

## Glycémie et Diabète – généralités

La glycémie correspond au taux de sucre dans le sang. Ce type de sucre est appelé glucose.

Le taux peut être exprimé en grammes par litre (g/l) ou en millimoles par litre (mmol/l), un gramme par litre correspond à 5,55 mmol/l.

Le glucose est la principale source d'énergie de l'organisme.

Le glucose présent dans le sang provient :

- des aliments contenant des glucides (sucres des aliments) ingérés au moment des repas.
- du foie. Le foie produit du sucre à partir des glucides qu'il a stockés au moment du repas et à partir d'autres nutriments comme les lipides (graisses) ou les protéines.

La glycémie à jeun est avant tout le reflet de la production du sucre par le foie, après les repas elle reflète surtout de la quantité de glucides contenus dans le repas. On parle de diabète lorsque la glycémie à jeun dépasse 1,26 g/l. Un tel taux n'occasionne le plus souvent aucun symptôme (on ne ressent rien), mais peut avoir à long terme des conséquences graves pour la santé.

Une augmentation de la glycémie est causée par un manque ou une insuffisance d'action de l'insuline. L'insuline est une hormone fabriquée par le pancréas qui est situé dans l'abdomen derrière l'estomac. C'est le principal facteur permettant de réguler la glycémie. L'insuline permet au glucose de rentrer dans les cellules, elle agit au niveau d'un récepteur comme une clef dans une serrure. Normalement dès que la glycémie augmente de l'insuline est sécrétée par le pancréas.

- Dans le diabète de type 1, le pancréas cesse de produire de l'insuline.
- Dans le diabète de type 2 il y a à la fois un défaut d'action de l'insuline et un manque d'insuline.

Pour connaître la glycémie, on peut faire un dosage au laboratoire ou mesurer sa valeur à partir d'une goutte de sang prélevée sur un doigt à l'aide d'un lecteur de glycémie. Pour surveiller l'équilibre du diabète votre médecin demandera (tous les 3 mois environ) un dosage de l'hémoglobine glycosylée (HbA1c) qui est le reflet de l'équilibre sur les 2 mois précédents.