

---

## DIABETE ET SOINS DES PIEDS

---

L'hyperglycémie chronique (taux élevé de glucose dans le sang) est généralement associée à des troubles corporels à long terme ainsi qu'à des dysfonctionnements de nombreux organes et tissus. Les personnes atteintes de diabète sont exposées au risque de troubles nerveux (neuropathie) et de problèmes au niveau de l'alimentation sanguine des pieds (ischémie). La lésion au niveau des nerfs entraîne une diminution de la sensibilité à la douleur et, souvent, la personne ne se rend pas compte qu'elle a une blessure au pied. La neuropathie comme l'ischémie peuvent causer des ulcères aux pieds et des blessures difficiles à soigner. L'infection de ces blessures peut entraîner l'amputation.

### Quelques chiffres

- **Les personnes atteintes du diabète sont 25 fois plus susceptibles de perdre une jambe que celles n'étant pas atteintes de la condition.**
- **A travers le monde, près de 70 % des amputations des jambes concernent des personnes atteintes de diabète.**
- **Toute les 30 secondes, quelqu'un perd une jambe à cause du diabète dans le monde.**
- **Il est possible de réduire jusqu'à 85% le taux d'amputations.**
- **85% des amputations d'un membre inférieur dues au diabète sont précédées d'un ulcère au pied.**
- **De nombreux ulcères peuvent être évités grâce à des soins adéquats et une bonne prise en charge.**
- **Dans les pays développés, une personne sur six atteinte de diabète aura un ulcère au cours de sa vie.**
- **On estime que les problèmes du pied liés au diabète sont encore plus courants dans les pays en voie de développement.**
- **Les problèmes aux pieds absorbent jusqu'à 15% des ressources en soins de santé dans les pays développés. Dans les pays en développement, on estime que les maladies du pied représentent jusqu'à 40% de la totalité des ressources disponibles.**

### Gestion du pied diabétique

Afin de prévenir et traiter les infections du pied diabétique de manière optimale, il convient de:

- Faire des dépistages réguliers du pied diabétique
- Identifier les risques d'infections
- Elaborer des programmes et des formations à l'éducation aux soins des pieds pour les personnes atteintes de diabète et les professionnels de la santé.
- Porter des chaussures adéquates
- Rapidement traiter l'infection

### Quels sont les signes avant-coureurs ?

Il est important de connaître les signes avant-coureurs afin d'identifier le pied à risque. Ceux-ci incluent:

- Enfllement du pied ou de la cheville
- Pieds ou jambes très froids
- Changements de couleur, décoloration rouge, bleue ou noire
- Douleurs dans les jambes au repos ou lors de la marche
- Plaies ouvertes, quelle que soit leur taille
- Blessures qui ne guérissent pas
- Ongles incarnés
- Cors et durillons
- Absence de poils sur le pied.

Pour de plus amples informations sur le diabète et les soins des pieds, veuillez consulter la brochure de la Journée Mondiale du Diabète 2005 « *Diabète et soins des pieds – Partons du bon pied, évitons l'amputation* ».