe quand on a une forte poitrine.* » Carole et Émilie estiment quant à elles que « *"pompée", jolie et féminine, c'est possible ! Ressortez vite vos tenues préférées et faites-vous plaisir !* »

Pour en savoir plus sur le port de la pompe au féminin, rendez-vous sur notre site dédié à la pompe à insuline.

Porter une pompe vous permet de moins vous piquer : de quatre à cinq fois par jour à une tous les deux ou trois jours (pour l'insertion du cathéter).

Il est nécessaire d'inspecter le cathéter régulièrement (au moins une fois par jour) et de le changer en cas de doute (sa durée d'implantation ne doit pas dépasser trois jours), car une obturation du cathéter empêchant l'insuline d'être distribuée fait tout de suite augmenter la glycémie.
Pour en savoir plus, consultez notre page « Conseils en vidéo »

En cas de panne de votre pompe à insuline

Si votre pompe tombe en panne, appelez le numéro d'astreinte qui vous a été communiqué, disponible 7/7 j et 24h/ 24, pour résoudre le problème. Cependant, si exceptionnellement, ce service est inaccessible ou si vous êtes loin de chez vous (voyage à l'étranger, vacances...), il est indispensable que vous ayez un schéma de remplacement avec les injections traditionnelles, schéma qui sera élaboré avec l'équipe de diabétologie

qui vous suit.

Pour en savoir plus, consultez notre page « Les acteurs »

Des témoignages sur le site « La pompe à insuline, parlons-en ! »

Visitez le site dédié à l'utilisation de la pompe à insuline **:** avantages et inconvénients, étapes du traitement, prise en charge, modèles, marques... mais aussi :

- témoignages,
- visioconférences…

Vous utilisez une pompe à insuline, répondez à l'enquête du Diabète LAB :

Je réponds à l'enquête

Téléchargez notre brochure sur le quotidien avec une pompe à insuline.