

# Le diabète

Le 14 novembre aura lieu la Journée mondiale du diabète. L'occasion de rappeler en quoi consiste cette maladie chronique qui touche plus de 420 millions de personnes dans le monde, dont 4 millions en France.

**4 millions**  
de personnes sont atteintes de diabète en France

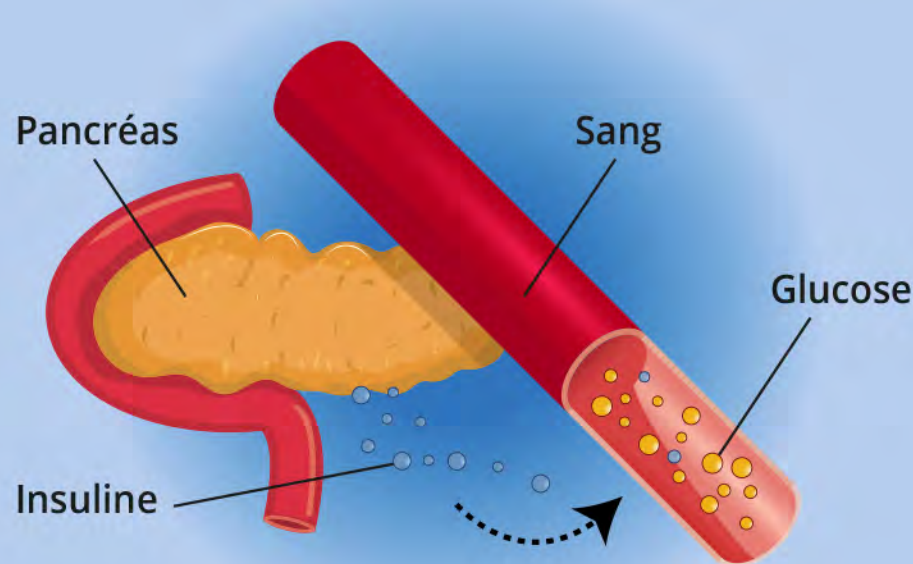


Dont **500 000 à 800 000** diabétiques qui s'ignorent

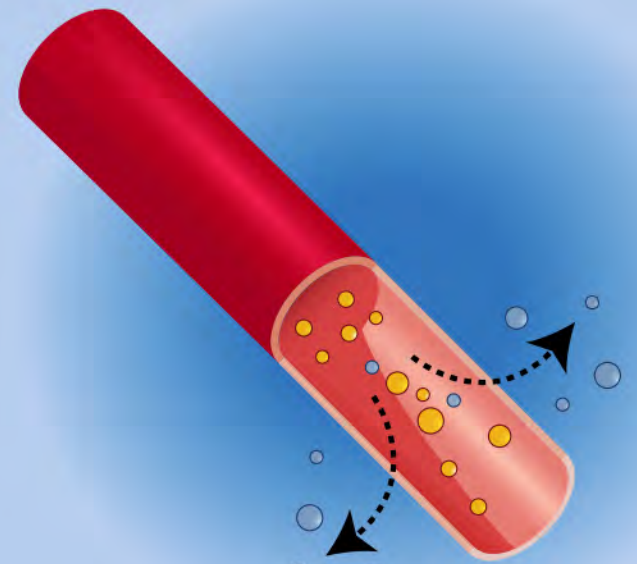
## C'EST QUOI ?

Le diabète est une maladie chronique qui se traduit par un excès de sucre dans le sang appelé hyperglycémie.

## LES 2 GRANDS TYPES DE DIABÈTE

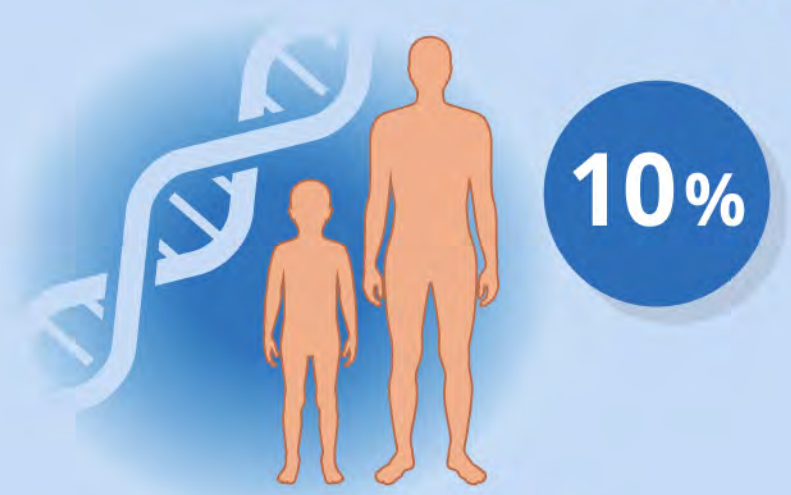


**LE DIABÈTE DE TYPE 1** résulte d'une production insuffisante par le pancréas d'insuline, l'hormone qui régule la concentration de glucose dans le sang.

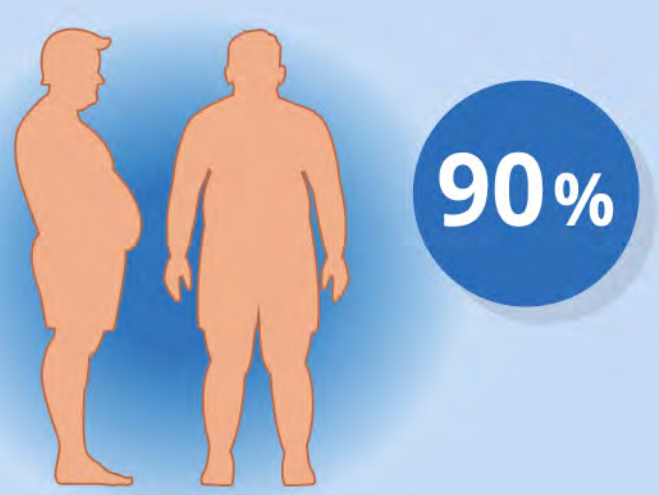


**LE DIABÈTE DE TYPE 2** est causé par une mauvaise gestion par l'organisme de l'insuline.

## LES CAUSES



**LE DIABÈTE DE TYPE 1** est dû à une prédisposition génétique et touche 10 % des diabétiques.



**LE DIABÈTE DE TYPE 2** est également lié à une prédisposition génétique, mais il est aggravé par le surpoids, l'obésité et l'absence d'activité physique. Surnommé « diabète gras », il concerne 90 % des diabétiques.

## LES RISQUES



- Cécité
- Insuffisance rénale
- Infarctus du myocarde
- Accident vasculaire cérébral
- Amputation des membres inférieurs

## LES SYMPTOMES



- Soif intense
- Besoin fréquent d'uriner
- Vision floue
- Fatigue
- Perte de poids

## LA PRÉVENTION

- L'activité physique : elle réduit de **30 à 50 %** le risque de développer un diabète de type 2.
- Une alimentation équilibrée.
- Ne pas fumer : le tabagisme actif augmente de **37 à 44 %** le risque de devenir diabétique de type 2 et l'association tabagisme-obésité-diabète de type 2 augmente le risque de développer les maladies coronariennes.



## LE TRAITEMENT DU DIABÈTE



Il n'existe pas de traitement type pour contrôler la glycémie. Celui-ci doit s'adapter au profil du patient et à l'évolution de sa maladie. Il repose sur une alimentation équilibrée, une activité physique régulière et des traitements médicaux (par voie orale ou injectable comme l'insuline).