



JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE DIABÈTE

14 Novembre 2018
Nicole MBUYI, infirmière

La journée mondiale du diabète a lieu le 14 novembre de chaque année. Elle a pour but de mieux faire connaître cette maladie dans le monde, son ampleur et aussi les moyens dont on dispose pour la prévenir.

LE DIABETE

C'est une maladie chronique qui survient lorsque le pancréas ne produit pas assez d'insuline ou lorsque l'organisme n'est pas capable d'utiliser efficacement l'insuline qu'il produit.

L'insuline est produite par le pancréas. Elle permet au glucose (sucre) d'entrer dans les cellules du corps pour qu'il soit utilisé comme source d'énergie. Chez une personne non diabétique, l'insuline remplit bien son rôle et les cellules disposent de l'énergie dont elles ont besoin pour fonctionner.

Il existe 2 types de diabète :

Diabète de type 1 ou diabète insulino-dépendant (DID).

Il survient le plus souvent chez un sujet non obèse, avant l'âge de 30 ans. Il est dû à la **destruction des cellules du pancréas** spécialisées dans la production d'insuline.

Les causes du diabète de type 1

Une prédisposition génétique (familiale) mais les autres causes sont mal connues.

Les **symptômes du diabète insulino-dépendant** sont :

- Augmentation de la soif et la faim
- Un besoin fréquent d'uriner
- Des urines abondantes
- Une fatigue importante
- Un amaigrissement ;

Le traitement du diabète de type 1

Le corps ne fabrique plus du tout d'insuline, l'unique traitement actuellement est l'apport en insuline.

Diabète de type 2, ou diabète non insulino-dépendant, beaucoup plus fréquent, se développe chez l'adulte en surpoids, obèse et en manque d'activité physique.

Les causes du diabète de type 2

- une origine génétique
- une alimentation déséquilibrée, manque d'activité physique, surpoids...

Symptômes du diabète de type 2 sont :

- • Un besoin de boire et de manger
- • Un besoin fréquent d'uriner;
- Une vision floue
- Un état de faiblesse générale

Traitement du diabète de type 2

Il est traité dans un premier temps par des mesures hygiéno-diététiques, puis on a rapidement recours à des traitements antidiabétiques dont l'efficacité n'est optimale que s'ils sont associés à une alimentation équilibrée et à une activité physique régulière.

Les complications du diabète

Le but du traitement dans les deux types de diabète est de normaliser la glycémie : les hyperglycémies répétées et prolongées entraînent à long terme une altération des nerfs et des vaisseaux sanguins présents dans tout le corps. Ce sont les complications du diabète qui peuvent se traduire par une cécité, des atteintes des pieds pouvant conduire à des amputations, des infarctus et des accidents vasculaires cérébraux, ...

Diabète et hérédité

Le poids de l'hérédité diffère selon qu'il s'agit du diabète de type 1 ou du diabète de type 2. Lorsque l'un des deux parents est diabétique de type 2, le risque de transmission à la descendance est de l'ordre de 40 % et si les deux parents sont atteints, le risque grimpe à 70 %. Dans le diabète de type 1, le risque se situe entre 4 et 8%, plus précisément 8 % si le père est diabétique, 4 % si c'est la mère (mais 30 % si les deux parents le sont).

Conclusion

Les deux principaux types de diabète sont caractérisés par un excès de sucre dans le sang et doivent être pris au sérieux et traités efficacement. **Il n'y a pas de « petits diabètes » ou de diabètes plus graves que d'autres.**

Malgré la recherche médicale qui avance tous les jours, le diabète reste une maladie qui se soigne très bien mais qui ne se guérit pas. Il faut donc, toute sa vie, se surveiller, garder de bonnes habitudes alimentaires, pratiquer une activité physique et prendre régulièrement son traitement. Un diabétique peut donc être un malade en bonne santé ! **OUI à la qualité de vie !**