



Lycée français du Caire



ALLÔ DOCTEUR, JE PENSE QUE J'AI LE DIABÈTE !

LE DIABÈTE : QUEST-CE QUE C'EST ?

Le diabète est une maladie chronique caractérisée par la présence d'un excès de glucose dans le sang appelé hyperglycémie.

Il existe 2 principaux types de diabète, dus à des dysfonctionnements différents : le diabète de type 1 et le diabète de type 2.

- le diabète dit « de type 1 », dû à une absence de sécrétion d'insuline par le pancréas ;
- le diabète dit « de type 2 », dû à une mauvaise utilisation de l'insuline par les cellules de l'organisme. Son développement se fait très progressivement, de façon insidieuse sur de nombreuses années.

DIABÈTE DE TYPE 1

Le diabète de type 1 survient le plus souvent chez l'enfant, l'adolescent et l'adulte jeune. Il est beaucoup moins fréquent que le diabète de type 2. Il n'existe aucun moyen de prévenir ce type de diabète.

Dans le diabète de type 1, le pancréas ne fabrique plus d'insuline de façon suffisante. En son absence, les cellules ne peuvent plus utiliser correctement le sucre qui circule dans le sang. L'hyperglycémie apparaît rapidement, dès que le niveau d'insuline devient insuffisant.



DIABÈTE DE TYPE 2

Le diabète de type 2 survient généralement après l'âge de 20 ans, mais peut parfois apparaître dès l'adolescence, surtout en présence d'un surpoids. Il résulte en grande partie d'une surcharge pondérale et d'un manque d'activité physique.

Le développement du diabète de type 2 se fait sur plusieurs années, en 3 étapes :

- tout d'abord, les cellules de l'organisme deviennent résistantes à l'insuline. Cette résistance est normale avec l'âge mais elle est aggravée par l'excès de tissus gras en cas de surpoids et d'obésité. Ce stade s'appelle : insulino-résistance. Le glucose s'accumule dans le sang et une hyperglycémie s'installe progressivement ;
- l'organisme tente de s'adapter. Dans un premier temps, le pancréas augmente la production d'insuline : cela s'appelle l'hyperinsulinisme ;
- après plusieurs années (10 à 20 ans), le pancréas s'épuise et ne peut plus sécréter suffisamment d'insuline pour réguler le taux de sucre dans le sang : c'est le stade d'insulinodéficience.

LES SYMPTÔMES :

Les symptômes du diabète de type 2 sont discrets et il est le plus souvent diagnostiqué à l'occasion d'une prise de sang. Les symptômes des complications du diabète de type 2 sont une difficulté à cicatriser, une perte de sensibilité au niveau des pieds, des troubles de la vision, une insuffisance rénale, un infarctus ou un AVC.

Quand la maladie progresse, les symptômes peuvent finir par apparaître :

- augmentation de la soif et de la faim ;
- besoin fréquent d'uriner ;
- fatigue ;
- déshydratation
- peau sèche sujette à des démangeaisons ;
- coupures et blessures qui cicatrisent lentement ;
- infections fréquentes des gencives, de la vessie, du vagin, de la vulve et du prépuce ;
- insensibilité ou fourmillement des mains et des pieds ;
- troubles de l'érection
- vision floue.

De plus, chez les personnes souffrant de diabète de type 2, il est fréquent qu'une prise de sang révèle un taux sanguin élevé de triglycérides et un taux de cholestérol HDL (« bon » cholestérol) inférieur à la normale. Il est également fréquent d'observer une élévation anormale de la pression sanguine (de la « tension »).

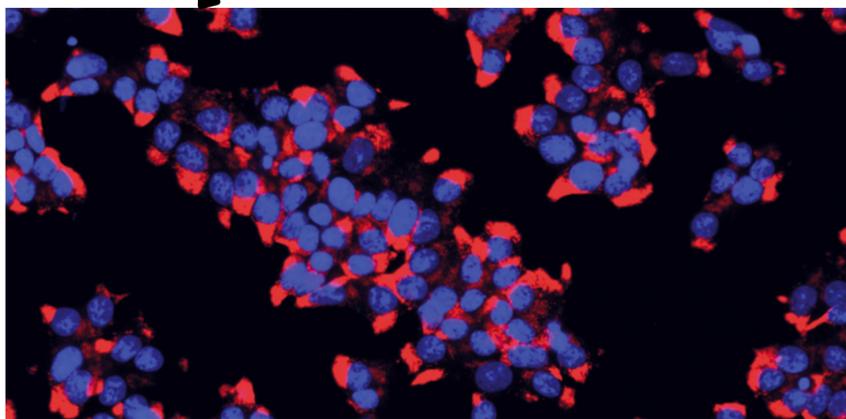
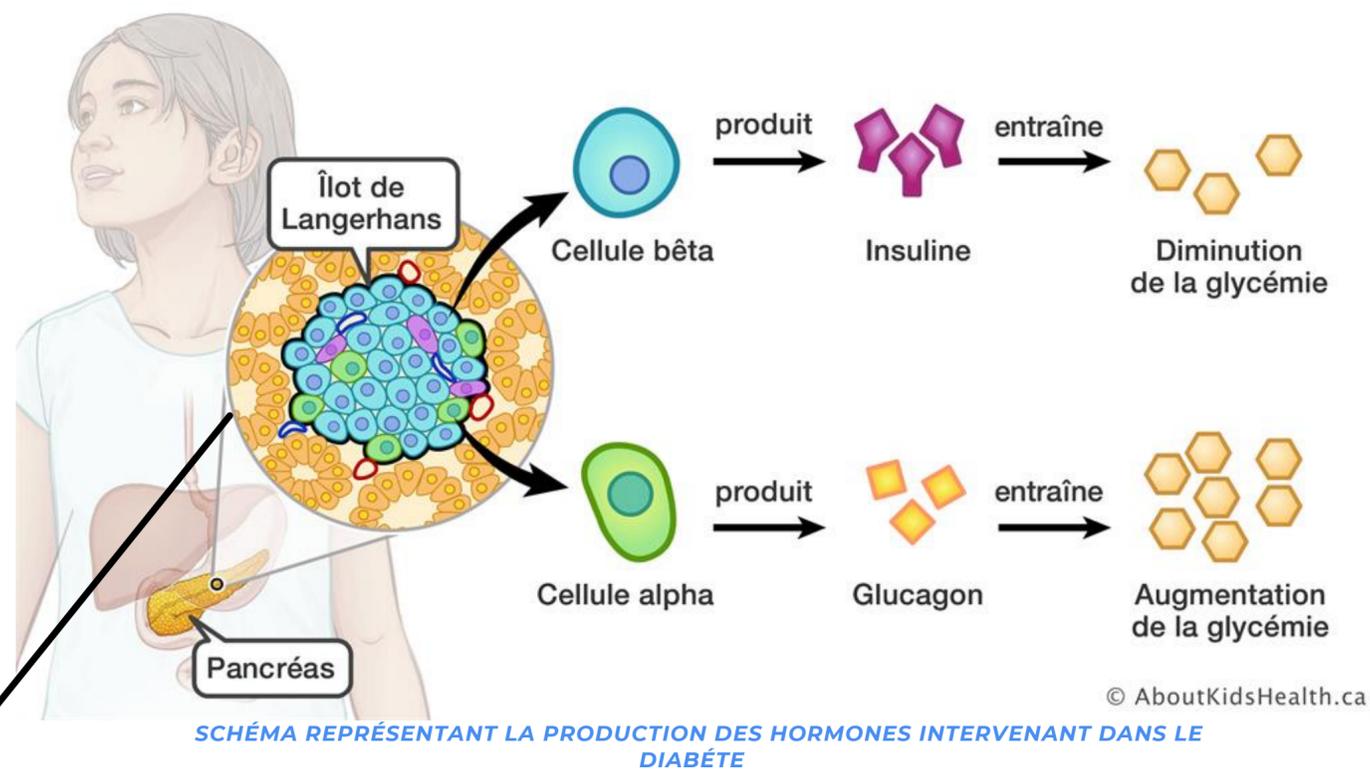
COMMENT ÊTRE DIAGNOSTIQUER ?

- le dépistage et le traitement de la rétinopathie (qui provoque la cécité) ;
- le contrôle des lipides sanguins (pour réguler le taux de cholestérol) ;
- le contrôle de la glycémie : Avec une glycémie de 1,10 à 1,26 g/l, le patient est considéré comme prédiabétique. Si la glycémie dépasse 1,26 g/l lors de deux dosages successifs, le diabète est déclaré.
- le dépistage des premiers signes d'une maladie rénale liée au diabète, et son traitement
- Test d'anticorps dans le sang.



VOYONS CELA D'UN PEU PLUS PRÈS ...

Le pancréas contient de nombreux types de cellules, y compris des cellules bêta et alpha. Ces cellules produisent différentes hormones qui contrôlent la concentration de glucose (sucre) dans notre sang ; l'insuline et le glucagon. L'insuline, une hormone essentielle à la régulation de la glycémie, est donc produite par cellules spécialisées du pancréas : les cellules centrales des îlots de Langerhans et Le glucagon, l'hormone qui est à l'origine de l'augmentation de la glycémie est produite dans ces mêmes cellules mais en périphérie. L'insuline permet également aux cellules de l'organisme de capter le sucre qui circule dans le sang selon leurs besoins (par exemple cellules musculaires au cours d'un exercice) et de l'utiliser pour le transformer en énergie. Si nécessaire, elle permet le stockage du sucre non utilisé, dans le foie ou les cellules graisseuses. De nombreuses expériences ont permis de déterminer la production des ces hormones et c'est en comparant des cellules saines et celles d'une personne diabétique que nous avons pu déterminer leur localisation.



CELLULES BÊTA PANCRÉATIQUE HUMAINE. LES NOYAUX DES CELLULES SONT COLORÉS EN BLEU ET L'INSULINE CONTENUE DANS LES CELLULES EST EN ROUGE.

LES TRAITEMENTS :

L'unique traitement du diabète de type 1 est l'apport d'insuline par injections qui est indispensable à la vie. Le traitement de référence du diabète de type 2 est l'optimisation des habitudes de vie. Mais aussi :

- la diminution et le contrôle du poids par une alimentation équilibrée, en effet certains aliments ont une charge glycémique très important ce qui est mauvais pour les diabétiques ; il faut donc éviter le soda, la pomme de terre ect...
- une activité physique régulière,
- l'arrêt du tabac
- une perte de poids si nécessaire,
- une activité physique régulière,

En seconde intention, des antidiabétiques oraux et /ou injectables sont prescrits pour contrôler la glycémie. La metformine (Glucophage® ou Glumetza®) est la pierre angulaire du traitement chez la grande majorité des diabétiques de type 2. Son action permet de réduire la résistance à l'insuline, ce qui aide l'organisme à utiliser plus efficacement le glucose, sans risque d'hypoglycémie.