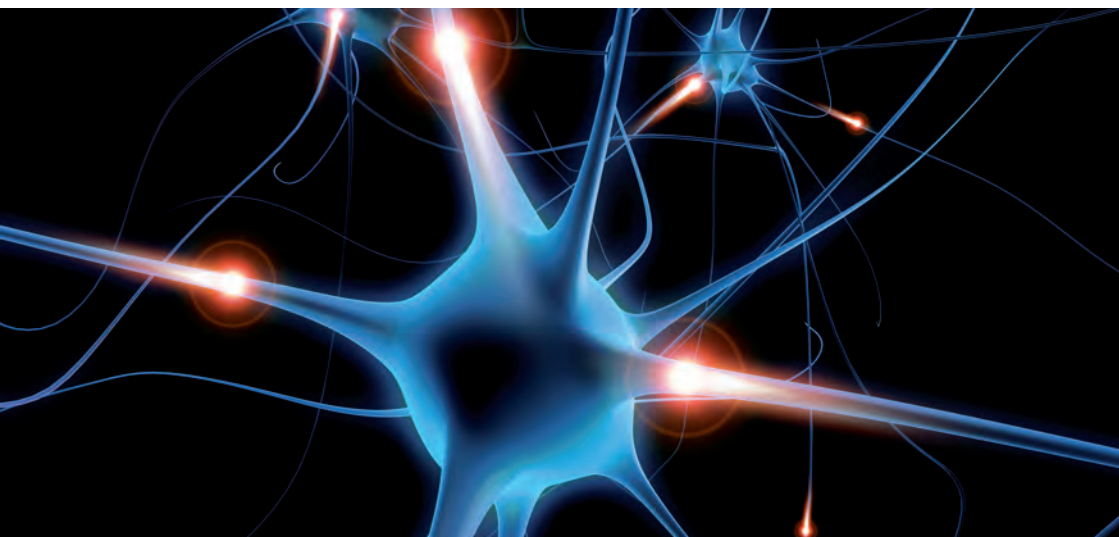


La neuropathie diabétique

« *Le diabète peut porter sur les nerfs !* »



www.associationdudiabete.ch
Pour vos dons : PC-80-9730-7

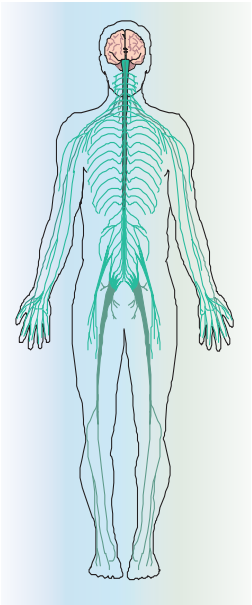


Association Suisse du Diabète
Schweizerische Diabetes-Gesellschaft
Associazione Svizzera per il Diabete

Qu'est-ce que la neuropathie diabétique ?

L'expression « neuropathie diabétique » désigne des lésions nerveuses dues au diabète. Cette affection peut toucher le système nerveux périphérique somatique et/ou autonome :

- Les atteintes du système nerveux périphérique, qui représentent 80 % des cas, sont la forme la plus fréquente de neuropathie diabétique. Dans cette



forme, les lésions touchent les nerfs des bras et des jambes, responsables des perceptions et des mouvements. Les lésions se manifestent souvent au niveau des pieds et des mollets.

- La neuropathie diabétique peut toutefois également toucher les nerfs du

système nerveux dit autonome. Ce dernier régule des fonctions organiques comme la digestion, l'activité cardiaque, la circulation et le métabolisme, et n'est pas soumis au contrôle de la volonté (il travaille donc de manière indépendante – auto-

nome). En cas de lésions dans ce système, celles-ci se manifestent p. ex. sous la forme d'une mauvaise régulation de la circulation, de troubles du rythme cardiaque ou de troubles digestifs.

Des glycémies durablement trop élevées provoquent des lésions au niveau des fins vaisseaux sanguins responsables de l'apport de sang aux nerfs.

Quelles sont les causes de la neuropathie diabétique ?

La cause exacte de la neuropathie diabétique n'est pas parfaitement connue à ce jour. On admet toutefois aujourd'hui qu'il existe une relation entre une glycémie non optimale et les troubles nerveux.

Il s'ensuit des troubles de la circulation dans les fibres nerveuses, qui ne reçoivent alors plus suffisamment d'oxygène. Une autre cause susceptible de provoquer une neuropathie diabétique est la « glycosylation » de protéines et de lipides importants, qui sont les éléments constitutifs des nerfs. Un contrôle optimal de la glycémie est donc la principale mesure pour prévenir les neuropathies diabétiques !



Quels sont les symptômes typiques de la neuropathie diabétique ?

Les principaux signes d'une neuropathie diabétique apparaissent surtout aux pieds et/ou aux mollets, ainsi que, plus rarement, sur les mains :

- diminution de la sensibilité au toucher, à la pression, à la température
- sensation de froid dans les pieds, bien qu'ils soient au chaud et bien irrigués
- dysesthésie ou fourmillements
- douleurs aux bras et/ou aux pieds, surtout la nuit

Au stade avancé, la neuropathie diabétique peut provoquer des douleurs persistantes brûlantes, insistantes, spasmodiques ou fulgurantes dans les bras et les jambes, ainsi qu'une insensibilité ou une augmentation de la sensibilité au toucher. Habituellement,

les douleurs sont plus intenses la nuit et diminuent lors de mouvements.

Les névralgies peuvent altérer durablement la qualité de vie, car elles provoquent des troubles du sommeil et peuvent diminuer les performances.

Ces premiers signes doivent être pris au sérieux. Veuillez consulter votre médecin si vous constatez de telles sensations !

Comment le médecin pose-t-il le diagnostic ?

Votre médecin de famille devrait procéder à un examen approfondi des pieds au moins une fois par année. En présence de symptômes, votre médecin posera des questions précises afin de découvrir si ceux-ci sont dus à une lésion nerveuse :

- Où les symptômes/les douleurs sont-ils apparus ?
- Sous quelle forme les symptômes/les douleurs se manifestent-ils ?
- Depuis quand les symptômes/les douleurs sont-ils apparus ?
- Quand les symptômes/les douleurs apparaissent-ils au cours de la journée ?

Ensuite, des examens diagnostiques plus approfondis du système nerveux et de ses fonctions pourront être effectués par le spécialiste (neurologue ou spécialiste des douleurs).

Comment votre médecin vous traitera-t-il ?

La première et plus importante mesure thérapeutique est un contrôle optimal, à long terme, de votre glycémie !

Vous devriez renoncer à fumer. Il est par ailleurs important d'éviter la consommation d'alcool, qui peut également contribuer à endommager les nerfs. En outre, il convient de veiller à un bon

réglage de la glycémie et des lipides sanguins.

Pour l'analgésie proprement dite, il existe de nos jours différentes options thérapeutiques, qui fournissent, dans la plupart des cas, un résultat satisfaisant : les névralgies sont généralement traitées avec des médicaments qui modifient la perception de la douleur, p. ex. :

- antiépileptiques
- antidépresseurs
- opiacés (= analgésiques puissants)

Dans certains cas, la physiothérapie, la stimulation nerveuse (TENS = neurostimulation électrique transcutanée), l'acupuncture, etc. peuvent aider.

Des traitements physiques – comme l'application de froid ou de chaud – peuvent également être indiqués.

Le contrôle optimal de la glycémie peut empêcher une progression rapide de la neuropathie diabétique.

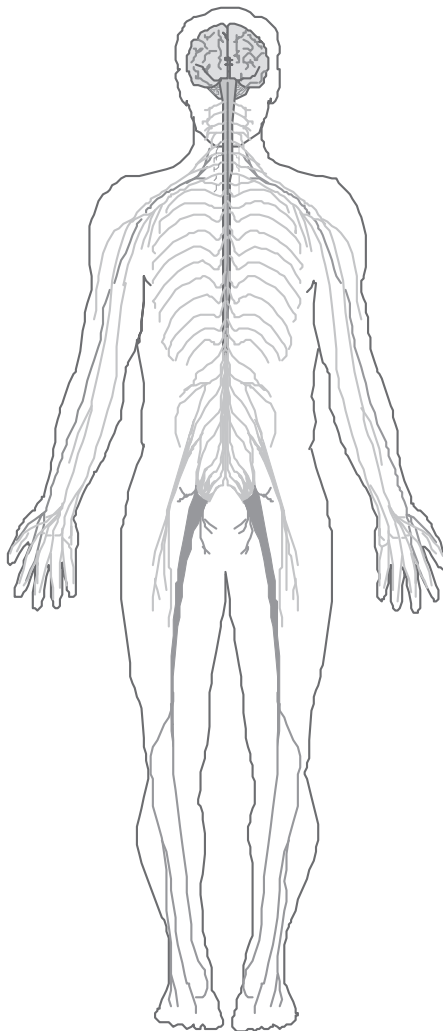


Vous souffrez de douleurs et aimeriez mieux comprendre ce qui se passe ?

Si vous n'êtes pas sûr(e) que les névralgies dont vous souffrez sont dues à votre diabète ou s'il s'agit d'autres formes de douleurs (p. ex. douleurs articulaires ou musculaires), le questionnaire ci-après peut vous aider.

Si vous répondez aux questions et discutez avec votre médecin de vos douleurs, il lui sera plus facile de poser le diagnostic à l'aide des informations obtenues grâce au questionnaire.

Marquez d'une croix, sur le schéma ci-contre, les endroits de votre corps où vous ressentez des douleurs. Si vous avez des douleurs à différents endroits, entourez la région la plus douloureuse.



Où obtenir des conseils supplémentaires ?

Chez votre médecin ou chez un conseiller/une conseillère diplômé(e) de l'association du diabète de votre région. Tous nos conseillers et conseillères sont reconnus par les caisses-maladie suisses.

www.associationdudiabete.ch/regions

Questionnaire sur la douleur

Ici, vous pouvez décrire vos douleurs de manière plus précise, pour un éventuel entretien avec le médecin :

1. Percevez-vous vos douleurs sous la forme de **fourmillements** ?
 OUI NON
2. Vos douleurs étaient-elles **chaudes/brûlantes** ?
 OUI NON
3. Vos douleurs étaient-elles **sourdes** ?
 OUI NON
4. Ressentez-vous vos douleurs sous la forme de **décharges électriques** ?
 OUI NON
5. Vos douleurs se sont-elles empirées **au contact de vos habits ou de votre literie** ?
 OUI NON
6. Avez-vous des douleurs **ailleurs que dans vos articulations** ?
 OUI NON

Si vous avez répondu « oui » à deux questions ou plus, il est recommandé de parler de vos douleurs avec votre médecin de famille lors de votre prochaine consultation habituelle.

N'oubliez pas de faire un examen des pieds une fois par année chez votre médecin de famille (même si vous avez répondu « non » à toutes les questions), et de faire inscrire les résultats dans votre passeport du diabète.



Avec l'aimable soutien de :