

# Neuropathie diabétique (ND)

## Dépistage de la ND :

### Quand doit-il être effectué?

#### Diabète de type 1 :

- Étant donné que la ND est rare durant les cinq premières années qui suivent l'apparition du diabète de type 1, le dépistage annuel de la ND devrait commencer cinq ans après le diagnostic du diabète.
- Pour les enfants atteints de diabète de type 1, le dépistage doit être effectué après la puberté et au moins 5 ans après le diagnostic du diabète.

#### Diabète de type 2 :

- Chez les personnes atteintes de diabète de type 2, le dépistage de la ND doit commencer tout de suite, dès que le diabète est diagnostiqué, puis doit être effectué chaque année par la suite.

### De quoi s'agit-il?

La ND est une complication à long terme du diabète. L'exposition à une glycémie élevée pendant une période de temps prolongée cause des lésions aux nerfs périphériques – soit les nerfs dans les bras, les mains, les jambes et les pieds.

### Symptômes

Bien que la ND puisse se manifester dans de nombreuses parties de l'organisme, les symptômes les plus courants de cette affection sont une sensation anormale dans les orteils et les pieds, y compris ce qui suit :

- douleurs tranchantes et lancinantes
- douleurs brûlante
- picotements
- sensation d'être piqué avec des épingles
- douleur pulsatile
- engourdissement (incapacité à bien sentir la douleur, la chaleur ou le froid)

La ND augmente le risque d'ulcères aux pieds et d'amputation. En raison des lésions nerveuses dans les pieds et orteils, les personnes atteintes de ND ne remarquent souvent pas les blessures mineures, plaies ou ampoules. Si elles ne sont pas traitées, ces petites plaies peuvent s'infecter facilement, entraîner une gangrène et mener au bout du compte à une amputation de la zone touchée.

### Quels sont les facteurs de risque?

- glycémie élevée
- taux de triglycérides élevé
- excès de poids
- tabagisme
- hypertension artérielle

### Diagnostic de la ND dans les pieds

Votre médecin ou votre spécialiste en soins des pieds peut effectuer un test de dépistage de la ND en appuyant légèrement une tige de nylon mince (monofilament de 10 grammes) sur les parties de votre pied (en particulier, votre gros orteil) ou en utilisant le diapason de 128 Hz sur le dos du gros orteil pour savoir si vous pouvez le sentir. Ces tests sont faciles et indolores.



## Comment prévenir les complications de la ND?

Bien qu'il n'y ait pas de remède, il existe plusieurs façons de prendre en charge efficacement la ND :

### Soins des pieds appropriés

- examinez vos pieds et vos jambes tous les jours
- prenez soin de vos ongles régulièrement
- appliquez une lotion si vos pieds sont secs (évités de le faire entre les orteils)
- portez des chaussures bien ajustées à vos pieds
- testez l'eau de bain avant de prendre une douche pour vous assurer qu'elle n'est pas trop chaude
- ne faites pas tremper pas vos pieds

### Excellent contrôle glycémique

- la prise en charge efficace de la glycémie peut aider à prévenir d'autres lésions nerveuses.

### Médicaments

- certains médicaments qui agissent sur les nerfs peuvent être utiles
- demandez à votre médecin quel médicament vous convient le mieux



*L'Association canadienne du diabète mène la lutte contre le diabète dans tout le pays, en aidant les personnes atteintes de diabète à vivre en bonne santé tout en travaillant à trouver un remède. Notre réseau de soutien communautaire nous aide à fournir des services et une éducation aux personnes atteintes de diabète, à défendre notre cause, à lancer un remède et à transformer la recherche en applications pratiques.*

Association  
 Canadienne  
du Diabète

\*Ce document s'inspire des Lignes directrices de pratique clinique 2013 de l'Association canadienne du diabète ©2013 Copyright

**Articles connexes :** *Foot Care: A step toward good health, Diabetes, Healthy Feet and You*

**diabetes.ca | 1-800 BANTING**