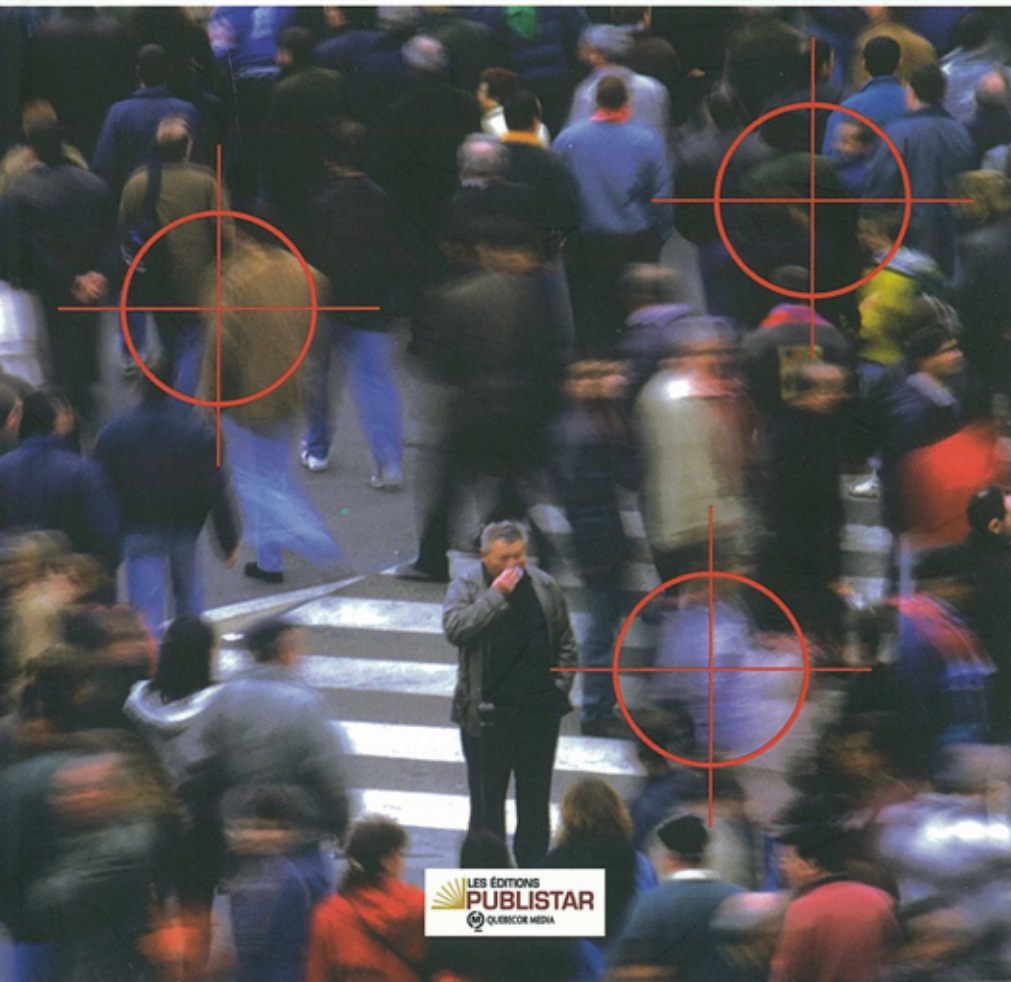


CHRISTIAN FORTIN M.D.

LE DIABÈTE

AGISSEZ AVANT LUI!



ÊTES-VOUS À RISQUE?

Ce petit livre sans prétention vise à vous donner les moyens de prévenir ou de contrôler le diabète tout en conservant une bonne qualité de vie.

Le diabète est une maladie chronique insidieuse qui fait de plus en plus de ravages dans les pays industrialisés. Au Canada, 1 personne sur 17 en est atteinte, et plus de 60 000 nouveaux cas apparaissent chaque année. Au Québec, un demi-million de personnes souffrent du diabète, et près de la moitié d'entre elles n'ont pas reçu de diagnostic. Ce nombre pourrait doubler d'ici 2010.

Les symptômes du diabète peuvent prendre de nombreuses années avant de se manifester. Plusieurs sont diabétiques sans le savoir. D'autres, à cause de leurs habitudes de vie ou de leur hérédité, sont particulièrement à risque. Le diabète peut avoir d'importantes complications affectant à court et à long terme toutes les parties du corps: les yeux, le cœur, les artères, les reins, les pieds, la peau, etc.

L'inactivité physique, une mauvaise alimentation et un excès de poids jouent un rôle déterminant dans l'apparition et la progression du diabète. Des études ont montré qu'une alimentation équilibrée et l'exercice peuvent durant plusieurs années redonner à l'organisme de ceux et celles qui souffrent de cette maladie l'équilibre dont il a besoin pour demeurer en santé.



L'auteur

Le Dr Christian Fortin, membre du Collège des médecins du Québec, possède une vaste expérience en tant qu'omnipraticien et spécialiste de santé publique. Il est aussi connu comme chroniqueur médical pour la télé, la radio et la presse écrite. Il est rattaché au Centre hospitalier universitaire de Québec et il est membre de l'équipe de recherche en santé publique.

