



Le Lionceau District U-4



Diabète et camp des jeunes • Capsule Diabète 4 - juin 2021

À la demande de notre Gouverneur Lion Yves Proulx, nous vous proposons une série d'articles (mis à jour) sur le diabète, déjà parus dans le Bulletin Le Lion Fauve du Club Lions de Granby.

LE DIABÈTE ET LES PIEDS

Le pied diabétique à risque est décrit comme étant une infection, ulcération ou destruction des tissus profonds du pied, associées à une neuropathie des membres inférieurs chez le patient diabétique.

La neuropathie périphérique se définit par :

- une perte de sensibilité des pieds due à une atteinte des nerfs
- une diminution de l'hydratation naturelle du pied engendrant sécheresse, fissures et callosités
- des déformations osseuses du pied résultant en l'apparition de points de pression.

Toutes ces conditions sont à la base de l'ulcération du pied diabétique.



Un taux élevé de sucre affecte le fonctionnement des cellules qui constituent le corps. Ceci entraîne une **destruction des minuscules vaisseaux sanguins** primordialement de la rétine des yeux, des reins et de l'ensemble du corps dont les membres inférieurs.

Cette atteinte, nommée **microangiopathie**, se combine à une anomalie des petits nerfs à l'origine de la sensibilité, de la fonction musculaire et végétative des pieds. Ce « sucrage » des cellules cause aussi une diminution de la réponse à l'infection. L'addition de ces phénomènes crée un mélange dangereux : la personne diabétique ne

sent plus ses pieds, la circulation s'y fait mal et la réponse immunitaire aux microbes est diminuée. Voilà ce qui met la table au développement de plaies et à l'amputation.

Des fourmillements ou une sensation de brûlure aux pieds, des faiblesses musculaires qui interfèrent dans la routine, un affaissement de la cambrure du pied (pied plat acquis), des plaies plantaires qui guérissent mal ou pas du tout : ces symptômes qui signalent la possible présence d'un problème de pied diabétique ne devraient pas être pris à la légère.



Le danger majeur de la perte de sensibilité aux pieds causée par la neuropathie est le risque qu'une blessure passe inaperçue et s'infecte.

Une part des personnes diabétiques qui se présentent avec un ulcère au pied souffrent également d'une mauvaise circulation sanguine dans les jambes, ce qui crée un manque d'apport en oxygène pour le pied. Ce problème fera en sorte qu'une plaie tardera à guérir et sera plus à risque d'infection.

RISQUE D'AMPUTATION

Être diabétique ne signifie pas automatiquement que vos pieds sont à risque. Le risque d'amputation chez la personne diabétique est occasionné par une addition de facteurs tels que le mauvais contrôle de la glycémie, la perte de sensation protectrice, les maladies vasculaires, la baisse d'efficacité du système immunitaire sans oublier des facteurs tels que le tabac, l'hypertension artérielle, l'obésité et la sédentarité.

Heureusement, le traitement du diabète a beaucoup évolué au fil des ans et les traitements actuels permettent aux personnes diabétiques de mieux contrôler la maladie, rendant de plus en plus rares les amputations.

En déduction, la solution pour prévenir les amputations peut reposer entre les mains des personnes diabétiques elles-mêmes puisque ces dernières courent 46 fois plus de risque d'être amputées sous le genou que la personne non diabétique.

Une prise alimentaire mesurée et contrôlée, avec un déjeuner plus riche que le dîner serait donc une façon simple de réguler sa glycémie. De quoi simplifier le quotidien des diabétiques de types 2 et réaffirmer de nouveau les bienfaits d'un bon déjeuner, trop souvent oublié.

Source : Plein Soleil – Diabète Québec

Communiqué de Lion Myreille Gaumont Blanchard

