



## Diabète : atteinte des nerfs (neuropathie diabétique)

🕒 paru le 29/04/2020 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 11/03/2021

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 ?

Les nerfs de notre corps transmettent les messages entre le cerveau et les muscles ou la peau pour pouvoir bouger et sentir. Ces messages régulent également le fonctionnement des organes.

L'une des complications du diabète est une atteinte des nerfs. Les taux trop élevés de sucre dans le sang (glycémie) abiment les vaisseaux sanguins qui amènent le sang aux nerfs ce qui perturbe le fonctionnement des nerfs. Il est donc essentiel de bien contrôler le diabète.

Parfois, les symptômes d'une atteinte des nerfs sont le premier signe de diabète.

Les médecins classent les atteintes des nerfs en fonction des parties abimées du système nerveux.

### Atteinte des nerfs du pied

Cette atteinte des nerfs est très fréquente chez les diabétiques. Elle se caractérise par des fourmillements ou une sensation d'endormissement dans les pieds et s'accompagne souvent de douleurs (névralgies). Des crampes musculaires et une sensation d'agitation dans les jambes peuvent également se produire. Plus l'atteinte des nerfs dure, plus les muscles s'affaiblissent. À un stade avancé, les mains peuvent aussi être touchées. La symétrie des symptômes est typique pour cette forme d'atteinte des nerfs.

Vous ressentez beaucoup moins la pression ou la douleur au niveau des pieds. Par exemple, si vous avez les nerfs des pieds en bonne santé et que vous portez des chaussures trop serrées ou que vous avez des ampoules après avoir marché longtemps, vous enlèverez vos chaussures et laisserez vos pieds se reposer à cause de la douleur. Mais si vous avez les nerfs des pieds abimés, vous continuerez à marcher plus longtemps avec vos chaussures et risquez de plus graves blessures. De plus, le diabète entraîne souvent des dommages au niveau des vaisseaux sanguins, ce qui complique la cicatrisation des plaies.

### Atteinte des petites fibres nerveuses

Cette forme d'atteinte peut déjà se déclarer quand la glycémie est légèrement augmentée, c'est-à-dire avant même d'avoir le diabète. Les plaintes caractéristiques sont une sensation de brûlure, de fourmillement et d'endormissement dans les pieds. Vous ressentez moins le froid et la chaleur. Mais il n'y a aucun symptôme au niveau des muscles.

### Atteinte des nerfs accompagnées de douleurs (névralgies) dans le dos et la cuisse

Cette forme de neuropathie touche le plus souvent les hommes âgés ou les personnes d'âge moyen dont le diabète est mal contrôlé. Elle s'accompagne d'une diminution de la masse musculaire et d'une faiblesse des muscles de la

hanche et de la cuisse. Les plaintes diminuent nettement dans les 6 à 18 mois après un meilleur rééquilibrage du diabète.

### Atteinte des nerfs de la colonne dorsale (thoracique)

Cette forme d'atteinte des nerfs est difficile à reconnaître. Et pourtant, elle n'est pas rare. Cette affection commence entre l'âge de 50 et 70 ans chez les patients atteints de diabète de type 2. Son principal symptôme est une douleur (névralgie) intense d'un côté de la poitrine, qui atteint son pic en quelques jours. La douleur s'accompagne parfois de troubles de la sensibilité et d'une faiblesse dans les muscles de la poitrine ou du ventre. Souvent, vous perdez du poids. Cette affection disparaît généralement spontanément.

### Atteinte d'un seul nerfs (mononeuropathie)

Une mononeuropathie désigne l'atteinte d'un seul nerf. Dans le diabète, il s'agit le plus souvent du nerf de la cuisse (nerf crural) et son atteinte entraîne une douleur (névralgie) et une faiblesse des muscles au niveau de la cuisse. Cette affection disparaît généralement spontanément.

Le syndrome du canal carpien est fréquent chez les personnes diabétiques. Dans ce cas, l'atteinte touche le nerf du poignet et provoque une douleur et des troubles de la sensibilité dans les doigts.

### Atteinte des nerfs optiques

Cette forme de neuropathie peut entraîner une vision double, une paupière qui tombe, l'impossibilité de tourner l'œil, une position de l'œil anormale (l'œil est tourné vers l'extérieur par exemple) et une dilatation de la pupille, ce qui complique la lecture. Cette affection guérit souvent toute seule.

### Atteinte des nerfs des organes

Lorsque les nerfs des organes sont endommagés, la neuropathie peut entraîner les symptômes suivants :

- Rythme cardiaque perturbé ou irrégulier ;
- Vertiges quand vous vous levez ;
- Diarrhée ou constipation ;
- Nausées après le repas ;
- Problèmes pour uriner ;
- Problèmes d'érection ;
- Problèmes de sueur et modifications au niveau de la peau ;
- Diminution ou disparition des symptômes qui apparaissent lorsque le taux de sucre est trop bas dans le sang (hypoglycémie) ;
- Rétention d'eau (œdème).

### Quelle est sa fréquence ?

Toutes les personnes diabétiques peuvent développer l'une ou l'autre forme d'atteinte aux nerfs. Jusqu'à 1 diabétique sur 2 présenteraient des symptômes et 16 personnes atteintes de diabète sur 100 souffrent de névralgies persistantes.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin peut déjà recueillir un grand nombre d'informations utiles en vous posant différentes questions et en réalisant un examen clinique.

Une atteinte aux nerfs de plus gros calibre peut être diagnostiquée par un électromyogramme (EMG). Pour détecter une atteinte aux nerfs de plus petit calibre, on teste la sensibilité de certaines parties du corps.

Une biopsie de la peau peut également révéler une perte de petites fibres nerveuses.

### Que pouvez-vous faire ?

Respectez une bonne hygiène des pieds. Lavez-vous soigneusement les pieds tous les jours et séchez-les bien, pour éviter la macération entre les orteils. Évitez les crevasses, surtout au niveau des talons, et utilisez une pommade hydratante. Prenez soin de vos ongles, coupez-les bien droit pour éviter les ongles incarnés et limez de préférence

les arêtes vives avec une lime en carton. Si vous êtes diabétique, faites enlever les callosités et les cors (œils-de-perdrix) de préférence par un pédicure ou un podologue. Portez des chaussettes et des chaussures de qualité, à l'intérieur comme à l'extérieur. Veillez à ne pas vous blesser. Ne marchez donc pas pieds nus et évitez tout contact avec des sources de chaleur. Vérifiez bien qu'il n'y a ni irrégularités, ni objets dans vos chaussures avant de les enfiler. Examinez régulièrement vos pieds... Si nécessaire, demandez l'aide d'un membre de votre ménage ou d'une infirmière à domicile.

Prévenez un médecin si vous avez une ampoule ou une plaie au pied. Assurez un contrôle optimal de votre diabète. Essayez d'arrêter de fumer, car le tabac aggrave l'atteinte des nerfs.

### Que peut faire votre médecin ?

Certains médicaments contre la dépression et l'épilepsie peuvent avoir un effet bénéfique sur les névralgies liées au diabète. S'ils ne sont pas efficaces ou ne vous conviennent pas, le médecin peut vous prescrire d'autres antidouleurs.

Une neurostimulation électrique transcutanée (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation ou TENS) peut être envisagée pour soulager les douleurs. La procédure consiste à générer un courant électrique au moyen d'électrodes posées sur la peau. Ce courant stimule les nerfs, ce qui atténue la douleur.

Si vous souffrez d'une atteinte des nerfs de certains organes, le médecin peut vous prescrire des médicaments qui atténueront les symptômes de vertiges quand vous vous levez, de nausées ou de diarrhée.

### En savoir plus

- [Diabète : les clés pour se soigner – Solidaris – Mutualité Socialiste](#)
- [Manger mieux – Mutualité chrétienne](#)
- [Nutri-Score – SPF Santé publique, sécurité de la chaîne alimentaire et environnement](#)
- [Activité physique – Manger Bouger – Question Santé](#)
- [Du sport sur ordonnance – Manger Bouger - Question Santé](#)
- [Arrêter de fumer. C'est possible – Tabacstop – Fondation contre le cancer](#)
- [Alcool, le point sur votre consommation – Stop ou encore ?](#)
- [Diabète : des applications mobiles – mHealthBelgium](#)
- [Électromyographie – Hôpital Erasme ULB](#)

*Vous cherchez une aide plus spécialisée ?*

- [Centre d'Aide aux Fumeurs \(CAF®\) – FARES – Fonds des Affections Respiratoires](#)
- [Tabacologues – FARES – Fonds des Affections Respiratoires](#)
- [Trouver un diététicien agréé – Union professionnelle des diététiciens de langue française](#)
- [Trouver un médecin nutritionniste – Société Belge des Médecins Nutritionnistes](#)
- [Aide alcool – Le Pélican & Le centre ALFA](#)

### Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Neuropathie diabétique' \(2000\), mis à jour le 06.08.2017 et adapté au contexte belge le 09.04.2019 – ebpracticenet](#)
- [CBIP - Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)