Diabète & Complications

Comment

Anticiper ?

Gérer ?

Intervenir ?

Reconnaître ?

sanofi

Les complications survenant dès le début de la maladie.

Comment reconnaître ? Comment gérer ?

Le diabète vous expose à
des risques de complications, à court et long terme.
Découvrez leurs symptômes et surtout comment AGIR pour les prévenir !

Comment reconnaître ?

HYPOGLYCÉMIE
= baisse anormale du taux de glucose dans le sang
Glycémie < 0,60 g/L, ou 0,70 g/L*

Sensation de faim

Sueurs

Tremblements

Vertiges

Mais aussi :
- Pâleur, faiblesse, perte d'équilibre
- Vision trouble,
- Nausées légères,
- Nervosité, irritabilité, troubles de l'humeur,
- Contraction musculaire,
- Fourmillements autour de la bouche,
- Palpitations, sensation d'angoisse
- Maux de tête, incapacité à se concentrer, confusion, difficultés à parler,
- Convulsions, perte de conscience.

HYPERGLYCÉMIE
= augmentation anormale du taux de glucose dans le sang
Glycémie ≥ 1,10 g/L à jeun*

Besoin fréquent d'uriner

Soif intense

Vision trouble

Fatigue anormale

Mais aussi :
- Sensation de bouche sèche,
- Troubles de la conscience, coma

ACIDOCÉTOSE DIABÉTIQUE

AGGRAVATION

- Perte d'appétit,
- Douleurs abdominales,
- Nausées, vomissements
- Haleine fruitée,
- Crampes nocturnes,
- Gêne respiratoire, respiration profonde et rapide,
- Mal de tête,
- Changement de l'état de conscience, confusion, agitation, comportement inhabituel,
- Troubles de la conscience, coma.

Comment gérer ?

- Mesurez votre glycémie
- Resucrez-vous rapidement (3 morceaux de sucre, jus de fruit ou soda non light (15 cl), 1 cuillère à soupe de miel ou de confiture)
- Reposez-vous au moins 15 min
- Mesurez à nouveau votre glycémie
- Si la situation ne s'améliore pas, contactez votre médecin ou procédez à une injection de glucagon
- En cas d'aggravation, appelez le 15

- Vérifiez et surveillez votre glycémie
- Buvez beaucoup (eau ou liquide non sucré)
- Contactez immédiatement votre médecin si votre glycémie est importante ou reste élevée
- En cas d'aggravation, faîtes le 15

- En cas de glycémie > 2,50 g/L, recherchez la présence de sucre et de cétones à l'aide de bandelettes urinaires
- En cas de résultats positifs, contactez votre médecin, l'hôpital, ou le 15 pour connaître la conduite à tenir
- Ne vous endormez pas tant que vous avez une présence d'acétone dans vos urines

* chez l'adulte

Notez chacun des épisodes (date, circonstances, symptômes et glycémie) et signalez-les à votre médecin lors de votre prochaine consultation

Les complications à long terme

Comment anticiper ?

Avec le temps, les déséquilibres glycémiques vont abimer la paroi des vaisseaux sanguins, engendrant des **complications qui évoluent silencieusement. Un suivi médical régulier est essentiel pour dépister tôt ces dernières et permettre une prise en charge adaptée limitant leur aggravation.**

Dosage de l'HbA1c (hémoglobine glyquée) 2 fois/an au minimum

Rétinopathie : atteinte des yeux

- Baisse de la vision, déformation des images, défaut d'adaptation à la luminosité,
- Risque de cécité,
- Augmentation du risque de glaucome ou de cataracte.

Examen du fond de l'œil Tous les 2 ans au minimum

Atteinte des dents et gencives

- Inflammation de la gencive : gingivite, parodontite,
- Risque plus élevé d'infections bactériennes (carie, abcès dentaire).

Bilan dentaire 1 fois/an

Néphropathie : atteinte des reins

- Insuffisance rénale (altération de la fonction de filtre des reins),
- Augmentation du risque de maladie cardiovasculaire.

Bilan rénal (prise de sang + analyse d'urine) 1 fois/an

Atteinte des artères et des petits vaisseaux

- Cicatrisation plus difficile en cas de plaies notamment aux pieds, extension des plaies avec risque d'amputation.

Examen des pieds 1 fois/an

Neuropathie : atteinte des nerfs

- Diminution de la sensibilité, des réflexes, de la perception de la douleur,
- Survenue de douleurs sans cause apparente,
- Troubles du rythme cardiaque et de la pression artérielle avec vertiges au lever,
- Troubles digestifs (diarrhées, constipation) ou urinaires (mauvais contrôle de la vessie),
- Troubles sexuels (trouble de l'érection, impuissance, sècheresse vaginale).

Examen neurologique 1 fois/an

Maladies cardiovasculaires

- Accumulation de dépôts de graisse à l'intérieur des vaisseaux formant des plaques qui se durcissent avec le temps, rétrécissant le diamètre des vaisseaux, gênant la circulation du sang vers les organes et les privant d'oxygène,
- Risque de formation de caillots (thrombose) pouvant boucher les artères,
- Augmentation du risque de maladies cardiovasculaires

Bilan lipidique 1 fois/an

- **Cerveau :** risque d'accident vasculaire cérébral (AVC),
- **Cœur :** risque de crise cardiaque,

Électrocardiogramme (ECG) 1 fois/an

- **Jambes :** risque d'artériopathie se caractérisant par une douleur à la marche.

En cas de complication vasculaire présumée, une échographie-doppler pourra vous être prescrite par votre médecin [8]

Atteinte de la peau

- Risque d'infections bactériennes (plaie infectée, panaris, furoncle ...) ou fongiques (mycoses souvent présentes au niveau des ongles, entre les orteils, dans les plis ou sur les organes génitaux),
- Risque plus élevé de zona,
- Apparition de taches colorées brunâtres (acanthosis nigricans), de tâches dépigmentées (vitiligo), de zones d'épaississement de la peau (lipodystrophies).

Atteinte des articulations et tendons

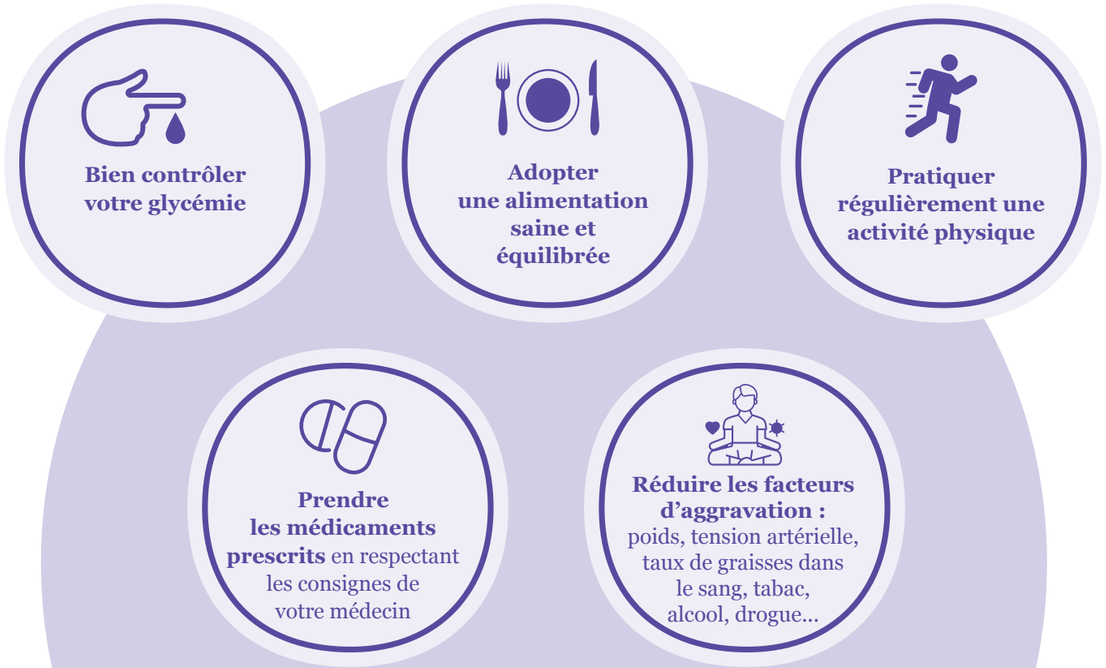
- Gène ou blocage des mouvements, fourmillements, sensation d'engourdissement, douleurs (doigts, main, poignet, coude, épaule ou pieds),
- Risque de tendinite, de syndrome du canal carpien, de raideurs, d'épaule difficilement mobilisable dite « épaule gelée »,
- Risque de déformation des pieds.

Prévention des complications

Comment intervenir ?

Les complications du diabète ne sont pas systématiques, ni inéluctables. **Bien contrôler votre glycémie et adopter quelques règles hygiéno-diététiques** sont les meilleurs moyens d'éviter ou de ralentir l'apparition de ces complications.

Pour parvenir à obtenir un bon équilibre de votre glycémie, il est nécessaire de bien suivre les conseils de votre médecin :



Mon calendrier d'examens

Examens	Fréquence	Dates de rendez-vous
Dosage de l'HbA1c (hémoglobine glyquée) • Si l'objectif n'est pas atteint ou si le traitement est modifié	**Tous les 3 mois**	....
• Si l'objectif est atteint et si le traitement n'est pas modifié	**Tous les 6 mois**	....
Bilan lipidique	**1 fois/an**	.....
Bilan rénal (prise de sang + analyse d'urine)	**1 fois/an**	.....
Examen du fond de l'œil • Lorsque les objectifs de contrôle glycémique et/ou de pression artérielle ne sont pas atteints ; • En cas de traitement par insuline	**1 fois/an**	.....
• En l'absence de traitement par insuline et lorsque les objectifs de contrôle de la glycémie et de la pression artérielle sont atteints	**1 fois/2 ans**	.....
Examen des pieds	**1 fois/an**	.....
Electrocardiogramme (ECG)	**1 fois/an**	.....
Bilan neurologique	**1 fois/an**	.....
Bilan dentaire	**1 fois/an**	.....

Références

1. Ameli Santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete/diabete-symptomes-evolution/acido-cetose-hypoglycemie-hyperglycemie consulté le 26/03/2024
2. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/information/glycemie consulté le 26/03/2024
3. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/glycemie/hypoglycemie consulté le 26/03/2024
4. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/glycemie/hyperglycemie consulté le 26/03/2024
5. Diabète quebec. https://www.diabete.qc.ca/le-diabete/informations-sur-le-diabete/urgences-diabetiques/les-urgences-hyperglycemiques/ consulté le 26/03/2024.
6. Ameli santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete/diabete-symptomes-evolution/complications-fondamentaux consulté le 26/03/2024.
7. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/information/complications-diabete/retinopathie consulté le 26/03/2024.
8. Ameli santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete/diabete-suivi/tout-savoir-sur-les-examens-de-suivi-recommandes consulté le 26/03/2024.
9. HAS. Guide de parcours de soins. Diabète de type 2 de l'adulte. Mars 2014. Disponible sur : https://www.has-sante.fr/jcms/c_1735060/fr/guide-parcours-de-soins-diabete-de-type-2-de-l-adulte consulté le 16/04/2024.
10. Ameli santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete-adulte/diabete-symptomes-evolution/complications-dents-gencives consulté le 16/04/2024.
11. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/information/complications-diabete/nephropathie consulté le 26/03/2024.
12. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/information/complications-diabete/pieds consulté le 26/06/2024.
13. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur :https://www.federationdesdiabetiques.org/information/complications-diabete/neuropathie consulté le 26/03/2024.
14. Fédération Française des Diabétiques. Disponible sur : https://www.federationdesdiabetiques.org/information/complications-diabete/les-complications-cardiovasculaires-du-diabete consulté le 26/06/2024.
15. Ameli santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete/diabete-symptomes-evolution/complications-autres consulté le 16/04/2024.
16. Ameli santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete/diabete-vivre-quotidien/equilibre-alimentaire/diabete-alimentation-fondamentaux consulté le 26/03/2024.
17. Ameli santé. Disponible sur : https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/diabete/diabete-vivre-quotidien/activite-physique/diabete-activite-physique-fondamentaux consulté le 26/03/2024.

Notes

Vous souhaitez en savoir plus ?

Rendez-vous sur notre site sanofi-diabète.fr

Vous pourrez y retrouver notamment :

les brochures détaillées

Bien connaître sa maladie

Activité physique

les podcasts Dia'Logue

Devenir acteur de votre maladie vous donnera les clefs pour bien vivre avec le diabète.

sanofi

7000046120 - 05/2024