



## Diabète de type 1 : suivi

🕒 paru le 29/04/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

Le diabète se caractérise par un taux trop élevé de sucre (glucose) dans le sang (glycémie). L'insuline joue un rôle important dans la survenue du diabète. L'insuline est une hormone fabriquée par le pancréas, qui fait en sorte que le sucre présent dans le sang est absorbé dans les cellules.

Dans le diabète de type 1, le pancréas ne fabrique pas assez d'insuline. Pour corriger ce manque, on injecte de l'insuline plusieurs fois par jour dans la graisse sous la peau (injection sous-cutanée). Ces injections permettent d'imiter la sécrétion naturelle d'insuline.

Un taux de sucre dans le sang (glycémie) trop élevé abiment les vaisseaux sanguins. Si vous êtes diabétique depuis un certain temps et que vous n'êtes pas traité correctement, vous risquez de souffrir d'une atteinte de tous les petits vaisseaux sanguins du corps, avec des conséquences sur le système cardiovasculaire, les yeux, les reins, le système nerveux et les pieds.

### Quels sont les examens nécessaires après le diagnostic de diabète de type 1 ?

Le médecin réalisera un examen clinique général. Il mesurera le poids, la taille, l'indice de masse corporelle (IMC) et la tension artérielle. Il examinera le cœur et les vaisseaux sanguins, le fonctionnement des nerfs (réflexes et sensations) et les pieds.

Un bilan sanguin et une analyse d'urine seront également réalisés pour évaluer les éléments suivants :

- Glycémie à jeun : l'interprétation de la valeur mesurée doit être effectuée avec prudence, car il ne s'agit que d'un instantané. La glycémie peut être élevée lors de la mesure, alors que la valeur moyenne est bonne. Ou, au contraire, la glycémie peut être basse au moment de la mesure, alors que la valeur moyenne est trop élevée. L'avantage est toutefois que la dose d'insuline peut être adaptée immédiatement si nécessaire.
- Hémoglobine glycosylée ou gliquée (HbA1c) : ce test donne une bonne représentation de la valeur moyenne de la glycémie sur une plus longue période.
- Peptide C : ce test évalue la capacité du pancréas à produire de l'insuline.
- Fonction des reins.
- Quantité de cholestérol et de graisses dans le sang.
- Fonction de la glande thyroïde.
- Protéines dans les urines.

Un spécialiste des yeux (ophtalmologue) vérifiera votre vue et examinera la rétine pour voir si les vaisseaux sanguins sont atteints.

### Quels sont les examens de suivi nécessaires ?

### À chaque consultation de suivi

Le médecin s'informe de votre état de santé et passe en revue les résultats de vos contrôles de glycémie à domicile. Il vérifie les doses d'insuline utilisées et vous demande si vous avez eu des hypoglycémies. Il contrôle votre poids et mesure votre tension artérielle. Si vous avez (eu) des problèmes aux pieds, il examinera vos pieds avec attention. Enfin, il fait une prise de sang pour déterminer le taux d'HbA1c.

### Une fois par an

Un examen des yeux est effectué pour tester la vue et examiner la rétine. Le cœur et les gros vaisseaux sanguins sont examinés. Le médecin contrôle les pieds pour voir s'il y a des plaies qui cicatrisent mal. Il effectue également un bref examen neurologique : il vérifie les réflexes au niveau du genou et du tendon d'Achille, ainsi que les nerfs sensoriels.

Les sites d'injection d'insuline sont également contrôlés. Si vous faites vos injections trop souvent au même endroit, la peau peut durcir à cet endroit, ou une accumulation ou perte de graisse (lipodystrophie) peut y apparaître. Ces phénomènes influencent la circulation sanguine, ce qui ralentit l'absorption de l'insuline injectée.

Le médecin prélève un échantillon de sang pour déterminer la quantité de cholestérol et de graisses dans le sang et pour vérifier le fonctionnement des reins. Une analyse d'urine est programmée pour déceler la présence de protéines dans les urines.

Enfin, le médecin vérifie la précision de votre glucomètre. Le glucomètre est l'appareil qui permet de contrôler votre glycémie chez vous au moyen d'une petite goutte de sang prélevée au bout du doigt.

### **Que pouvez-vous faire chez vous ?**

Surveillez régulièrement votre poids. Mesurez votre glycémie au moyen d'une petite goutte de sang prélevée au bout du doigt. Ces mesures que vous faites vous-même (automesures) vous permettent d'adapter la quantité d'insuline dont vous avez besoin. Il faut généralement 2 à 3 mesures par jour. Cela varie d'une personne à l'autre. En cas de maladie, de grossesse ou de mauvais contrôle du diabète, les automesures doivent généralement se faire plus souvent.

### **Qu'en est-il du remboursement des frais ?**

Il est indispensable d'assurer un suivi étroit des patients diabétiques, mais les coûts liés aux contrôles et aux traitements peuvent vite se multiplier. C'est pourquoi la « convention diabète » a été établie. Il s'agit d'un contrat conclu entre la personne diabétique et le service de diabétologie d'un hôpital. Par ce contrat, la personne diabétique s'engage à se rendre à la consultation de diabétologie au moins 1 fois par an et à faire un certain nombre d'exams préventifs (examen des yeux, examens des pieds, bilan sanguin et analyse des urines collectées pendant 24 heures).

Vous pouvez signer une convention diabète si vous avez besoin d'au moins 2 injections d'insuline par jour ou si vous utilisez une pompe à insuline. Le médecin complètera les formulaires nécessaires.

En échange, la personne diabétique a certains avantages : matériel gratuit (lancettes et bandelettes réactives), 2 visites gratuites de contrôle par an auprès d'un spécialiste des pieds (podologue) et 2 consultations gratuites par an chez un diététicien.

### **En savoir plus ?**

- [Diabète de type 1 – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Diabète : des applications mobiles – mHealthBelgium](#)
- [Calculer son Indice de Masse Corporelle \(IMC\)](#)
- [Diabète : intervention des mutuelles pour les enfants et adolescents – INAMI – Institut national d'assurance maladie-invalidité](#)

### **Source**

[Guide de pratique clinique étranger 'Examens initiaux et de suivi du diabète de type 1' \(2000\), mis à jour le 04.08.2017 et adapté au contexte belge le 25.11.2019 – ebpracticenet](#)