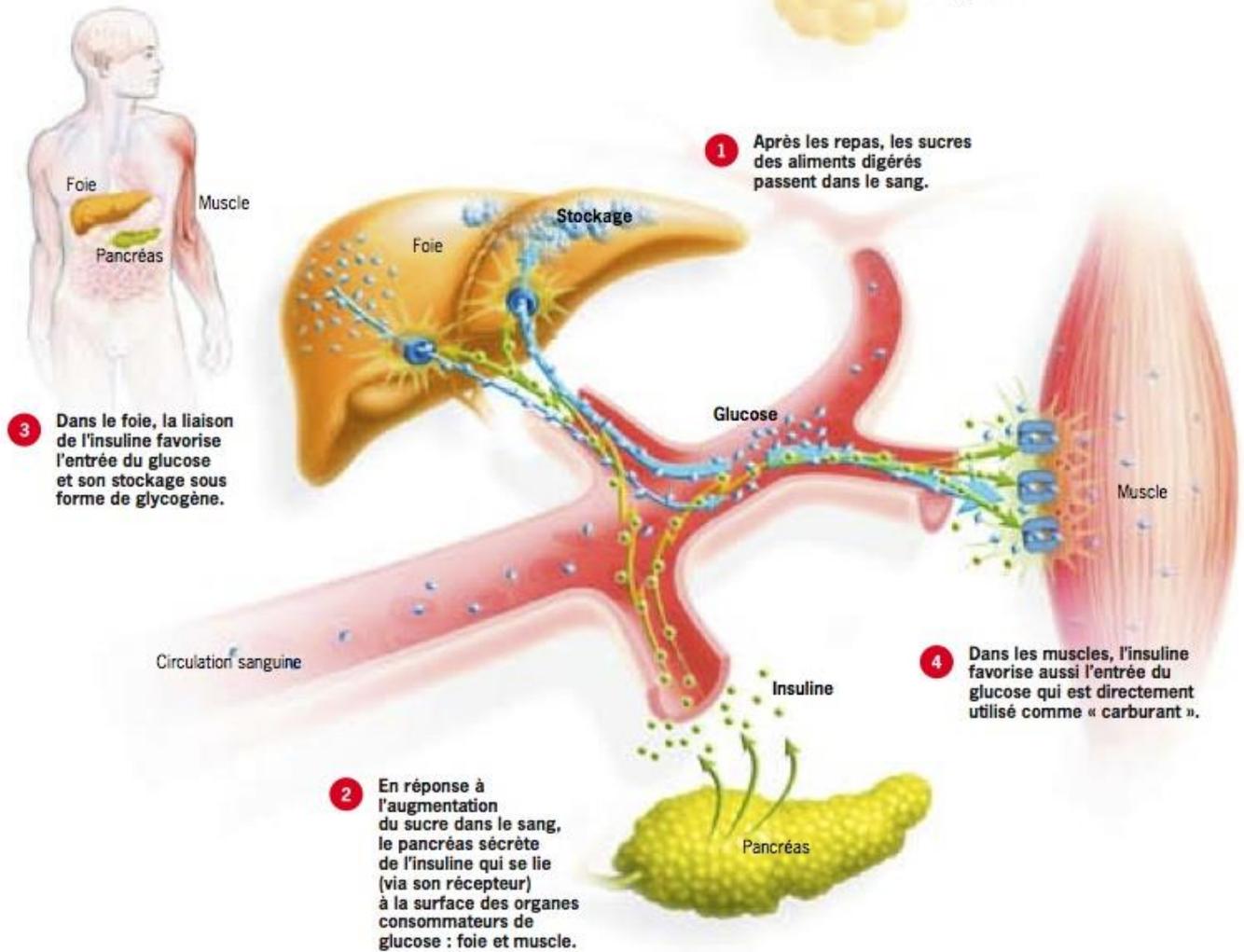


Régulation de la glycémie

Régulation normale de la glycémie



TRAITEMENTS DU DIABETE DE TYPE I

Les diabétiques peuvent espérer mener une **vie active**, autonome et dynamique à condition de respecter, durant toute leur existence, une **discipline** stricte par :

- le contrôle du taux de glucose sanguin à l'aide d'un **lecteur de glycémie** ;
- un **régime alimentaire** approprié ;
- un programme d'**exercices physiques**.

Dans notre fiche Diabète (vue d'ensemble), vous trouverez :

- un schéma de l'absorption du glucose ;
- un tableau des valeurs glycémiques pour les adolescents et les adultes diabétiques ;
- un plan d'alimentation ;
- des suggestions d'exercices physiques ;
- des moyens pour mieux gérer le stress.

Les personnes atteintes du diabète de type 1 doivent souvent être traitées pour les problèmes de santé qui peuvent être associés à cette maladie.

Médication

Les personnes atteintes de diabète de type 1 doivent **s'injecter de l'insuline** afin de compenser l'insuffisance du pancréas à en produire. L'injection plutôt que la prise d'insuline par la bouche est nécessaire du fait que celle-ci est détruite par les sucs digestifs. Comme les traitements sont quotidiens (souvent plusieurs fois par jour), le patient doit apprendre à s'administrer lui-même les injections.

Les diabétiques peuvent espérer mener une **vie active**, autonome et dynamique à condition de respecter, durant toute leur existence, une **discipline** stricte par :

- le contrôle du taux de glucose sanguin à l'aide d'un **lecteur de glycémie** ;
- un **régime alimentaire** approprié ;
- un programme d'**exercices physiques**.

Dans notre fiche Diabète (vue d'ensemble), vous trouverez :

- un schéma de l'absorption du glucose ;
- un tableau des valeurs glycémiques pour les adolescents et les adultes diabétiques ;
- un plan d'alimentation ;
- des suggestions d'exercices physiques ;
- des moyens pour mieux gérer le stress.

Les personnes atteintes du diabète de type 1 doivent souvent être traitées pour les problèmes de santé qui peuvent être associés à cette maladie.

Médication

Les personnes atteintes de diabète de type 1 doivent **s'injecter de l'insuline** afin de compenser l'insuffisance du pancréas à en produire. L'injection plutôt que la prise d'insuline par la bouche est nécessaire du fait que celle-ci est détruite par les sucs digestifs. Comme les traitements sont quotidiens (souvent plusieurs fois par jour), le patient doit apprendre à s'administrer lui-même les injections.

TRAITEMENTS DU DIABETE DE TYPE II

L'objectif principal du traitement du diabète de type 2 est de maintenir le taux sanguin de sucre (glycémie) dans les valeurs normales et de prévenir les complications. Le maintien d'un poids raisonnable, une alimentation équilibrée et la pratique d'une activité physique régulière sont des composantes essentielles du traitement.

Les conseils hygiéno-diététiques

Pour de nombreux patients souffrant de diabète de type 2, le simple fait de maintenir une alimentation équilibrée et de faire de l'exercice suffit à contrôler les concentrations de sucre dans le sang. De ce fait, le premier élément de la prise en charge du diabète de type 2 est une modification des habitudes alimentaires et la pratique régulière d'une activité physique. Ces mesures sont appliquées pendant les six premiers mois qui suivent le diagnostic, en l'absence de traitement par les médicaments.

Bien que certaines personnes présentant ce type de diabète soient minces, la majorité des patients souffre d'obésité ou, au moins, de surpoids. Le fait de perdre du poids (même 4 ou 5 kg) peut contribuer à abaisser les concentrations sanguines de sucre. Idéalement, chez les patients en surpoids (IMC supérieur à 25), l'objectif est de perdre 5 à 10 % du poids initial en six à douze mois, et de maintenir ce nouveau poids.

Les traitements médicamenteux

Lorsque les mesures hygiéno-diététiques appliquées pendant six mois n'ont pas suffi à diminuer le taux de sucre et d'HbA1c dans le sang, la prescription de médicaments devient nécessaire. Les médicaments prescrits contre le diabète de type 2 sont généralement administrés par voie orale, et doivent être pris au moment des repas. Si le traitement par voie orale est insuffisant, le médecin peut prescrire des injections d'insuline.

Le suivi du traitement

Si le diabète est équilibré dans les limites fixées par le médecin, celui-ci prescrit au patient un bilan sanguin plusieurs fois par an (par exemple tous les trimestres). Le médecin peut être amené à proposer des contrôles plus fréquents aux patients dont le diabète n'est pas équilibré. Dans tous les cas, les personnes diabétiques peuvent être conduites à surveiller elles-mêmes leur taux de sucre une ou plusieurs fois par semaine (autosurveillance avec un lecteur de glycémie), en particulier si elles sont traitées par des sulfamides hypoglycémisants, voire une à plusieurs fois par jour si elles reçoivent un traitement par insuline.

De plus, chez les personnes en surpoids, le médecin suit le poids et l'IMC de son patient afin de s'assurer de l'efficacité des mesures hygiéno-diététiques.

Les autres mesures thérapeutiques

La prévention des complications cardiovasculaires liées au diabète de type 2 peut nécessiter la mise en place de traitements spécifiques : contre l'excès de cholestérol et contre l'hypertension artérielle, en particulier. De plus, l'arrêt du tabac est fortement recommandé aux personnes diabétiques afin de réduire le risque de maladie cardiovasculaire.