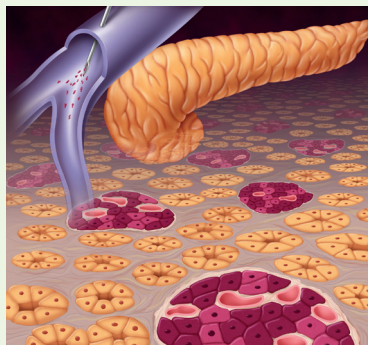




Deux diabètes: insulinodépendant et non insulinodépendant

Le diabète affecte l'ensemble des mécanismes biologiques qui permettent une bonne utilisation du sucre et des graisses par l'organisme. Cette maladie silencieuse est à surveiller de près car ses complications sont redoutables.



BSIP

Pancréas humain endocrine: les îlots de Langerhans (en bordeaux) sécrètent l'insuline dans la circulation sanguine.

Les complications

→ Il n'y a pas de « petit diabète » et il est important de contrôler sa glycémie afin de retarder ou d'éviter les complications cardiovasculaires, oculaires, rénales ou neuropathiques. En effet, l'excès de sucre dans le sang altère la paroi des vaisseaux sanguins, ce qui est à l'origine des complications.

CHIFFRES

Diabète insulinodépendant:

- 150 000;
- 4 000 nouveaux cas par an.

Diabète non insulinodépendant:

- 2,35 millions;
- 90 000 nouveaux cas par an.

→ Comment se traduit le diabète?

▶ Le diabète de type 1 ou insulinodépendant apparaît brutalement chez l'enfant ou le jeune adulte et correspond à une défaillance de la sécrétion d'insuline par le pancréas. Le diabète de type 2 ou non-insulinodépendant, plus progressif, touche les adultes d'âge mûr et correspond à un trouble métabolique plus complexe. Dans les deux cas, les mécanismes biologiques impliqués dans la régulation de la glycémie (taux de glucose sanguin) sont défaillants, ce qui explique son niveau élevé. Le diabète peut être lié à des facteurs génétiques, héréditaires ou à l'hygiène de vie (déséquilibre alimentaire, surpoids, sédentarité, etc.).

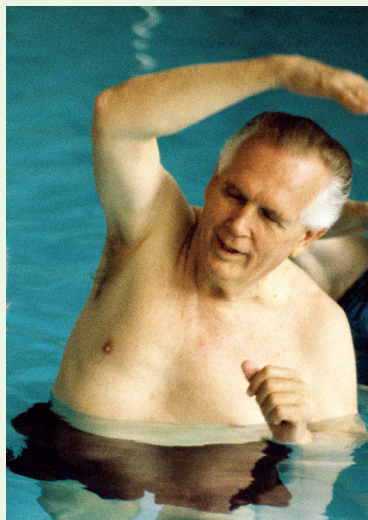
→ Quels sont les symptômes de la maladie?

▶ Dans le diabète de type 2, la maladie est longtemps silencieuse. En général, les symptômes, quel que soit le type de diabète, sont ensuite brutaux:

- une soif excessive et une déshydratation;
- des mictions fréquentes;
- une faim parfois insatiable;
- une vision trouble;
- une faiblesse, une fatigue, une somnolence;
- des vomissements ou nausées;
- une irritabilité soudaine.

→ Comment se fait le diagnostic?

▶ Certains facteurs de risque comme l'excès de poids, une hypertension artérielle, un excès de cholestérol et des antécédents familiaux de diabète peuvent alerter. Le médecin traitant propose un dosage de la glycémie à jeun, sous forme d'une prise de sang. Le diagnostic est posé quand les résultats indiquent une glycémie à jeun supérieure ou égale à 1,26 g/l. Dans le diabète de type 2, plus le dépistage est précoce, meilleure sera l'évolution de la maladie.



BSIP

Les stations thermales proposent une prise en charge spécifique des diabétiques : accompagnement diététique, activité physique et soutien psychologique.

Les stations à orientation troubles digestifs et maladies du métabolisme :

→ **Vals-les-bains** est réputée pour une prise en charge spécifique des diabétiques.

→ **Alet, Barbazan, Brides-les-Bains, Capvern-les-Bains, Castera-Verduzan, Châtelguyon, Cilaos, Contrexéville, Évian, Le Boulou, Montrond, Plombières-les-Bains, Thonon-les-Bains, Vichy, Vittel.**

Les stations à orientation maladies urinaires et maladies métaboliques :

→ **Aulus-les-bains, Eugénie-les-bains, La Presle-les-bains.**

→ Le traitement

La clé de tout traitement du diabète est le suivi de la glycémie.

► Ensuite, face à un diabète de type 1, il s'agit d'adapter les doses d'insuline selon la glycémie, l'alimentation et l'activité sportive. Après une période d'apprentissage, le diabétique doit s'administrer lui-même, plusieurs fois par jour, son insuline en injection.

► Dans le diabète de type 2, le rééquilibrage de l'alimentation, la pratique d'un exercice physique adapté et régulier, et, si possible, une perte de poids modérée, constituent les piliers du traitement. Dans un second temps le médecin prescrit des médicaments qui, soit augmentent la quantité d'insuline fabriquée par le pancréas, soit activent l'action de l'insuline ou encore ralentissent la digestion des aliments contenant des sucres. L'injection d'insuline devient nécessaire après un certain temps d'évolution de la maladie.

→ Une cure thermique pour une prise en charge globale

► Le diabète, comme toute maladie chronique, mérite une éducation thérapeutique. Les cures thermales proposent cet espace éducatif : accompagnement diététique, encouragement à l'activité physique et parfois soutien psychologique.

► Certaines eaux thermales en cure de boisson permettent une amélioration de la sécrétion d'insuline chez les individus répondeurs (Vals-les-Bains, Capvern-les-Bains). Mais aucune étude à grande échelle ne le confirme.

► Des soins quotidiens sous forme de bain, de douche sous-marine, de cataplasmes, de massages ou de compresses forment le reste de la prise en charge des trois semaines de cure. Leurs bénéfices se font ressentir sur le plan vasculaire, musculaire, anti-inflammatoire et veineux.

► Les soins et consultations médicales sont pris en charge à 100 % dans le cadre des ALD. L'hébergement et le transport restent à la charge du curiste.

En savoir plus

www.france-thermale.org