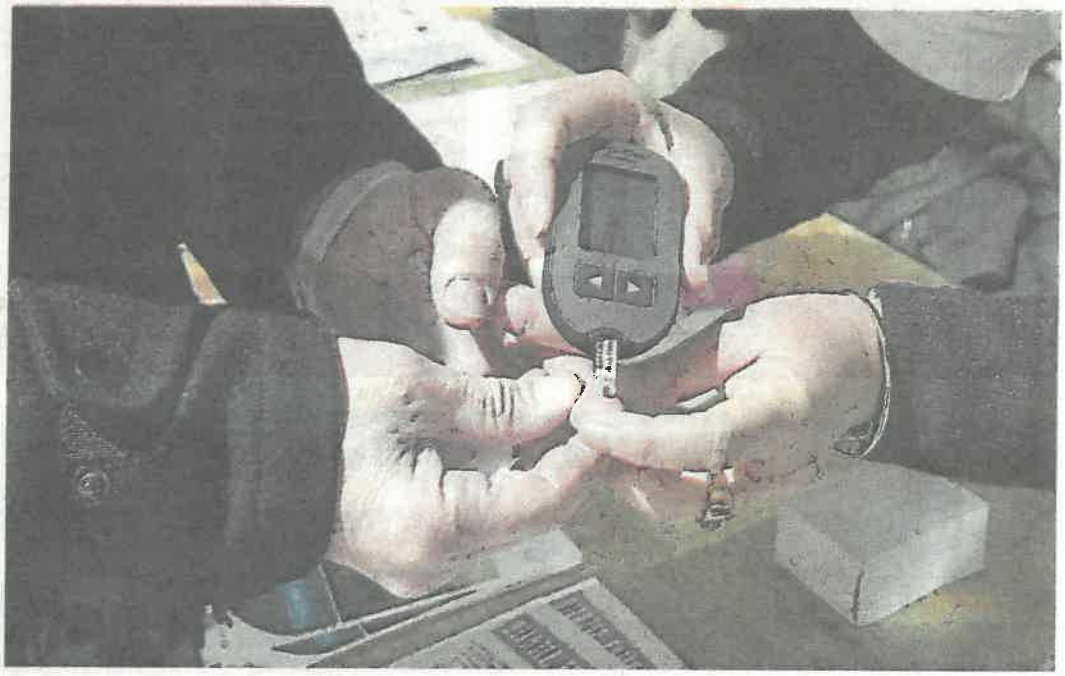
Le Dr Alexandre Fille alerte : « 15 % des diabétiques s'ignorent »

SANTÉ

Diabétologue à l'hôpital Saint-Clair, elle dresse un état des lieux de la maladie.

Maxime Moerland
mmoerland@midilibre.com



Le dépistage est important pour les diabétiques. PHOTO VINCENT ANDORRA

Aujourd'hui, on parle de plus en plus d'épidémie de diabète. Où en est la maladie en 2019 ?
Cela dépend des pays. La prévalence augmente dans différents pays de manière rapide depuis plusieurs décennies, d'où le terme « épidémie ». Dans les pays du golfe, la tendance est à une effrayante augmentation, alors que dans les pays européens, ça a plutôt tendance à baisser, notamment en France.

Quels sont les bons gestes à connaître pour prévenir, guérir et vivre avec le diabète ?
Le meilleur outil qu'on ait pour prévenir le diabète, c'est l'hygiène de vie. Ça a été montré à tous les niveaux, même en prévention. L'hygiène de vie vaut mieux que les médicaments, grâce à une alimentation équilibrée et une activité physique d'endurance assez régulière. C'est surtout ça qui fait la différence, pas le fait de prendre des médicaments.
Une fois que le diabète est déclaré, l'hygiène de vie reste le socle thérapeutique, et on y ajoute des comprimés, des injections d'insuline ou de substances qui agissent pour faire diminuer le sucre.

Beaucoup de personnes sont diabétiques sans le savoir, et le découvrent plus tard. Comment le détecter, et quels sont les signes précurseurs ?
Il y a deux façons d'aborder le problème. D'abord les campagnes de dépistage, selon des volontés institutionnelles, associatives ou par le biais des pharmacies, ou encore des initiatives comme la journée mondiale du diabète, qui est une journée de dépistage à grande échelle. Dans ces cas-là, on se rend compte qu'il y a un grand nombre de personnes qui ignorent leur diabète.
Une étude danoise avait ciblé toutes les personnes d'une ville, leur faisant contrôler leur glycémie à jeun, pour savoir qui était diabétique. On a vu, d'une part, que la maladie se manifestait avec l'âge, la plupart des personnes diagnostiquées ayant plus de cinquante ans.
Lors de cette même étude, une personne diagnostiquée diabétique sur deux n'était pas au courant. En France, aujourd'hui, on pense qu'il y a 15 % de diabétiques qui s'ignorent. Il faut donc aller les chercher. Plus tôt on prend en charge le diabète, meilleurs sont les succès de protection.

Quels sont les facteurs de risque ?
L'âge joue un rôle, mais il existe d'autres facteurs de risques, notamment familiaux. Si l'on est dans une famille de diabétiques, on est plus vulnérable. L'hérédité doit donc motiver les personnes concernées à effectuer une glycémie à jeun. Une femme ayant donné naissance à un enfant de plus de 4 kilos doit aussi se poser la question.

Qu'en est-il des innovations pour les malades ?
Ces dernières années, on a assisté à la naissance de techniques permettant de soigner efficacement le diabète, notamment les enregistreurs de glycémie en continu. Il existe également un médicament qu'on attend toujours en France, mais qui existe déjà depuis des années dans d'autres pays : c'est un produit qui fait uriner du sucre, ayant des vertus en matière de poids, de protection cardiaque… Cette année encore, le ministère de la Santé a refusé de le mettre sur le marché.

Jeudi, journée mondiale du diabète

DÉPISTAGE C'est ce jeudi 14 novembre qu'aura lieu la 28e édition de la journée mondiale du diabète. Les hôpitaux du Bassin de Thau sont partie prenante de cette manifestation, en tenant ce jour-là un stand multidisciplinaire d'information et de dépistage, dans la galerie d'Auchan à Sète, de 10 h à 16 h. S'en suivra une soirée-débat accompagnée d'un buffet apéritif à l'hôpital Saint-Clair, après une projection du film *Sugarland*.