

# Une insuline qui ouvre de nouvelles perspectives

Les traitements du diabète, et en particulier l'insuline, provoquent souvent une prise de poids. Une nouvelle insuline réduit ce risque. Le Pr Michel Pinget, endocrinologue au CHUR de Strasbourg, y voit l'espoir d'une meilleure prise en charge du diabète.

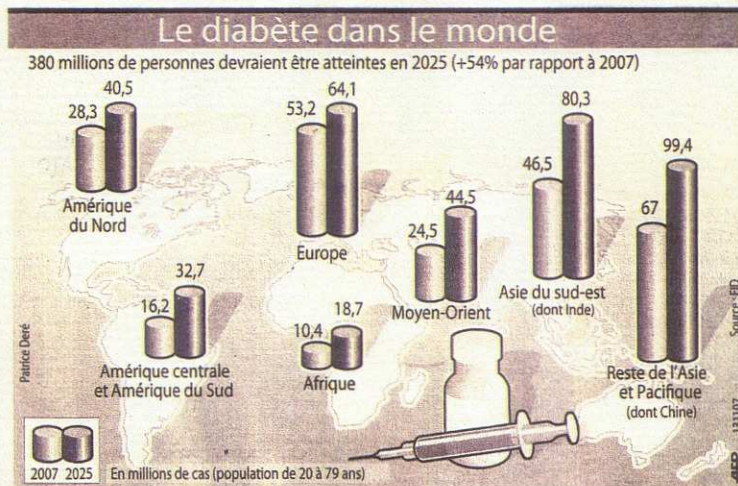
■ Au Danemark où il vit, Benny, 58 ans, enseignant placé en invalidité, mène une vie normale et prend de l'insuline depuis déjà 10 ans.

En France, on préfère retarder la mise sous insuline. Pour différentes raisons, explique le Pr Michel Pinget, président-fondateur du Centre européen d'étude du diabète (CeED) à Strasbourg, qui y est au contraire favorable: «L'insuline n'a pas d'effet secondaire, mais présente un risque d'hypoglycémie (taux de glucose insuffisant dans le sang) et génère souvent 5 kilos supplémentaires la première année alors que les patients sont déjà en surpoids. Ces obstacles sont aujourd'hui écartés avec la nouvelle insuline basale "detemir" (\*) qui ne fait pas prendre de poids et représente un faible risque d'hypoglycémie.»

## «Les enfants surprotégés bougent moins»

Le Dr Sophie Gombert (Paris) compare cette insuline, disponible en France depuis 2005 et efficace en une seule injection chez le patient, «à un arc et des flèches qui viseraient le contrôle glycémique». Quant à la peur des injections, elle est minimisée chez les patients par la présentation du produit dans des stylos injecteurs.

Chaque seconde dans le monde, deux personnes sont diagnostiquées comme dia-



bétiques. Une augmentation de cette maladie enregistrée depuis 50 ans et qui devrait culminer en 2025 avec 380 millions de diabétiques. Si la France est moyennement touchée, d'autres pays (Canada, Etats-Unis, Italie, Espagne, Inde, en Asie du sud-est et au Moyen-Orient) sont frappés de plein fouet.

Plusieurs causes à cette épidémie moderne: modes alimentaires (sodas sucrés...), urbanisation et stress, vieillissement et sédentarisation: «Les enfants surprotégés bougent moins et vivent dans un monde virtuel avec internet et les jeux vidéo», signale le Pr Pinget qui parle de «diabésité», ce surpoids lié au diabète. Un problème auquel la

nouvelle insuline, pouvant être prescrite à des diabétiques de type 1 et de type 2, seule ou en association avec des antidiabétiques oraux, est la première à apporter une réponse.

Les conséquences du diabète peuvent être graves: amputations, perte de la vision, risques cardio-vasculaires, etc. Pour Mikkel Nielsen, scientifique spécialisé dans le diabète auprès de la firme da-

noise Novo-Nordisk, «le diabète est un plus grand tueur que le sida!» L'insuline, découverte par des scientifiques canadiens, est fabriquée depuis 1923 par la société Novo-Nordisk, dont les 26 000 salariés sont répartis moitié au Danemark et à l'étranger, avec une unité de production qui vient d'ouvrir au Brésil.

## La maladie et ses soins restent méconnus

Le 14 novembre, pour la Journée mondiale du diabète, un jeune diabétique a raconté une expérience pénible, s'être fait traiter de drogué alors qu'il s'injectait de l'insuline. Preuve que cette maladie et ses soins obligés restent méconnus alors que le premier témoignage écrit remonte à 1500 ans environ avant J.C. avec le papyrus d'Eber décrivant déjà les symptômes du diabète...

Marie Brassart-Goerg

(\*) Nom commercial: Levimir

## Trop de sucre dans le sang

Le diabète est une réalité pour de nombreux Français touchés dès la naissance ou au cours de leur vie. En Alsace, on estime que 6% à 8% de la population est concernée, soit environ 130 000 malades.

Le diabète apparaît lorsque l'hormone de régulation du sucre dans le sang, l'insuline, n'est plus capable de gérer le flux de glucose amené par l'alimentation et la boisson dans l'organisme. Les cellules, en recevant un carburant trop

chargé en sucre, sont perturbées. On distingue deux types de diabète: le diabète de type 1, ou insulino-dépendant, résulte d'une incapacité du corps à produire sa propre insuline et concerne surtout les jeunes; le diabète de type 2, ou non insulino-dépendant (90% des cas), se caractérise par une déficience partielle de la sécrétion d'insuline. Lié au mode de vie et favorisé par une prédisposition génétique, il touche essentiellement les sujets de plus de 40 ans, sédentaires et en surpoids.

## Le diabétique et les repas de fête

■ Site dédié à la recherche et à la formation des médecins et des patients diabétiques, le Centre européen d'étude du diabète accueille Réso'Diab 67 depuis deux ans.

Réso'Diab 67 est un réseau qui réunit les diabétiques et les soignants concernés par le diabète: «Le réseau compte 346 professionnels de santé, dont 160 médecins généralistes et aussi 380 patients âgés de 30 à 87 ans, habitant dans tout le Bas-Rhin», récapitule Anne Wertemberg, coordinatrice du réseau et diététicienne. «Une des caractéristiques du réseau est qu'il va au-devant des patients et qu'une quinzaine y adhèrent par mois».

Des ateliers thématiques sont ainsi proposés à Ingwiller, Wisches, Reichstett... pour une dizaine de patients avec diététicien, podologue ou infirmier. «Récemment on a commencé un nouvel atelier pour les problèmes dentaires du diabétique. Nous favorisons aussi l'activité physique, en incitant des diabétiques à pratiquer la marche nordique». Une marche avec bâtons en plein air qui oxygène

l'organisme et fait travailler les muscles des bras en entraînant 40% de dépenses d'énergie en plus.

«L'activité physique est le premier traitement du diabète», confirme le Pr Michel Pinget. Qui ajoute que «le chien et le chat sont les meilleurs amis du diabétique». Le chien par les promenades qu'il effectue avec son maître et le chat «parce qu'en cas de crise d'hypoglycémie durant le sommeil du diabétique, le chat, animal très sensible, peut prévenir le dormeur par son comportement.»

### «Se faire plaisir»

Face aux repas de fête à venir, «l'essentiel, c'est que le diabétique se fasse plaisir!», insiste la diététicienne. Qui donne quelques trucs: faire attention aux repas avant et après le réveillon et ruser avec soi-même en limitant l'apport en matière grasse. A l'apéritif, pour accompagner le verre de champagne, on privilégiera des bâtonnets de crudités, des feuilles d'endives fourrées de thon et de fromage blanc ou des fromages de jambon et de fromage Tartare. A l'entrée, Anne

Wertemberg préconise «des fruits de mer, peu caloriques, ou une salade crevettes-pampelousse». En plat, du gibier ou de la dinde, des féculents

et des légumes, spaetzle et chou rouge par exemple, et «avec un tel plat, peu gras, on peut se permettre de prendre un petit morceau de bûche de

Noël. Les diabétiques redoutent les fêtes, mais c'est normal de faire quelques écarts» en veillant à compenser avant ou après. M. B-C



«L'activité physique est le premier traitement du diabète», explique le Pr Michel Pinget, endocrinologue, à côté d'Anne Wertemberg, diététicienne. (Photo DNA)