

Le diabète et les pieds

En Suisse, chaque année, plusieurs centaines de personnes sont traitées pour des lésions aux pieds liées au diabète. La prise en charge du pied diabétique est un problème majeur de santé publique, souvent sous-estimé.

Explication avec Léonie Chinet, secrétaire générale chez diabètevaud. Nadia Pagotto

Conséquences d'un diabète déséquilibré sur les pieds Le terme de pied diabétique regroupe l'ensemble des affections du pied en lien avec le diabète. Sur des années et lorsqu'il est déséquilibré, le diabète peut entraîner deux atteintes majeures : une atteinte des artères (l'artériopathie périphérique) et une atteinte des nerfs (la neuropathie). Cette dernière réduit progressivement la sensibilité douloureuse. L'artériopathie, quant à elle, provoque un rétrécissement des vaisseaux, responsable notamment d'une sensibilité accrue aux traumatismes. Elle occasionne une complication dans la guérison et la cicatrisation d'une plaie, entraînant des plaies chroniques ou des ulcères, particulièrement difficiles à soigner.

Les gestes pour apporter soin et santé aux pieds Fréquents, mais pas inévitables, les problèmes aux pieds liés au diabète doivent être pris au sérieux. Sans suivi attentif, une plaie banale négligée peut conduire à de graves complications telles que nécroses, ulcères, infections, voire même amputation. «Le diabète est la première cause d'amputation dans les pays qui ne sont pas en guerre», explique Léonie Chinet, avant d'ajouter sur un ton plus rassurant : «En contrôlant régulièrement les pieds d'une personne diabétique, et en s'y prenant dès l'apparition d'un problème – plaie, déformation ou encore ongle incarné –, on peut tout à fait permettre à la personne de vivre avec deux pieds en bonne santé, et ce, sur le long terme!» En résumé : contrôle et soins sont essentiels. «Chez diabètevaud, nous enseignons les bons gestes et habitudes à prendre pour prévenir les complications du pied diabétique. Nous proposons des suivis et conseils personnalisés aux patients, en fonction du risque de complication qu'ils présentent.» Quelques conseils de base peuvent toutefois être adoptés par tous : crémér régulièrement les pieds, de façon à ce que la peau reste souple pour éviter qu'elle se craquelle ; s'observer régulièrement les pieds ; après les avoir nettoyés, bien les sécher pour éviter tout risque de mycoses ou problèmes de macération.

Evaluer le risque Toute personne diabétique ne va pas forcément développer une atteinte au pied. «Pour les personnes qui ont un diabète équilibré avec un faible risque de complication, un simple contrôle des pieds une fois par année chez son médecin généraliste suffit», relève Léonie Chinet. En revanche, les personnes à risque qui ont une atteinte soit des artères, soit des nerfs, soit des deux, demandent une attention particulière. «Pour ces personnes-là, le risque de développer des pro-



blèmes au pied est important. Il faut intensifier les contrôles et faire éventuellement intervenir d'autres spécialistes pour avoir des conseils spécialisés.» Podologues, médecins et infirmiers en diabétologie, angiologues... le regard interprofessionnel permet de proposer au patient un suivi adapté en fonction de ses besoins, comme précise Léonie Chinet : «Le mouvement actuel pour travailler en interdisciplinarité est important pour la prise en charge de ces patients. Les pharmaciens ont un rôle essentiel à jouer : en première ligne, ils sensibilisent le patient à cette problématique et peuvent contribuer à une détection et une prise en charge précoce en cas de problème au pied.»

Retrouvez plus d'informations dans la brochure d'Ascensia Diabetes Cares «Le diabète et mes pieds»
Ou sur le site diabètevaud : www.diabetevaud.ch/vivre-avec-le-diabete/soins-et-traitement/pieds-et-diabete