



LE DIABÈTE

En général



LE DIABÈTE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

C'est une maladie chronique qui se définit par une élévation durable du taux de sucre dans le sang ou hyperglycémie.

→ Le diabète est en constante augmentation malgré les efforts de prévention et constitue un véritable problème de santé publique.

→ Il existe différents types de diabètes mais les deux principaux sont le diabète de type 1 (autrement appelé diabète insulino-dépendant) et le diabète de type 2 (autrement appelé diabète non-insulino-dépendant).

D'autres types de diabètes existent tels que le diabète MODY, le diabète néonatal ou encore le diabète gestationnel.

LE DIABÈTE DE TYPE 1 :

Il représente **6 à 10% des cas** de diabète en France.

Il a longtemps été considéré comme un diabète juvénile, c'est-à-dire qui se déclare dans l'enfance ou à l'adolescence mais on sait aujourd'hui qu'il peut survenir à **tout âge** lorsqu'un sujet prédisposé se trouve confronté à un ou plusieurs facteurs déclenchants (souvent une infection virale ou bactérienne). Il est dû à une destruction des cellules productrices d'insuline (maladie auto immune) d'où son traitement par l'insuline injectable.



LE DIABÈTE DE TYPE 2 :

Il représente **90 à 92% des cas** de diabète en France.

Il touche essentiellement les adultes puisqu'il apparaît généralement chez les personnes de **plus de 40 ans**. Toutefois, la sédentarisation du mode de vie, c'est-à-dire une alimentation trop riche en sucre et en graisse associée à un manque d'activité physique entraîne une apparition du diabète de type 2 chez des sujets de plus en plus jeunes.



LE DIABÈTE GESTATIONNEL :

Le diabète gestationnel concerne environ **8 % des femmes enceintes** en France.

Il s'agit en fait d'une intolérance au glucose qui apparaît vers la fin du second trimestre. Il est le plus souvent transitoire mais il peut parfois persister après la fin de la grossesse. Il peut avoir des conséquences sur la santé de la mère (il multiplie notamment par 7 le risque de diabète de type 2), mais aussi sur celle de l'enfant.



Le dépistage du diabète gestationnel comporte :

- La mesure de la glycémie à jeun
- Et/ou la mesure des glycémies lors d'une hyperglycémie provoquée par voie orale (HGPO) entre la 24^{ème} et 28^{ème} semaine d'aménorrhée : dosage d'une glycémie à jeun après absorption d'une dose de glucose suivi d'un dosage de la glycémie à 1 heure et à 2 heures.

UN DIAGNOSTIC SIMPLE

Le diagnostic du diabète (hors diabète gestationnel) est posé devant une glycémie à jeun (entre 10h et 12h de jeun) : > 1.26 g/L à deux reprises ou > 2g/L sur une seule mesure.

LE TRAITEMENT DU DIABÈTE DE TYPE 2

Le traitement du diabète de type 2 repose sur :

La diminution et le contrôle du poids par une alimentation équilibrée

Une activité physique régulière

L'arrêt du tabac le cas échéant

Si ces mesures ne sont pas suffisantes, des **médicaments antidiabétiques** peuvent être prescrits, d'abord sous forme de **comprimés** puis, si nécessaire, en **injections**.

→ L'objectif du traitement est de réduire le risque de complication en maintenant le taux sanguin de sucre dans des « valeurs normales ».

LES SYMPTÔMES D'ALERTE



PERTE DE POIDS RAPIDE



BESOINS FRÉQUENTS D'URINER



SOIF EXCESSIVE

LE SUIVI DE L'HÉMOGLOBINE GLYQUÉE

Chez les patients diabétiques, on évalue l'efficacité des mesures mises en œuvre en suivant régulièrement le **pourcentage d'hémoglobine glyquée dans le sang** (HbA1c, une forme d'hémoglobine sur laquelle des molécules de sucre sont fixées).

→ Le taux sanguin d'HbA1c reflète le taux de sucre dans le sang pendant les 2 à 3 derniers mois.

Une **augmentation durable** du taux d'HbA1c de 1 % augmente de 40 % le **risque de complications** au niveau des petits vaisseaux sanguins, et de 20 % celui au niveau des artères principales.

Le saviez-vous ?

En France, **1 million** de personnes ignorent qu'elles sont diabétiques.

Un diabète diagnostiqué précocément permet une meilleure prise en charge, n'hésitez pas à en parler à votre Biologiste!

Pour + d'info santé et de conseils, scannez le QR code !

