

Quand le pied devient sourd

Si vous êtes diabétique et que vous vous sentez toujours bien dans vos baskets attention ! Votre pied est peut-être en train de s'endormir et de souffrir en silence. Il ne faut surtout pas négliger ce membre lointain au risque de perdre pied. En Suisse le diabète est la première cause d'amputation des pieds alerte le Docteur Isabelle Hagon-Traub. / *Pierre*

Andenmatten



Docteur Isabelle Hagon-Traub
Médecin diabétologie-endocrinologue
FMH

Pourquoi le pied est-il une partie du corps particulièrement touchée par le diabète ?

Le diabète peut être responsable d'une perte de sensibilité. Cela se produit spécifiquement sur le pied car plus le nerf est long plus il est fragile. C'est la conséquence d'une neuropathie propre au diabète. On ne sent plus vraiment bien ses pieds, ils s'abîment, se blessent sans qu'on s'en rende compte. On laisse ces blessures sans soins et cela peut engendrer de vrais problèmes jusqu'à l'amputation lorsque l'infection atteint l'os.

Quelle est l'origine de ce problème ?

Nous sommes souvent conscients d'une pathologie à cause de la douleur que nous ressentons. Là il n'y a aucune alarme puisque le problème est une désensibilisation progressive du pied. Autre problème, le manque d'attention sur nos pieds. Les pieds sont loin des yeux, culturellement on a toujours tendance à les cacher et à ne pas trop s'y intéresser par pudeur. C'est souvent une partie du corps que l'on examine moins et dont les complications sont diagnostiquées tardivement par conséquent.

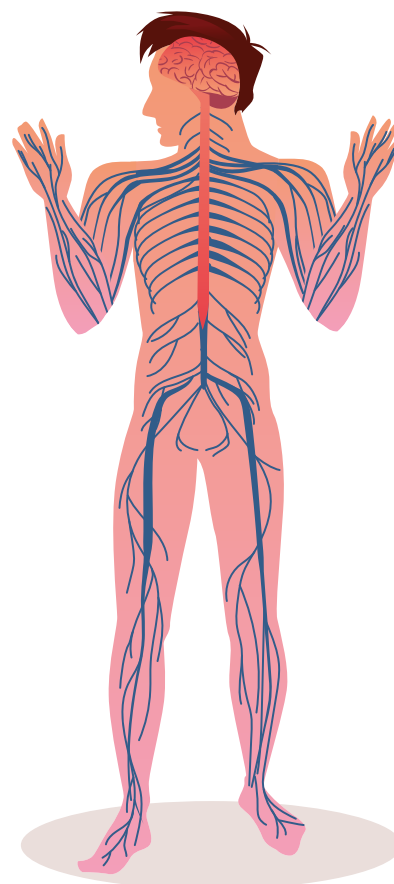
C'est donc un problème de diagnostic qui serait à l'origine du pied diabétique ?

Absolument, prenons un exemple : un patient diabétique se sent toujours à l'aise dans ses chaussures. Il n'éprouve jamais de gêne en marchant ni de sensation désagréable. Un corps étranger, un petit caillou se trouve peut-être dans sa chaussure mais il ne ressent rien. Ou alors sa chaussure est peut-être inadap-

tée, avec des coutures intérieures qui risquent de lui blesser la peau. Mais là encore, aucune alerte car le pied est endormi. Tout cela risque à terme de provoquer de petites cloques, des plaies banales. C'est là que les microbes s'installent mais le pied reste insensible et l'infection risque de grandir. Le deuxième danger est ce que j'appellerais la « chirurgie de salle de bain ». Car ces pieds endormis ont tendance à se recouvrir de corne aux points de friction mais également, à développer des ongles très épais. Le patient non informé s'en rend souvent compte incidemment un jour à la sortie de la douche. Il décide alors de triturer cette corne et de couper ses ongles avec les outils à disposition, risquant de se blesser et de créer lui-même une plaie qui peut dégénérer.

Est-il tout de même possible de diagnostiquer cette pathologie avant qu'elle ne prenne trop d'ampleur ?

Il faut d'abord un vrai travail d'information et de sensibilisation à l'attention de tous. Les médecins et professionnels de santé doivent être sensibilisés à ce problème directement lié au diabète et formés. Qu'ils n'hésitent pas à examiner les pieds des patients diabétiques. Un examen annuel de détection peut également être délégué à un podologue ou un infirmier spécialisé en diabétologie. Il faut aussi accentuer la prévention auprès des patients pour qu'eux-mêmes aient le réflexe de demander à leurs médecins d'ausculter ces parties du corps. Mais beaucoup de patients ignorent ces risques car instinctivement lorsqu'on parle de diabète on va surtout parler de taux de glucose (sucre) dans le sang mais on ne pense pas forcément aux incidences sur les pieds. Et puis d'une manière générale la neuropathie est impossible à diagnostiquer soi-même sauf si l'on ne sent vraiment plus rien.

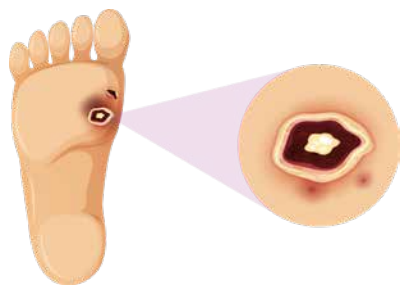


/ *Système nerveux du corps humain*

Comment les médecins ou les soignants formés parviennent-ils alors à détecter et à soigner ce pied diabétique ?

Grâce à un simple examen clinique. On regarde le pied, on va ensuite tester la sensibilité par deux tests simples. On pose un filament sur différentes zones du pied et on demande au patient s'il ressent quelque chose. Ensuite on pose aussi une sorte de diapason qui émet des vibrations à différents endroits du pied, principalement sur le gros orteil et la malléole interne. Enfin on évalue la vascularisation du pied en palpant les artères. Ces 3 examens permettent d'évaluer le risque de compli-

cations et de donner des recommandations spécifiques au patient. Si l'on constate qu'il y a des plaies on va prescrire un traitement désinfectant voire des antibiotiques et essayer de décharger ces plaies. Si la plaie est trop profonde et atteint malheureusement l'os car il y a une gangrène, on risque l'amputation. Dans tous les cas de neuropathie, le médecin doit prescrire des chaussures spéciales pour diabétiques afin de limiter au maximum les risques de blessures et donc de complications.



/ Pied diabétique avec ulcère

La neuropathie c'est quoi ?

Le corps humain comporte des nerfs sensitifs et des nerfs moteurs qui contrôlent respectivement, les pieds, les mains ainsi que les organes. On parle de neuropathie lorsqu'il y a une affection qui touche un ou plusieurs de ces nerfs. Le diabète est la première cause de neuropathie.

Lorsque les nerfs sensitifs sont affectés, différents symptômes peuvent être ressentis sur les mains et les pieds :

- Picotements**
- Brûlures**
- Douleurs lancinantes**
- Chocs électriques**
- Engourdissements**
- Démangeaisons**
- Faiblesses dans les pieds et les mains**



5 RÉFLEXES À ADOPTER

- 1 Pensez à regarder vos pieds plus souvent
- 2 Demandez à votre médecin d'ausculter vos pieds au moins 2 fois par an
- 3 Soignez vos pieds chez un professionnel, ne les triturez pas
- 4 Pensez à prendre rendez-vous chez un podologue
- 5 Investissez dans des chaussures adaptées
- 6 Contrôlez régulièrement vos chaussures et vos chaussettes pour éviter les corps étrangers
- 7 Évitez de marcher pieds nus

contenu sponsorisé

Choisir des chaussures adaptées permet de limiter les risques de plaies et d'amputations



Stéphane Lotz,
Maître Bottier-Orthopédiste
Brevet de Maîtrise en 2000 à Strasbourg et équivalence fédérale en 2008 à Bern.
Consultant et partenaire à la consultation interdisciplinaire du pied à risque au CHUV depuis 2007 / Membre de l'association pied et chaussure et de l'association Swissortho

C'est ce que nous explique Stéphane Lotz, Maître Bottier-Orthopédiste et directeur d'Ortho-LOTZ. Les chiffres le prouvent: 125 patients amputés dans le Canton de Vaud en 2008 contre 85 en 2015. Grâce au programme cantonal de prévention, les amputations ont baissé de 30 %.

Quel rôle joue le Maître Bottier-Orthopédiste (MOB) dans la prise en charge du pied diabétique ?

S. Lotz : C'est un partenaire essentiel. Protéger le pied du patient selon le niveau d'atteinte, prévenir les blessures, aider à la cicatrisation des plaies et accompagner à des mesures médicales ; la mission du MOB est large et très complète. Plus concrètement, le MOB décharge le patient de cet aspect de la maladie qui souvent inquiète.

De quelle manière Ortho-LOTZ agit au service des patients ?

Chez Ortho-Lotz, nous agissons dans une démarche préventive du pied diabétique, c'est pourquoi nous collaborons étroitement avec différents acteurs tels que le CHUV et les HUG pour fournir une consultation pluridisciplinaire. Chirurgiens orthopédistes, diabétologues, angiologues, infirmières plaies, podologues et maître bottier-orthopédiste, autant d'experts au service des patients pour limiter les risques de lésions et d'amputations. Nous garantissons un confort de vie par une prise en charge optimale et une proposition d'appareillage. En d'autres termes, nous nous occupons de trouver un chaussage adapté et adéquat, de série, sur mesure ou de décharge, également de réaliser des supports plantaires.

Quels sont les effets bénéfiques pour les patients lorsqu'ils optent pour des chaussures orthopédiques de série ?

S.Lotz : Certains patients en consultation atteints de neuropathie présentent des lésions plus ou moins importantes, car ils n'ont pas senti la présence de corps étrangers dans leurs chaussures. D'autres lésions proviennent de chaussures trop serrées achetées dans le commerce. Le risque d'amputation commence ici. C'est pourquoi, il est

impératif d'adopter les bons réflexes dès le début et au quotidien. Utiliser des chaussures adaptées spécial diabétiques permet au patient de protéger ses pieds, afin d'éviter les risques de lésions, d'infection et d'amputation.

Faut-il envisager un budget conséquent pour obtenir des chaussures orthopédiques de série ?

S.Lotz : Le MOB a obtenu une maîtrise fédérale, ce qui lui permet d'être reconnu par les assurances. Les patients l'ignorent souvent, les chaussures orthopédiques de série ou sur mesure et les lits plantaires sont ainsi pris en charge par l'AI ou l'AVS, selon l'âge, sur ordonnance médicale et sous certaines conditions. Pour l'AI, il faut compter une franchise de CHF 120.- et 2 paires de chaussures par an. Pour l'AVS une franchise de 25% du coût est demandée et le patient a accès à 1 paire tous les 2 ans.



Ortho-LOTZ Sàrl

Maître Bottier-Orthopédiste
Rue de la Gare 9, 1070 Puidoux
021 619 96 96
www.Ortholotz.ch | info@ortholotz.ch
www.facebook.com/ortholotz.ch/