

NOTRE SANTÉ À TERRE-NEUVE ET LABRADOR.



Jeunesse en péril - partie 2 -
Le diabète de type 1

-Debbie Miller

Le troisième d'une série de cinq articles sur le diabète à Terre-Neuve-et-Labrador

Le Dr. Leigh Anne Newhook, pédiatre et chercheuse au Centre hospitalier pour enfants Le Janeway à St Jean de TNL et professeure de pédiatrie à l'université Memorial nous a accordé récemment un entretien sur la question de l'impact du diabète de type 1 à Terre-Neuve-et-Labrador et des diverses recherches en cours dans la province.

Le Gaboteur : Quelles sont les causes du diabète type 1 ?

Dr Newhook : On ne sait pas ce qui cause le diabète de type 1. Les génétiques sont considérées comme un important facteur et une combinaison de certains gènes peut rendre une personne plus vulnérable à la maladie. C'est une maladie multifactorielle, c'est-à-dire dans laquelle plusieurs gènes sont probablement impliqués. On estime également qu'une susceptibilité à la maladie et des facteurs environnementaux inconnus peuvent être à l'origine du déclenchement initial du processus auto-immune. Ces facteurs environnementaux comprennent certains facteurs hypothétiques tels que : infection virale, nutrition précoce du nourrisson, antécédents familiaux, latitude du lieu de vie (sachant que les personnes vivant dans le nord sont apparemment plus vulnérables à la maladie).

Le Gaboteur : Quels sont les symptômes du diabète type 1 ?

Dr Newhook : Les premiers symptômes de diabète type 1 sont liés à une glycémie élevée. Ces symptômes peuvent parfois être présents pendant plusieurs semaines à plusieurs mois et l'état du malade continuera à se dégrader jusqu'à ce que le diagnostic soit posé. On identifie très rarement la maladie chez les nourrissons, mais les bambins et les jeunes enfants peuvent certainement développer la condition. Augmentation de la soif et un besoin urinaire fréquent sont des symptômes courants, ainsi que la perte de poids. Les infections à levures récurrentes peuvent être un indicateur ainsi que le besoin chez l'enfant de se réveiller la nuit pour boire ou uriner (parfois dans le lit). Les douleurs abdominales, les vomissements et l'haleine fruitée sont parmi les symptômes plus avancés.

Le Gaboteur : Quels traitements existe-t-il pour le diabète type 1 ?

Dr Newhook : Le diabète de type 1 doit être traité avec l'insuline pour que la personne reste en vie. L'insuline peut être administrée par injection avec une seringue ou en utilisant une pompe à insuline. Le patient doit prendre de l'insuline tous les jours et souvent plusieurs fois tout au long de la journée. Elle doit également consommer une alimentation saine et équilibrée prescrite par un diététicien.

Le Gaboteur : Quelles sont les complications ?

Dr Newhook : Les personnes diabétiques de type 1 sont vulnérables aux complications aiguës et chroniques. Les complications aiguës surviennent si le taux de sucre sanguin est trop bas ou trop élevé. Si la glycémie est trop basse, le patient peut être sujet à un épisode d'hypoglycémie qui peut provoquer de nombreux symptômes différents, y compris l'inconscience et des convulsions. Si la glycémie est trop élevée, le patient peut développer une acidocétose diabétique qui, également très grave, nécessite une hospitalisation et peut entraîner la mort. La plupart des personnes souffrant de diabète de type 1 sont capables de gérer la maladie sans subir ces complications. Lorsqu'il y a complications, celles-ci peuvent, à long terme, entraîner des lésions rénales, la cécité, des maladies cardiovasculaires et des dommages au niveau des nerfs, en particulier dans les mains et les pieds.

Le Gaboteur : Quels rôles jouent la nutrition et l'exercice ?

Dr Newhook : La nutrition et l'exercice sont extrêmement importants dans la gestion du diabète de type 1. L'exercice aide à maintenir un poids sain : ainsi, chez une personne qui fait de l'exercice régulièrement, l'insuline a tendance à travailler plus efficacement. La nutrition est aussi extrêmement importante, et à cet égard le régime préconisé par le guide alimentaire canadien est généralement bien équilibré. Les nutritionnistes et diététiciens aident la famille du malade à gérer le régime. Habituellement, il est recommandé au diabétique de type 1 de prendre 3 repas et 2 à 3 collations par jour.

Le Gaboteur : Les enfants de Terre-Neuve-et-Labrador développent-ils le diabète type 1 à un âge plus précoce qu'auparavant ?

Dr Newhook : Les modèles de diagnostic de diabète de type 1 dans le monde indiquent que les enfants sont diagnostiqués plus tôt que par le passé. La tendance semble être similaire à Terre-Neuve-et-Labrador. Les taux d'incidences actuels pour le diabète de type 1 à Terre-Neuve sont assez élevés, avec une incidence moyenne, au cours des 20 dernières années, d'environ 40 cas par 100 000 habitants âgés entre 0 à 14 ans. Cela signifie qu'environ 50 à 60 enfants par an sont diagnostiqués avec la maladie. Les taux de diabète de type 1 dans TNL semblent être plus élevés que dans les autres provinces au Canada. Les taux de diabète de type 1 sont de plus en plus élevés à Terre-Neuve-et-Labrador et nous continuons de faire des recherches pour nous permettre de comprendre pourquoi ce phénomène s'amplifie ainsi.

Il existe à cet égard quelques hypothèses fausses, qui résultent peut-être du fait que beaucoup ont tendance à confondre la maladie avec le diabète de type 2. Le diabète de type 2 est parfois lié à l'obésité et la sédentarité, ce qui n'est pas le cas pour le diabète de type 1. La plupart des enfants qui sont diagnostiqués avec cette maladie sont en bonne santé, ont une croissance normale et sont souvent très actifs. Une recherche a permis d'identifier le poids de naissance et le taux accru de la croissance chez les jeunes enfants comme des facteurs de risque. Les taux de diabète de type 1 sont en augmentation et, en même temps, les taux d'obésité chez les enfants sont en augmentation. Il y a peut-être un lien.

Le Gaboteur : Quels programmes, ressources ou recherches, à Terre-Neuve-et-Labrador, sont disponibles pour aider les familles aux prises avec la maladie ?

Dr Newhook : Le diabète de type 1 augmente le risque de contracter d'autres maladies auto-immunes, telles que la maladie cœliaque et la maladie thyroïdienne. Il n'y a aucun moyen connu pour réduire les risques de maladies auto-immunes ; cependant, dans notre clinique, nous les évaluons régulièrement et nous demandons aux enfants s'ils ont de nouveaux symptômes. Le vieillissement a un effet sur le diabète de type 1. En vieillissant, la personne atteinte de diabète type 1 est plus susceptible de développer des complications à long terme.

Partout dans la province, il existe des équipes spécialistes du diabète, qui sont disponibles pour les familles aux prises avec la maladie. Par exemple à l'hôpital Janeway, il y a une équipe multidisciplinaire du diabète : celle-ci comprend des médecins, des infirmières, de diététistes, des travailleurs sociaux, une psychologue, des spécialistes de l'éducation, qui sont disponibles pour éduquer les familles à la gestion de la maladie et les aider à bien comprendre la maladie. Il convient également de mentionner la composante de recherche située dans l'unité de recherche en pédiatrie au Janeway, où plusieurs études sont en cours, y compris des études de recherche à l'échelle tant locale qu'internationale.

Fédération des francophones
de Terre-Neuve et du Labrador

Capsule
Santé

L'ALCOOL : ENJEUX, EFFETS, RISQUES ET CONSEILS.

Si la plupart des Canadiens boivent de l'alcool avec modération, la consommation abusive d'alcool reste cependant un réel problème pour un nombre excessivement élevé de personnes. On estime en effet que 4 à 5 millions de Canadiens se livrent à une consommation d'alcool à des doses à risque élevé, ce qui entraîne toutes sortes de conséquences : collisions entre véhicules automobiles, troubles causés par l'alcoolisation fœtale et autres affections physiques, problèmes familiaux, criminalité, violences... En fonction de la quantité bue, l'alcool peut provoquer des troubles chroniques et de graves méfaits. Ces troubles englobent le cancer, la cirrhose et d'autres types d'affections et de maladies, et les méfaits englobent l'intoxication alcoolique, les conflits physiques et verbaux et les accidents.

Enjeux

L'alcool est une drogue, un déprimeur qui ralentit le système nerveux central. Plus vous buvez d'alcool, plus votre concentration, votre élocution, votre équilibre, votre vision, votre coordination, votre discernement et votre santé dans son ensemble s'en ressentent. Les effets de l'alcool dépendent de nombreux facteurs : votre sexe (féminin ou masculin), votre taille, la quantité d'alcool que vous consommez habituellement, la vitesse à laquelle vous buvez, votre humeur, la quantité de nourriture que vous avez absorbée et vos expériences antérieures avec la consommation d'alcool.

Effets à court terme de l'abus d'alcool

Si vous prenez un verre de trop à l'occasion, vous pouvez ressentir les effets suivants : somnolence, étourdissement, trouble de l'élocution, manque de coordination, incapacité de penser et de faire preuve de discernement, incapacité d'évaluer les distances et temps de réaction plus long.

Effets à long terme de l'abus d'alcool

Vous buvez régulièrement trop d'alcool, si vous présentez un ou plusieurs des symptômes suivants : vous devez boire davantage pour ressentir le même effet euphorique, vous dépensez beaucoup pour de l'alcool, vous manquez d'appétit et d'entrain, vous souffrez d'insomnie ou suez abondamment lorsque vous ne buvez pas, vous souffrez d'amnésie lorsque vous buvez ou vous ne vous rappelez pas avoir bu ou encore vous souffrez de confusion et de pertes de mémoire.

Risques pour la santé

Une consommation régulière et excessive d'alcool peut engendrer de nombreux problèmes de santé chroniques, dont les suivants : maladies du foie, maladies du cœur, ulcères d'estomac, troubles des vaisseaux sanguins, dysfonction érectile, irrégularités menstruelles et certains types de cancer. De récentes études donnent à penser que la consommation d'alcool pendant la grossesse, même en quantité raisonnable, peut nuire au fœtus et causer divers problèmes de santé ou troubles du spectre de l'alcoolisation fœtale. Bref, si vous êtes enceinte ou prévoyez de le devenir, il est plus prudent de ne pas boire d'alcool. Des quelque 3 000 décès résultant d'accidents de la route, environ 40% sont attribuables à l'alcool. La consommation excessive d'alcool peut aussi causer de sérieux ennuis professionnels, familiaux, financiers et juridiques qui peuvent nuire à votre santé.

Quelques conseils

- Limitez la quantité d'alcool que vous consommez. Le risque de vous blesser augmente avec chaque verre additionnel.
- Mangez avant de boire ou buvez durant vos repas. Ne buvez jamais l'estomac vide.
- Alternez entre boisson alcoolisée et boisson non alcoolisée afin de réduire la quantité d'alcool que vous consommez pendant une période de trois heures.
- Buvez seulement si vous en avez le goût. Ne vous sentez pas obligé d'accepter tous les verres qu'on vous offre.
- Ne prenez pas le volant. Prenez le taxi, profitez du transport en commun, marchez ou désignez un conducteur avant le début de la soirée.



- Par l'Agence de la santé publique du Canada