

Le diabète, ce mal de notre temps

Le diabète est l'un des principaux tueurs au monde qui ne cesse de semer des victimes au fil des ans. Le nombre de jeunes patients atteints du diabète de type 2 lié à l'obésité a bondi de 5 % en seulement 10 ans. D'ici 2030, le diabète sera la septième cause de décès sur la planète. Mais pourquoi ce mal ne cesse de croître ? Pourquoi n'arrive-t-on pas à stopper sa course folle ? Anatomie d'un tueur en série avec le Professeur Jacques Philippe. / *Thierry Amann*



Professeur Jacques Philippe
Responsable du service d'endocrinologie et de diabétologie des Hôpitaux Universitaires de Genève

Qu'est-ce que le diabète ?

Le diabète est une maladie chronique qui survient lorsque le pancréas ne produit pas assez d'insuline ou lorsque l'organisme n'est pas capable d'utiliser efficacement l'insuline qu'il produit. En d'autres termes, c'est l'augmentation du taux de sucre dans le sang. Chez les personnes diabétiques ce taux est élevé et instable et c'est là tout le problème. Le sucre est indispensable pour faire fonctionner le cerveau. Si le taux de sucre est trop bas le cerveau va moins bien fonctionner. En revanche, si ce taux est trop élevé cela va provoquer des lésions au niveau de tous les organes de notre corps, principalement au niveau des yeux, des reins, des nerfs, des vaisseaux et du cœur. Au final le diabète est responsable de beaucoup de complications : incidents cardio-vasculaires, insuffisances rénales ou artérielles ou encore de complications oculaires ou des nerfs.

Comment la maladie évolue-t-elle à l'échelle mondiale ?

Depuis le début des années 90, la maladie ne cesse de progresser sur la planète, avec chaque année de plus en plus de patients concernés. Aux Etats-Unis, un peu plus d'une personne adulte sur 10 est diabétique. Au-delà de 70 ans, ce chiffre grimpe entre 15 et 20 %. A Genève et Lausanne environ 7 % des personnes adultes sont touchées par la maladie. Cette explosion est directement liée avec l'augmentation du surpoids et de l'obésité qui touche en Suisse plus de la moitié

des hommes au-delà de 40 ans. C'est inquiétant car on observe que ces chiffres sont en constante augmentation.

Pourquoi le diabète progresse-t-il si vite ?

Tout simplement car c'est le mal de notre temps, intimement lié aux dérives de notre mode de vie depuis des décennies. Le premier coupable est donc la société qui impose toujours plus de stress, de travail, de réussite, de pressions, de rendements. On ne bouge plus comme avant à cause de l'anxiété, on est de plus en plus sédentaire. La mauvaise hygiène alimentaire est aussi un grand facteur de développement du diabète de type 2 qui est une conséquence directe de l'obésité galopante. On a tendance à trop manger et à mal manger pour compenser les problèmes. Pour résumer, nos corps n'ont pas eu le temps d'évoluer pour affronter ces changements majeurs dans nos vies quotidiennes et face à toutes les agressions que nous impose la société moderne. Le diabète est aussi lié à une disparité d'ordre social. Certains patients ont les moyens d'agir sur leur mode de vie, ou sur leur alimentation. Pour d'autres patients de classes sociales plus modestes ou plus défavorisées, ce n'est pas toujours simple et ils paient souvent le prix fort. C'est en cela aussi que le diabète est le mal de notre temps.

Est-ce possible d'inverser la tendance et de stopper la progression de ce mal du siècle ?

C'est difficile, car pour régler le fond du problème il faudrait radicalement changer notre mode de vie et donc quelque part la société pour enrayer l'avancée du diabète de type 2, celui qui est lié à notre style de vie moderne. Il est vrai que les traitements ont beaucoup évolué ces 20 dernières années, on comprend mieux la maladie, on développe des remèdes beaucoup plus efficaces mais tous ces gains sont perdus face à la progression constante du diabète. Si on prend l'ensemble des chiffres de la maladie, on observe au final que ces gains issus des avancées médicales pour les patients s'annulent par rapport à la rapidité de progression de la maladie. La solution est que les patients ou les personnes à risques puissent réellement changer leur mode de vie, agissent sur leurs mauvaises habitudes alimentaires ou quotidiennes. Un changement de comportement c'est environ 70 % du traitement ! Et ce n'est hélas pas possible pour tout le monde. ●

10 PRINCIPALES CAUSES DE MORTALITÉ DANS LE MONDE

1. Cardiopathies ischémiques
2. AVC
3. BPCO
4. Infections voies respiratoires basses
5. Alzheimer et démences
6. Cancer du poumon
7. Diabète
8. Accidents de la route
9. Maladies diarrhéiques
10. Tuberculose

