

# Je surveille l'évolution de mon diabète

**Le site du Docteur Sibeny SOUVANNY**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/sibeny-souvanny](http://www.docvadis.fr/sibeny-souvanny)



Validé par

le Comité Scientifique Endocrinologie

**Bien contrôler votre diabète, c'est le connaître et le surveiller régulièrement afin d'éviter la survenue ou l'aggravation des complications de la maladie. C'est le suivi de votre diabète.**

## Les complications possibles du diabète

Elles sont provoquées par l'excès de sucre prolongé dans le sang, qui abîme les artères du cœur et des reins, les vaisseaux sanguins des yeux (au niveau de la rétine) et les nerfs (essentiellement des pieds et des jambes).

Votre traitement - médicaments, régime alimentaire, activité physique - est destiné à réduire les risques de complication de votre diabète. C'est en cherchant à normaliser votre taux de sucre dans le sang (ou glycémie) que nous y parviendrons.

Il est nécessaire de contrôler régulièrement l'équilibre de votre glycémie et l'efficacité de votre traitement. Ce contrôle passe par des analyses de sang et des examens complémentaires chez des spécialistes, ainsi que par nos consultations régulières.

## Les points à vérifier

### Tous les 3 mois

- Le dosage du taux d'hémoglobine glyquée (ou HbA1c) : c'est l'examen de contrôle du diabète par excellence. Il donne une estimation de la glycémie moyenne au cours des trois mois précédents. Il est réalisé à partir d'une prise de sang.
- Un contrôle de votre poids et de votre tension artérielle à chaque consultation.

- Un examen de vos pieds à chacune de nos consultations : état de la peau, circulation, sensibilité nerveuse. Si vous êtes «à risque» de lésions des pieds, faites-les soigner par un pédicure-podologue régulièrement.

## **Tous les ans**

- Un dosage complet des graisses du sang (bon et mauvais cholestérol, triglycérides) à l'aide d'une prise de sang.
- Un bilan du fonctionnement de vos reins (dosage de l'albumine sur un recueil d'échantillon d'urine du matin, dosage de la créatinine dans le sang).
- Un électrocardiogramme ou une visite chez le cardiologue.
- Une visite chez l'ophtalmologiste qui pratiquera un fond d'oeil et mesurera une éventuelle perte de vision.
- Une visite chez le dentiste pour prévenir les maladies des gencives, le déchaussement des dents lié au diabète.

Votre médecin vous informera du déroulement de chacun des examens. Il peut répondre à toutes les questions que vous vous posez. N'hésitez pas à lui faire part de vos interrogations ou de vos craintes.

## **Les 7 points de suivi minimum de votre diabète**

- Dosage d'HbA1c : tous les 3 mois.
- Consultation médicale : tous les 3 mois.
- Bilan lipidique (prise de sang) : tous les ans.
- Bilan rénal (au laboratoire d'analyses) : tous les ans.
- Consultation chez le cardiologue ou électrocardiogramme (ECG) : tous les ans.
- Consultation chez l'ophtalmologiste (photo du fond d'oeil) : tous les ans.
- Bilan dentaire : tous les ans.