

Diabète et nerfs

Le site du Docteur PHILIPPE HALGAND

Adresse du site : www.docvadis.fr/philippe.halgand



Validé par
le Comité Scientifique Endocrinologie

L'excès de sucre dans le sang, en cas de diabète mal équilibré, peut entraîner des lésions de vos nerfs. Cette complication du diabète, longtemps discrète, impose la vigilance. Vous apprendrez à bien surveiller vos pieds s'ils deviennent insensibles. Une petite plaie peut entraîner une gangrène d'un orteil, et même du pied. Vous devez être examiné au moins une fois par an pour dépister et prévenir ces complications.

Les informations collectées par nos sens – ouïe, odorat, vue, goût, toucher – et par nos organes sont transmises à notre cerveau par le système nerveux pour y être analysées. Il arrive que le diabète entraîne des lésions de ce système, voire qu'il fasse disparaître complètement les fibres nerveuses chargées de la transmission. L'information n'est plus transmise correctement au cerveau.

Quel est le risque d'atteinte nerveuse dans le diabète ?

L'atteinte des nerfs, ou « neuropathie », est la plus fréquente des complications « spécifiques » du diabète. Elle est secondaire à la lésion des petits vaisseaux et des nerfs par l'excès de sucre dans le sang (ou hyperglycémie) qui caractérise le diabète. La fréquence de la neuropathie diabétique est d'ailleurs liée à la sévérité et à la durée de l'hyperglycémie.

□

Suis-je à risque de neuropathie diabétique ?

Les différents facteurs favorisant la survenue d'une neuropathie diabétique sont :

- le mauvais équilibre glycémique,
- un diabète de type 2 méconnu,
- le tabagisme, l'alcoolisme,
- une insuffisance rénale associée,
- un trouble circulatoire des jambes éventuellement associé.

Votre médecin vous a certainement informé de ce risque.

□

Quels sont les signes de la neuropathie ?

Il existe trois stades de neuropathie.

- Le stade 1 ne s'accompagne d'aucun signe, cette affection restant longtemps silencieuse.
- Le stade 2 s'accompagne de manifestations variables d'une personne à l'autre, surtout nocturnes, de type : fourmillements, picotements, insensibilité ; ou au contraire douleurs, sensations de brûlure ; plus rarement, perte de la force musculaire ou/et troubles de l'équilibre, voire troubles digestifs, intestinaux et urinaires, « pannes » sexuelles, troubles du rythme cardiaque.
- Le stade 3 est celui des complications. Pour le pied, par exemple : la perte de sensibilité peut conduire, en cas de plaie atteignant une artère, à la gangrène et à l'amputation.

□

Comment prévenir une neuropathie diabétique ?

Comme vous êtes diabétique, vous devez être examiné au moins une fois par an pour dépister et prévenir ce type de complication. Cet examen très complet passe par :

- Une observation minutieuse de vos pieds, première étape du dépistage, pour vérifier leur sensibilité (sensibilité en général et sensibilité au chaud /froid : passage d'un doigt ou d'un crayon sur et sous le pied...) ; pour contrôler leur température, leur gonflement éventuel (œdème) ; pour rechercher la présence de lésions ou de sécheresse de la peau.
- D'autres examens peuvent vous être prescrits pour vérifier la réponse de vos nerfs à une stimulation électrique ou votre perception des vibrations.

Quel est le traitement ?

- Si votre neuropathie est juste débutante (stade 1) et si vous n'avez pas encore de symptôme apparent, le premier traitement consiste à bien équilibrer votre diabète et à normaliser votre taux de sucre dans le sang. Il est aussi très important d'apporter un soin tout particulier à vos pieds. Votre sensibilité étant diminuée, vos risques de blessures sont plus importants et les risques de complications aussi. En cas de plaie, vous devez la désinfecter (compresse stérile, antiseptique, mais pas d'antibiotiques locaux), la protéger et consulter rapidement votre médecin : la gangrène est une vraie menace pour vous.
- Si votre neuropathie est au stade 2, l'équilibre glycémique devient l'objectif majeur. Des traitements contre la douleur pourront vous être proposés en plus.
- Si votre neuropathie est au stade 3, il s'agit désormais de prévenir de nouvelles lésions et surtout d'éviter les complications graves (gangrène, amputation).
- Le meilleur traitement est votre éducation.

Le test au monofilament est un examen pratiqué lors d'une visite médicale pour apprécier la sensibilité des pieds. Un petit fil en Nylon (7-8 cm de long) est appliqué perpendiculairement à certaines zones de la plante des pieds pour tester la sensibilité de la zone.