

Le diabète de type 2 et ses complications



Quand le taux de sucre dans le sang (glycémie) est très élevé, le diabète se manifeste par une soif importante et des urines abondantes. Mais, le plus souvent, le diabète de type 2 ne provoque aucun symptôme, alors qu'il entraîne des risques pour la santé. Le diagnostic repose sur des prises de sang.

La définition actuelle du diabète

- Le diabète sucré est défini par une élévation anormale du taux de sucre dans le sang (glycémie).
- Plusieurs études ont montré que lorsque la glycémie à jeun est supérieure à 1,26 g/l (gramme par litre), le risque de maladie de la rétine de l'œil augmente. C'est pourquoi (en dehors de la grossesse, qui pose des problèmes particuliers), on définit le diabète par une glycémie à jeun $\geq 1,26$ g/l, ou une glycémie ≥ 2 g/l à n'importe quel moment de la journée, ou après l'absorption d'une certaine quantité de glucose.
- Comme, au début, il n'y a pas de signe de maladie, la détection du diabète sucré repose sur des prises de sang systématiques. Pour être certain du diagnostic, il est nécessaire de réaliser une ou plusieurs autres prises de sang, car il peut y avoir des erreurs.

Risques pour les yeux, les reins et les nerfs

- Après plusieurs années d'évolution, le diabète abîme de petits vaisseaux sanguins (les capillaires) : c'est la "microangiopathie diabétique".
- L'atteinte des capillaires de la rétine de l'œil ("rétinopathie diabétique") peut diminuer gravement la vision, voire faire perdre la vue. L'atteinte des capillaires des reins diminue leur efficacité, conduisant parfois à une insuffisance rénale, qui peut nécessiter un "rein artificiel". Les nerfs des jambes peuvent aussi être atteints, provoquant des douleurs ou une diminution de la sensibilité des pieds. Quand les pieds ne ressentent rien, même lorsqu'ils sont blessés, il existe un risque d'infection grave, difficile à guérir. Le diabète augmente aussi le risque de trouble de l'érection.
- Le risque d'atteinte des yeux, des reins et des nerfs dépend surtout de la durée et de l'importance de l'élévation de la glycémie. Limiter cette élévation permet de réduire les risques et d'éviter la plupart de ces complications.

Risques pour le cœur et les gros vaisseaux sanguins

- Le diabète de type 2 augmente surtout les risques pour le cœur et les grosses artères ("macroangiopathie").

- Le diabète de type 2 augmente ainsi le risque d'infarctus du myocarde (attaque cardiaque), d'accident vasculaire cérébral (attaque cérébrale, qui peut, par exemple, paralyser la moitié du corps) et d'artérite des membres inférieurs (le sang irrigue mal les jambes, provoquant parfois des douleurs à la marche et une mauvaise cicatrisation au niveau des pieds, ce qui augmente le risque d'amputation).
- Le risque d'atteinte du cœur et des gros vaisseaux dépend de multiples facteurs. En particulier, l'hypertension artérielle, la consommation de tabac et l'augmentation du taux de cholestérol augmentent le risque d'atteinte cardiaque ou des grosses artères. Pour diminuer ce risque, il est aussi important de s'occuper de ces facteurs que de faire baisser la glycémie.

©Prescrire - décembre 2013

Sources :

- "Diabète de type 2, en bref" Idées-Forces Prescrire mises à jour octobre 2013 : 4 pages.