

Peer-led Educational Model for Preventing Diabetic Foot Ulcers

A Discussion of *PEP Talk: Diabetes, Healthy Feet and You*

Un modèle d'éducation par les pairs pour la prévention des ulcères du pied diabétique

Une discussion du *PEP : Le diabète : des pieds en santé et vous*

PRESENTERS /
PRÉSENTATEURS :

JANET KUHNKE BSN
MS ET

GAIL WOODBURY
BScPT PhD

KYLE GOETTL RN
BScN MED IIWCC

KEN MCLELLAN

Introduction



Attendees at this session learned about the following:

- gaps in foot care education;
- the role of peer-led educational models in preventing diabetic foot ulcers; and
- the concept of empowerment.

The presenters noted the following sobering statistics:

- 15% of people with diabetes will suffer a foot wound in their lifetime.¹
- 85% of amputations are preceded by foot ulcers.²
- 50% of people who have had an amputation will have a second amputation within 2–5 years of the first ulcer incidence.²

Common causes of amputations are outlined in Table 1.³ The presenters noted one striking comment from a patient who had undergone amputation of both lower limbs: "If only I'd known about proper foot care, I'd probably still have both legs."

TABLE 1

Causes of amputation³

Direct causes of amputation	%
Trauma	6.1
Ischemia/peripheral vascular disease	21.2
Foot wound	69.7
Cancer	3.0

Introduction



a séance a porté sur les sujets suivants :

- les lacunes de l'éducation sur le soin des pieds;
- le rôle des modèles d'éducation par les pairs dans la prévention des ulcères du pied diabétique; et
- le concept de l'autonomisation.

Les présentateurs ont cité les sombres statistiques suivantes :

- 15 % des personnes diabétiques présentent un ulcère du pied à un moment quelconque¹;
- 85 % des amputations sont précédées d'ulcères du pied²;
- 50 % des amputés subissent une seconde amputation de deux à cinq ans après la survenue du premier ulcère².

Le tableau 1 présente les causes courantes d'amputation³. Les présentateurs ont cité un commentaire frappant d'un patient qui avait subi une amputation des deux jambes : « Si j'avais su prendre soin de mes pieds, j'aurais probablement encore mes jambes. »

Le diabète : des pieds en santé et vous

Le diabète : des pieds en santé et vous est une initiative conjointe de l'Agence de la santé publique du Canada et de l'Association canadienne du soin des plaies (ACSP) dont l'objet est le développement d'outils d'autogestion et d'ateliers offerts par les pairs sur la prévention des ulcères du pied diabétique.

*The overarching principle of the
PEP Talk program is patient empowerment.*

Diabetes, Healthy Feet and You

Diabetes, Healthy Feet and You is a joint collaboration between the Public Health Agency of Canada and the Canadian Association of Wound Care to develop self-management tools and peer-led workshops for the prevention of diabetic foot ulcers.

Phase 1 of the initiative included the following:

- An interactive website – <http://cawc.net/index.php/public/feet> – where patients can complete a diabetes self-management questionnaire, develop a personal foot care plan and learn what questions to ask their physician.
- A brochure for clinicians, to help them determine if their patients are at risk for diabetes-related foot complications.
- A patient self-screening brochure and posters, which were designed to assist people with diabetes in recognizing factors that lead to skin breakdown, and to support early interventions to prevent diabetic foot ulcers.
- Information sheets for patients on the topics of vascular insufficiency, neuropathy and foot deformity.
- A patient education video entitled *Diabetes, Healthy Feet and You: Caring for Your Feet*.
- A series of 3 information guides that complement the video by providing patients with quick reference tips on proper foot care, questions to ask their health-care professional and an explanation on what occurs during a foot exam.

“Empowerment is not something one does to patients. Rather, empowerment begins with healthcare providers acknowledging that patients are in control of their daily diabetes care.” – Anderson & Funnell, 2010

Janet Kuhnke,
Cornwall, Ontario.

Gail Woodbury
is with Queen's
University in
Kingston, Ontario.

Kyle Goettl
is a Nurse Clinician,
Amputee Rehabilitation,
Parkwood Hospital,
London, Ontario.

Ken McLellan,
London, Ontario.

All of the CAWC *Diabetes, Healthy Feet and You* materials were developed with the support of an expert advisory group and a patient focus group. The expert advisory group for Phase 1 was composed of interdisciplinary healthcare professionals from healthcare organizations across Canada.

Phase 2 of the initiative is entitled *PEP (Peer Education Program) Talk: Diabetes, Healthy Feet and You*. It is an educational peer-led workshop program in self-management. Volunteer peer leaders are people who are living with diabetes and neuropathy, who

La première phase de cette initiative prévoyait le développement des éléments suivants :

- un site Web interactif – <http://cawc.net/index.php/public/feet> – que le patient peut visiter pour remplir un questionnaire sur l'autogestion du diabète, élaborer un plan personnalisé de soin des pieds et apprendre quelles questions poser à son médecin;

TABEAU 1

Causes d'amputation³

Causes d'amputation directes	%
Traumatisme	6,1
Ischémie/maladie vasculaire périphérique	21,2
Plaies du pied	69,7
Cancer	3,0

- une brochure pour aider les cliniciens à déterminer si un patient est exposé aux complications du pied liées au diabète;
- une brochure et des affiches pour aider les patients diabétiques à reconnaître les facteurs qui entraînent la dégradation de la peau et pour encourager les interventions précoces visant la prévention des ulcères du pied diabétique;
- des feuillets de renseignements destinés aux patients sur l'insuffisance vasculaire, la neuropathie et les difformités des pieds;
- une vidéo éducative à l'intention des patients, intitulée *Le diabète : des pieds en santé et vous : soignez vos pieds*;
- une série de trois guides d'information qui accompagnent la vidéo et qui donnent au patient des trucs sur le soin des pieds, des questions à poser au professionnel de la santé et une explication de l'examen des pieds.

L'ACSP a préparé tout le matériel du programme *Le diabète : des pieds en santé et vous* avec l'aide d'un groupe d'experts-conseils et d'un groupe de discussion composé de patients. Le groupe d'experts conseils ayant contribué à la première phase du programme était composé de professionnels de la santé de diverses disciplines associés à des organismes de soins de santé de toutes les régions du Canada.

La deuxième phase de l'initiative, intitulée *PEP*

« L'autonomisation n'est pas quelque chose que subit un patient. Pour autonomiser le patient, le fournisseur de soins doit commencer par reconnaître que les soins quotidiens du diabète dépendent du patient lui-même. » – Anderson et Funnell, 2010

encourage others to successfully adopt self-management behaviours that help prevent diabetic foot ulcers.

One main benefit of a peer-led program is that peer leaders are able to help others with respect to the experience of living with diabetes; navigating the healthcare system; dealing with emotions and family relationships; and sharing and offering support.

Patient empowerment

The overarching principle of the *PEP Talk* program is patient empowerment. Indeed, it has been demonstrated that interventions aimed at empowerment are able to improve the health status, psychological condition and quality of life of chronically ill patients.⁴

To this end, the main program objectives of *PEP Talk* are:

- Support the use of self-management for diabetic foot ulcer prevention through the dissemination of the existing patient tools at the peer-led workshops.
- Influence positive behaviour change in participants.
- Increase the knowledge of risk factors for foot ulcers.
- Offer patients ongoing support and resources needed to prevent and treat these ulcers.

In 2012, *PEP Talk* workshops for the prevention of diabetic foot ulcers were launched at 12 sites within 10 Canadian communities. Many more are planned for 2013. Participants' evaluations of the workshops noted the following: friendly environment; good sharing experience; informative; and peer leaders' knowledge was helpful. Most importantly, participants committed to checking their feet daily, checking their blood glucose levels, following their diet, getting more exercise and wearing their shoes in the house.

Program components include the following:

- Recruitment of an expert advisory group composed of healthcare professionals and peer educators (i.e. people living with diabetes).
- Support of the group through mentoring, outreach and a portal website (www.diabetespeptalk.ca).
- Evaluation of the program strategy, with revision as required.
- Dissemination of the strategy through final reports.

The roles and responsibilities of the expert advisory group were as follows:

- Identify potential participants from 10 communities in each province to train the core group of diabetic foot ulcer prevention peer educators.
- Advise on the content of the proposed training curriculum.
- Develop terms of reference and clear roles and

Un pair animateur du PEP donne ses impressions

Monsieur Ken McLellan, pair animateur du PEP de London, en Ontario, a assisté à la conférence sur le programme et décrit son expérience du programme.



Ken McLellan (pair animateur en Ontario) et sa femme Brenda à la récente conférence de L'ACSP.

J'ai entendu parler du PEP pour la première fois en 2011, pendant un séjour au service des amputés de l'Hôpital Parkwood de London. J'ai décidé de participer au programme à titre de bénévole parce que je voulais faire ma part pour aider d'autres personnes à éviter l'amputation. C'était aussi pour moi une façon de montrer ma gratitude pour tous les soins et toute l'aide que j'avais reçus à l'Hôpital Parkwood.

À mon avis, l'éducation sur la façon de bien prendre soin de ses pieds est un des aspects les plus importants du PEP pour les personnes diabétiques. Je souhaite que nous puissions éduquer autant de personnes que possible et faire valoir l'importance du bon soin des pieds; ainsi, les personnes qui assistent aux ateliers pourront, je l'espère, éviter l'amputation.

J'espère que le programme pourra un jour être offert dans d'autres régions de l'Ontario et partout au Canada, y compris dans les régions où les Autochtones dominent, car les taux de diabète y sont très élevés.

(Programme d'éducation par les pairs) : Le diabète : des pieds en santé et vous est un programme d'ateliers sur l'autogestion donnés par les pairs. Les pairs animateurs bénévoles sont des personnes atteintes de diabète et de neuropathie qui encouragent les gens à adopter des comportements d'autogestion pour prévenir les ulcères du pied diabétique.

Un des principaux avantages du PEP est que les pairs animateurs peuvent aider les gens à composer avec le diabète au quotidien, notamment en les orientant dans le système de soins de santé, en leur apprenant à gérer leurs émotions et leurs relations familiales, en échangeant avec eux et en leur offrant leur soutien.

Autonomisation des patients

Le principe fondamental du PEP est l'autonomisation des patients, car on a démontré que les interventions axées sur l'autonomisation peuvent améliorer la santé physique, l'état psychologique et la qualité de vie des patients qui souffrent d'une maladie chronique⁴.

Les principaux objectifs du PEP sont comme suit :

- encourager l'autogestion pour la prévention des ulcères du pied diabétique en diffusant des outils destinés aux patients au cours des ateliers offerts par les pairs;
- inciter les patients à adopter de meilleurs comportements;
- renseigner les patients sur les facteurs de risque

Janet Kuhnke,
Cornwall (Ontario)

Gail Woodbury
travaille à l'Université
Queen's de
Kingston (Ontario).

Kyle Goettl
est infirmière
clinicienne en réadaptation des amputés à
l'Hôpital Parkwood de
London (Ontario)

Ken McLellan,
London (Ontario)

responsibilities for peer educators and healthcare professionals.

- Review and advise on all materials and content of program, including infrastructure of support, web portal design, data collection, evaluation research plan and final report.

Conclusion

Peer leaders are the future of promoting optimal foot care and potentially reducing amputations across Canada. Healthcare professionals should visit www.diabetespeptalk.ca for details regarding how their patients can participate in a workshop in their area, or to get involved themselves! ☺

References

1. American Diabetes Association website. *Foot complications*. Available at: www.diabetes.org/living-with-diabetes/complications/foot-complications. Accessed January 17, 2013.
2. Reiber GE, Boyko EJ, Smith DG. Lower extremity foot ulcers and amputations in diabetes. In: Harris MI, Cowie CC, Reiber G, et al (eds). *Diabetes in America*. 2nd ed. Washington, DC: Department of Health and Human Services; 1995: Publication #95-1468.
3. Goettl K. Foot-care practices of persons living with diabetes prior to amputation. *Wound Care Canada*. 2008;6(1):64-67.
4. Chen YC, Li IC. Effectiveness of interventions using empowerment concept for patients with chronic disease: a systematic review. *J Adv Nurs*. 2009;66:1446-1451.

A PEP Talk peer leader shares his thoughts

Ken McLellan, a PEP Talk program peer leader from London, Ontario, attended the PEP Talk conference session and described his experiences with the program.

I first learned about the PEP Talk program when I was a patient at the Parkwood Amputee Ward at Parkwood Hospital in London in 2011. I decided to get involved with the program because I thought that if my involvement might help someone else avoid an amputation, then I would be more than willing to volunteer. I also felt that I would like to repay all the care and assistance I had received while at Parkwood.

I believe one of the most important things the PEP Talk program offers to other people living with diabetes is education regarding proper foot care. My hope is that we can educate as many people as possible, and bring some focus to the importance of healthy foot care; in this way, hopefully, attendees will avoid amputation.

In the future, I hope the program will be expanded to other regions of Ontario – and across Canada – including aboriginal areas, where diabetes rates are so high.

We were pleasantly surprised when we had 16 participants attend a recent PEP Talk workshop. The greatest difficulty we had was finding a venue that would offer complimentary meeting space!



Ken McLellan (Ontario peer leader), with his wife, Brenda, at the recent CAWC conference.

d'ulcère du pied;

- offrir de façon continue aux patients le soutien et les ressources dont ils ont besoin pour la prévention et le traitement des ulcères.

En 2012, les ateliers du PEP sur la prévention des ulcères du pied diabétique ont été offerts à douze endroits dans dix communautés canadiennes. On prévoit offrir de nombreux autres ateliers en 2013. Dans leurs évaluations, les participants ont dit que les ateliers étaient conviviaux, propices au partage de l'expérience et éducatifs, et que les connaissances des pairs animateurs étaient utiles. Fait plus important, les participants se sont engagés à examiner leurs pieds chaque jour, à vérifier leur glycémie, à suivre leur régime alimentaire, à faire davantage d'exercice et à porter des chaussures dans la maison.

Les composantes du programme sont les suivantes :

- recrutement de professionnels de la santé pour former un groupe d'experts-conseils et d'éducateurs de pairs (soit des personnes atteintes de diabète);
- soutien du groupe par l'entremise du mentorat, de l'intervention directe et d'un portail Web (<http://diabetespeptalk.ca/fr>);
- évaluation de la stratégie du programme et révision de celle-ci au besoin;
- dissémination de la stratégie.

Les rôles et responsabilités du groupe d'experts-conseils étaient comme suit :

- trouver dans dix communautés de chaque province des personnes pour former le groupe central de pairs qui offrira l'éducation sur la prévention des ulcères du pied diabétique;
- donner des conseils sur le contenu du programme de formation envisagé;
- déterminer le mandat et définir clairement les rôles et responsabilités des éducateurs de pairs et professionnels de la santé;
- passer en revue l'ensemble du matériel et du contenu du programme.

Conclusion

Les pairs animateurs représentent l'avenir de la promotion des soins optimaux des pieds, voire de la réduction du nombre d'amputations au Canada. Pour obtenir des renseignements sur la participation de leurs patients à un atelier dans leur région, ou savoir comment ils peuvent contribuer au programme, les professionnels de la santé peuvent visiter le site www.diabetespeptalk.ca/fr. ☺

Références (voir page 24)