



Diabète : hyperglycémie (trop de sucre dans le sang)

🕒 paru le 14/10/2020 • traduit du néerlandais

De quoi s'agit-il ?

Le [diabète](#) est une affection chronique du métabolisme. La principale caractéristique de la maladie est un excès de sucre dans le sang (hyperglycémie).

Insuline

L'insuline est une hormone qui joue un rôle important dans la survenue du [diabète](#). L'insuline est produite par le pancréas et fait en sorte que le sucre présent dans le sang soit absorbé dans les cellules.

Lorsque vous souffrez de diabète, votre organisme ne produit pas assez d'insuline ou il est moins sensible à l'insuline. De ce fait, vos cellules ne réagissent pas suffisamment à l'insuline présente. Les cellules n'absorbent donc plus correctement le sucre. Et le taux de sucre dans votre sang augmente.

Conséquences

L'hyperglycémie endommage les vaisseaux sanguins. Si vous souffrez de [diabète](#) depuis longtemps et que la maladie n'est pas bien traitée, le taux élevé de sucre dans votre sang peut abîmer tous les petits vaisseaux sanguins de votre corps. Cela peut avoir des conséquences pour le système cardiovasculaire, les [yeux](#), les [reins](#), le [système nerveux](#) et les [pieds](#).

Facteurs de risque

Le taux de sucre dans le sang peut être influencé par de très nombreux éléments :

- un [diabète](#) qui n'est pas bien traité ;
- une infection grave, telle qu'une [pneumonie](#), une néphrite ou une [infection gastro-intestinale](#) accompagnée de [vomissements](#) et de diarrhée ;
- une consommation excessive de sucre (glucides) ;
- un manque d'activité physique ;
- un épisode de stress, par exemple à cause d'un examen, d'un accident ou d'une opération ;
- le fait de ne pas prendre vos médicaments ou votre insuline en temps voulu ;
- la prise de médicaments qui font monter le taux de sucre dans le sang, comme la cortisone ou les diurétiques.

Comment le reconnaître ?

Taux de sucre augmenté

Si vous avez trop de sucre dans le sang, vous pouvez présenter les symptômes caractéristiques suivants :

- vous avez soif ;
- vous [urinez souvent](#) ;
- votre haleine sent la « pomme pourrie » (odeur d'acétone) ;
- vous avez des [nausées](#) et des maux d'estomac ;

- vous souffrez de [fatigue](#) et de somnolence.

Taux de sucre sévèrement augmenté

Les signes d'un taux de sucre sévèrement augmenté dans le sang peuvent être :

- une hébétude et une réactivité réduite ;
- des douleurs dans la poitrine ;
- un [rythme cardiaque rapide](#) ;
- une [perte de poids](#) ;
- une infection accompagnée de fièvre ;
- une [respiration difficile \(rapide et/ou profonde\)](#).

Sensibilité aux infections

Si le taux de sucre dans votre sang est augmenté depuis un certain temps, vous êtes plus sensible aux infections telles que :

- [infection à champignons](#) (par exemple, mycose de la peau ou du vagin) ;
- [infection de la vessie \(cystite\)](#) ;
- infection de la peau (par exemple, [érysipèle](#)).

Comment le diagnostic est-il posé ?

Test rapide au doigt

La mesure du taux de sucre dans le sang se fait au moyen d'un test rapide au doigt. Si ce taux est trop élevé, le médecin vous examinera : il auscultera vos poumons et contrôlera votre peau. Il vérifie ainsi si vous avez une infection ou une inflammation.

Analyse de sang et d'urine

Une analyse de sang et d'[urine](#) peut suivre. Ces tests sont parfois nécessaires pour vérifier le [fonctionnement de vos reins](#) et pour détecter une éventuelle [infection](#).

Acidocétose

Si vous avez un [diabète de type 1](#), votre sang peut devenir acide. Ce phénomène est connu sous le nom d'acidocétose. Il s'agit d'une conséquence du manque d'insuline. Le médecin peut détecter le problème en faisant rechercher des [cétones](#) dans votre sang ou dans votre urine. L'acidocétose est rare dans le [diabète de type 2](#).

Électrocardiogramme (ECG)

Parfois, le médecin réalise un [électrocardiogramme \(ECG\)](#) pour vérifier votre cœur. Le médecin peut également vous prescrire une [radiographie des poumons](#).

Que pouvez-vous faire ?

Essayez d'éviter que le taux de sucre dans votre sang augmente de manière excessive. Voici quelques conseils pour vous y aider :

- suivez un régime et mangez à des heures régulières ;
- prenez vos médicaments correctement (la bonne quantité, au bon moment et de la bonne façon) ;
- bougez régulièrement (marche, vélo) ;
- consultez régulièrement le médecin pour un contrôle : il pourra ainsi évaluer s'il est nécessaire d'adapter vos médicaments et vous pourrez discuter de votre régime alimentaire ;
- lorsque vous êtes malade, vérifiez ou faites vérifier votre glycémie plus souvent via un test rapide au doigt.

Si vous remarquez que votre [taux de sucre est trop élevé](#) :

- Vérifiez ou faites vérifier si c'est exact.
- Buvez suffisamment (1,5 à 2 litres d'eau par jour) et mangez normalement.

- Continuez à prendre vos médicaments, même si vous mangez peu.
- Prenez rapidement rendez-vous chez le médecin dans les situations suivantes
 - vous mangez trop peu ;
 - vous [vomissez](#) ;
 - vous avez de la fièvre ;
 - votre état de conscience change.

Que peut faire votre médecin ?

Ajuster vos médicaments

Si le taux de sucre dans votre sang reste trop élevé, le médecin augmentera temporairement vos médicaments contre le diabète. Il peut également vous donner un supplément d'insuline.

Hospitalisation

Il arrive parfois que le médecin généraliste vous oriente vers l'hôpital. Les médecins y surveilleront étroitement votre glycémie. Et vous y recevrez de l'insuline ou du sérum physiologique par perfusion.

Sources

<https://www.ebpnet.be>