



SAVIEZ-VOUS QUE LE DIABÈTE DE TYPE 2 PEUT ÊTRE ÉVITÉ ?

30 minutes d'activité physique d'intensité modérée plusieurs fois par semaine et un régime alimentaire équilibré peuvent réduire considérablement le risque de développer le diabète de type 2.

Maintenant vous savez, agissez !

LE LIH ET LE DIABÈTE SURVEILLER POUR MIEUX AGIR !

Le diabète est une maladie toujours plus présente dans les pays industrialisés et le Luxembourg ne fait pas exception. Il existe principalement, deux types de diabète, le diabète de type 1, caractérisé par un manque d'insuline et le diabète de type 2, qui résulte de la mauvaise utilisation de l'insuline par l'organisme. Ce dernier type est beaucoup plus fréquent que le diabète de type 1 (90 % des cas).

LE LIH ET LE DIABÈTE – SURVEILLER POUR MIEUX AGIR !

De manière générale

- Les personnes ayant des antécédants familiaux
- Les personnes obèses ou en surpoids et sédentaires
- Les femmes enceintes
- Les personnes de plus de 40 ans

ont une propension plus élevée à développer un diabète.

Les chercheurs de l'Unité de recherche en épidémiologie et santé publique du LIH mesurent régulièrement la prévalence du diabète sur la population luxembourgeoise. Une surveillance permettant d'identifier les facteurs associés à cette maladie et d'en contrôler les effets.

ÉTUDE ORISCAV 2007-2008

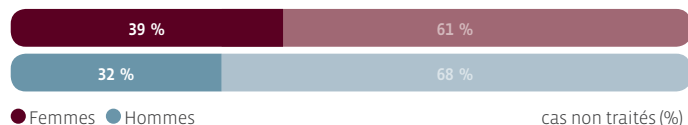
L'étude ORISCAV, menée entre 2007 et 2008 par cette unité et portant sur 1432 résidents de 18 à 69 ans (hors femmes enceintes) se base sur les données biologiques des participants (glycémie à jeun $\geq 126\text{mg/dl}$) et la prise de médicaments antidiabétiques. Elle présente les résultats suivants :

Prévalence du diabète au Luxembourg



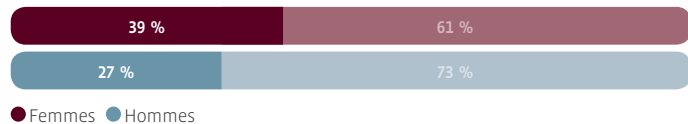
On estime à 12667 le nombre de personnes diabétiques au Luxembourg ! À noter une prévalence légèrement plus importante chez les hommes (5 %) que chez les femmes (4 %).^{(1) (2)}

Non traitement du diabète



On note que seulement un peu plus de la moitié des diabétiques sont traités !⁽¹⁾

Prévalence de l'ignorance du diabète



Autrement dit, 32 % de la population (soit une estimation de 4042 personnes) sont atteintes du diabète au Luxembourg et ne le savent même pas !⁽²⁾

Sources: (1) Enjeux Santé n°4 - La situation épidémiologique des facteurs de risque cardio-vasculaire potentiellement modifiables chez les adultes résidant au Luxembourg en 2007-2008, Bulletin Luxembourgeois de la recherche et des études en santé publique, Enjeux Santé

En effet, certaines personnes atteintes du diabète de type 2 ne présentent pas de symptômes précoces et la maladie n'est diagnostiquée que plusieurs années après son commencement. Dans près de la moitié de ces cas, diverses complications diabétiques se manifestent déjà !

ÉTUDE EHES 2013-2015

Une nouvelle étude, réalisée entre 2013 et 2015 avec le soutien du Ministère de la Santé et du Ministère de la Recherche dans le cadre de EHES-LUX (European Health Examination Survey) porte sur 1508 résidents de 25-65 ans sélectionnés aléatoirement (femmes enceintes non comptabilisées). Cette étude se base sur les données biologiques des participants et la prise de médicaments antidiabétiques. En voici quelques résultats préliminaires :

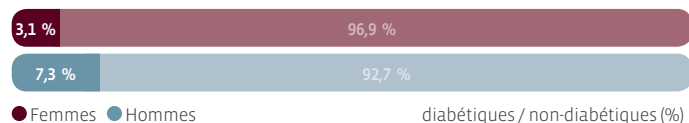
Prévalence du diabète au Luxembourg



NB. Le pré-diabète correspond à un stade intermédiaire, dans lequel la glycémie n'est plus tout à fait normale, mais pas encore suffisamment élevée pour être franchement cataloguée. Il caractérise des personnes qui courent un fort risque de devenir diabétiques. 25 % des participants se révèlent donc à risque. Un chiffre qui interpelle...

Globalement, on note qu'entre les deux études, la prévalence du diabète a déjà augmenté au Luxembourg. Cela est notamment lié à l'augmentation du phénomène d'obésité et à la sédentarité des résidents.

Prévalence du diabète par sexe



Quelques années plus tard, on note que la propension au diabète est toujours plus élevée chez les hommes que chez les femmes, mais un écart se creuse et l'évolution est notable chez les hommes.

Ces deux études ont également démontré que la prévalence du diabète augmente avec l'âge.

LE DIABÈTE AVANCE...DEVANCEZ-LE !

Certaines personnes ont donc plus de risques de développer un diabète et certaines le développent même sans le savoir. Alors, n'attendez pas de manifester des symptômes, si vous avez un profil à risque, pensez au dépistage !

(2) Level of Unawareness and Management of Diabetes, Hypertension, and Dyslipidemia among Adults in Luxembourg: Findings from ORISCAV-LUX Study, Ala'a Alkerwi, Sybil Pagny, Marie-Lise Lair, Charles Delagardelles, Jean Beissel, PLoS ONE 8(3): e57920. doi:10.1371/journal.pone.0057920. Plus d'info sur www.oriscav.lih.lu