

LES RISQUES DE COMPLICATIONS SONT DIRECTEMENT RELIES AU DEGRÉ DE CONTRÔLE DU DIABÈTE

Ça fait peut-être longtemps que tu es diabétique et tu ne te rappelles possiblement plus exactement pourquoi on travaille si fort ensemble pour que tu aies le meilleur des contrôles. En gros, on veut que tu demeures en santé pour bien des années encore et sans autres problèmes de santé, car le diabète peut avoir certaines conséquences à long terme..

POURQUOI Y A-T-IL DES COMPLICATIONS ?



Des complications reliées au diabète sont possibles à tout moment dès 10 à 15 ans après le diagnostic, mais elle sont évitables. Elles peuvent apparaître, car le sucre qui s'accumule dans le sang de façon trop élevée sur un période prolongée est dommageable pour certaines cellules, particulièrement celle des yeux, des reins, du système nerveux et des gros vaisseaux.

COMMENT ÉVITER CES COMPLICATIONS ?



Le risque de complications a énormément chuté depuis que l'on suit mieux les diabétiques. On peut éviter, ou grandement diminuer, les risques en ayant le meilleur contrôle possible de notre glycémie. C'est la clé!

C'est quoi le meilleur contrôle possible? On pense qu'une hémoglobine glyquée de moins de 7 % est l'idéal pour diminuer très fortement les complications. Cependant toute diminution de l'hémoglobine glyquée, quel que soit le point de départ de celle-ci, est gagnant et tu dois être fier de toute amélioration.

IL Y A ESSENTIELLEMENT QUATRE TYPES DE COMPLICATIONS À LONG TERME :



La rétinopathie : les complications qui atteignent l'œil

Les petits vaisseaux qui irriguent le fond de ton œil, la rétine, sont très sensibles à un taux de sucre élevé et cette hyperglycémie chronique peut les endommager à long terme. Quand ces vaisseaux sont fragilisés, ils pourront saigner à l'intérieur de ton œil. Dans les cas les plus avancés, ils pourraient même te faire perdre la vision de ton œil ou même des deux yeux.

Tout ce processus qui se fait sur des années est silencieux : ceci ne se manifeste par aucun symptôme. C'est pourquoi il est si important de voir un spécialiste des yeux une fois par année pour s'assurer qu'il n'y a pas de dommages qui débutent. S'il y en a, on peut alors freiner la progression des dommages, par une thérapie au laser par exemple.

La néphropathie : les complications qui atteignent le rein

Le rein est l'organe qui permet d'éliminer les déchets de notre organisme. Les cellules du rein sont aussi très sensibles au sucre élevé de façon chronique retrouvé dans les vaisseaux sanguins qui l'irriguent.

Graduellement, le rein est affecté. En bout de ligne, il ne sera plus capable de filtrer les déchets. On appelle ça l'insuffisance rénale. À ce stade, la dialyse (rein artificiel) sera nécessaire plusieurs fois par semaine. Éventuellement, une greffe rénale sera proposée.

Malheureusement, encore ici, tout le processus qui aboutit après plusieurs années à l'insuffisance rénale est silencieux. Cependant un test de dépistage, le dosage de la microalbuminurie, fait une fois par année, nous permet de dépister le début de la maladie avant qu'il ne soit trop avancé. Au stade précoce, on peut alors intervenir pour freiner la maladie.

La neuropathie : les complications qui atteignent le système nerveux

Quand le système nerveux de certains organes est atteint par l'hyperglycémie chronique, ceci peut engendrer plusieurs symptômes. Voici quelques exemples, selon le système touché :

Peau : picotements, engourdissement chronique, sensations de brûlure aux doigts ou aux pieds.

Appareil génital mâle : problèmes d'érection. Impuissance.

Appareil urinaire : difficulté à uriner.

Appareil digestif : retard de la digestion, diarrhées nocturnes, vomissements.

Les complications macrovasculaires : les complications qui atteignent le système cardiovasculaire

Lorsque ceci survient, des plaques peuvent obstruer les gros vaisseaux sanguins et augmenter nos risques d'infarctus tôt dans la vie adulte ou provoquer un accident vasculaire cérébral. Encore ici, l'hyperglycémie chronique est un grand responsable de ces complications.

Ces complications peuvent être fortement augmentées si, en plus, tu fumes ou que tu t'alimentes mal.

Les différents types de complications



Rétinopathie



Néphropathie



Neuropathie



Macrovasculaire

Savais-tu que ?

- ♦ La plupart de ces complications qui évoluent très lentement ne donnent aucun symptôme durant plusieurs années.
- ♦ Plusieurs tests de dépistage existent pour dépister le début ces complications et les freiner. Il est donc important de voir ton médecin régulièrement.
- ♦ Le tabac augmente de beaucoup le risque des maladies cardio-vasculaires chez un diabétique et augmente aussi les risques pour les reins et les yeux.
- ♦ Les complications peuvent apparaître dès l'âge de 20 à 30 ans quand le diabète est très mal contrôlé.
- ♦ Toute amélioration de l'hémoglobine glyquée est une grande victoire pour diminuer le risque de complications.



Section Diabète

CHU Sainte-Justine

Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant

Université
de Montréal

Préparé et produit par :
L'équipe de la section
Diabète du CHU Ste-Justine

Le diabète chez
l'adolescent

Les complications