

Pied diabétique une complication grave du diabète.

Le pied diabétique est une complication sérieuse du diabète, pouvant survenir chez des patients mal équilibrés. La gravité du pied diabétique peut conduire à l'hospitalisation voire à l'amputation. Cette issue dramatique n'est pourtant pas une fatalité. Des moyens de prévention efficaces existent, encore faut-il qu'ils soient connus, à la fois des patients et des médecins, souligne le Dr Roxane Ducloux, service de diabétologie d'endocrinologie et des maladies métaboliques et de la nutrition au Centre hospitalier de Douai (59).

Sommaire

1. La neuropathie, cause du pied diabétique
2. Les facteurs de risque du pied diabétique
3. Les moyens de prévention
4. Où consulter pour un pied diabétique ?
5. Les traitements du pied diabétique

En 2007, la Haute Autorité de Santé a publié un rapport visant à mieux dépister les pieds diabétiques par une gradation annuelle du risque, après examen clinique et test de sensibilité. Dix ans après, force est de constater que le dépistage des plaies au pied chez les patients atteints de diabète reste insuffisant.

La neuropathie, cause du pied diabétique

«Le pied diabétique est une complication du diabète, liée elle-même à une autre complication de cette maladie, la neuropathie», autrement dit une atteinte des nerfs périphériques, explique le Dr Roxane Ducloux. Heureusement, tous les patients souffrant d'un diabète ne développent pas une telle complication, rassure-t-elle. «Le pied diabétique ne survient pas du jour au lendemain chez tous les personnes diabétiques. C'est un phénomène graduel qui, s'il survient, n'affecte que les patients souffrant d'une neuropathie».

Selon une étude publiée en 2015, 20 000 Français atteints d'un diabète ont été hospitalisés en 2013 pour une plaie au pied, soit 5 fois plus que la population non diabétique. Ces plaies au pied sont des lésions, souvent bénignes, provoquées par des traumatismes, mais qui cicatrisent mal en raison du diabète et des complications neurologiques et vasculaires de cette maladie. Prises en charge rapidement, la plupart des plaies guérissent en 3 à 6 mois. Mais dans 15 % des cas, le pied diabétique se solde par une amputation. Celle-ci se limite dans la moitié des cas à un orteil, mais elle peut concerner l'ensemble du pied (19 %), la jambe (17 %) ou le tibia (12 %). Selon la même étude, 7 749 diabétiques ont subi une amputation en 2013.

Les facteurs de risque du pied diabétique

Le risque de souffrir d'un pied diabétique doit être évalué chaque année chez un patient souffrant de diabète. Ce risque est établi par un test de sensibilité sous le pied déterminée par un score allant de 0 à 3, explique le Dr Ducloux.

- Score de 1 : il existe une perte de sensibilité liée à une neuropathie, qui multiplie par 5 le risque de pied diabétique.
- Score de 2 : une artériopathie (troubles circulatoires) ou des troubles de la statique s'ajoutent à la neuropathie. Le risque est alors multiplié par 10.
- Score de 3 : existence de plaies au pied ou à un antécédent d'amputation, en plus de la neuropathie et/ou artériopathie, qui multiplient par 30 le risque de pied diabétique.

Les troubles de la statique sont des déformations du pied telles que l'hallux valgus ou les oignons. Très fréquents, ils n'ont pas d'incidence particulière car généralement pris en charge dès lors qu'ils gênent. Mais un patient diabétique, dont la maladie est mal équilibrée depuis plusieurs années et qui a développé une neuropathie, ne sera pas sensible aux frottements répétés de ses pieds déformés dans ses chaussures ; à la longue, ces frottements vont provoquer des lésions qu'il ne sentira pas davantage et auxquelles il ne prodiguera pas les soins nécessaires. Le risque est alors que ces plaies s'infectent, explique la spécialiste.

Un dépistage précoce est donc indispensable pour éviter l'apparition de complications. «Le problème, c'est que beaucoup de patients et de professionnels de santé non spécialistes connaissent mal la gradation du risque podologique, alors qu'elle fait pourtant partie du bilan annuel du diabète», déplore le Dr Ducloux.

Les moyens de prévention

Il existe trois grands moyens de prévenir le pied diabétique : un bon chaussage, une bonne hygiène et pas de chaleur.

- Un bon chaussage passe par des chaussures confortables, qui ne blessent pas, sans couture à l'intérieur, pas trop serrées à l'avant, avec des talons qui ne soient pas trop hauts.
- Une bonne hygiène signifie un lavage et un séchage soigneux des pieds, afin d'éviter les mycoses qui sont une porte d'entrée des infections. A ces mesures d'hygiène de base, il faut ajouter des soins de pédicurie pour éviter le développement de corne. Ces soins ne doivent pas être agressifs, au risque de provoquer l'effet inverse. Les ponces électriques sont à éviter, mieux vaut leur préférer des ponces en carton, recommande la spécialiste.
- Enfin, les patients diabétiques souffrant de neuropathie sont insensibles à la douleur et à la brûlure au niveau des pieds. Ils doivent donc éviter de les tremper dans des bains trop chauds, de les exposer au soleil ou de marcher pieds nus sur du sable brûlant...

«Tous ces conseils font partie de l'éducation thérapeutique dont bénéficient les patients en services de diabétologie ou dans les réseaux de soins», indique le Dr Ducloux.

Depuis 2008, les patients ayant un risque podologique de grade 2 et de grade 3 peuvent bénéficier d'une prise charge par l'Assurance Maladie de 4 et 6 soins podologiques par an, respectivement.

Les mesures de précaution pour éviter un pied diabétique

- Choisissez des chaussures confortables et mettez toujours des chaussettes en fibre naturelle, même l'été
- Ne marchez jamais pieds nus
- Hydratez vos pieds à l'aide de crème pour prévenir l'apparition de corne, et poncez celle-ci à l'aide d'instruments non agressifs
- Évitez de couper vos ongles de pied trop courts
- Séchez bien vos pieds, particulièrement entre vos orteils, pour éviter le développement de mycoses
- Testez la température de l'eau du bain ou de la douche avec votre main, jamais votre pied
- Examinez vos pieds tous les jours

Où consulter pour un pied diabétique ?

Les patients qui souffrent d'un pied diabétique peuvent se rendre dans des centres spécialisés «pied diabétique» au sein des services de diabétologie ou dans des centres de cicatrisation, qui proposent une prise en charge multidisciplinaire avec des chirurgiens vasculaires, des pédicures, des diabétologues, des infirmiers...

Les traitements du pied diabétique

Le traitement d'un pied diabétique doit être le plus précoce possible. «Il faut impérativement que le patient montre immédiatement la moindre plaie au pied à son médecin», conseille Roxane Ducloux. Envoyé dans un service spécialisé, il bénéficiera alors d'une prise en charge adaptée, comprenant le nettoyage de la plaie, la pose d'un pansement, la prescription de chaussures spécialisées ainsi qu'un bilan de son diabète, de ses artères, de son risque infectieux et de son traitement.

«Un patient doit impérativement éviter de marcher sur sa plaie. Les chaussures sur mesure constituent le traitement principal du pied diabétique», insiste la spécialiste, qui déplore que «ce traitement ne {soit} pas toujours prescrit ni toujours porté».

Ecrite par :

Amélie Pelletier

Créé le 04 avril 2017

Sources :

Entretien avec le Dr Roxane Ducloux, service de diabétologie, d'endocrinologie et des maladies métaboliques et de la nutrition au Centre hospitalier de Douai (59), le 23 mars 2017.