

Guide Complet du Dépistage et du Suivi du Diabète

Tout savoir sur le diagnostic, la prévention et la prise en charge du diabète

Centre de Biologie d'Agadir

Catégorie : Diabétologie et Endocrinologie

Dernière mise à jour : 19/11/2025

Table des matières

1. Introduction	3
2. Comprendre le diabète	4
2.1 Types de diabète	4
2.2 Facteurs de risque	5
2.3 Complications possibles	6
3. Tests de dépistage et diagnostic	7
3.1 Glycémie à jeun	7
3.2 Hémoglobine glyquée (HbA1c)	9
3.3 Hyperglycémie provoquée par voie orale (HGPO)	11
3.4 Autres marqueurs	13
4. Interprétation des résultats	14
5. Prévention et mode de vie	16
6. Prise en charge thérapeutique	18
7. Surveillance et suivi	20
8. Foire aux questions	22
9. Glossaire et ressources	24

1. Introduction

Le diabète est une maladie chronique caractérisée par un excès de sucre dans le sang (hyperglycémie) dû à un défaut de sécrétion ou d'action de l'insuline. Ce guide complet a pour objectif de vous fournir des informations claires et détaillées sur le dépistage, le diagnostic et la prise en charge du diabète.

Pourquoi ce guide est-il important ?

- Comprendre les différents types de diabète et leurs spécificités
- Connaître les examens de dépistage et leur interprétation
- Prévenir les complications grâce à une prise en charge précoce
- Adopter les bons réflexes pour équilibrer sa glycémie

Le dépistage précoce du diabète est essentiel car la maladie peut évoluer silencieusement pendant plusieurs années avant l'apparition des premiers symptômes. Un diagnostic et une prise en charge précoce permettent de prévenir ou de retarder les complications.

2. Comprendre le diabète

2.1 Types de diabète

Type	Description	Âge de survenue	Traitement
Diabète de type 1	Maladie auto-immune détruisant les cellules productrices d'insuline dans l'pancréas	Enfance (Adolescence)	Insuline obligatoire
Diabète de type 2	Résistance à l'insuline et déficit relatif en insuline (souvent après 40 ans)	Adulte	Régime, activité physique, antidiabétiques oraux, parfois insuline
Diabète gestationnel	Hyperglycémie apparaissant pendant la grossesse	grossesse	Régime, activité physique, parfois insuline
Autres types spécifiques	Médiées du pancréas, génétiques, ou induites par certains médicaments	variable	Selon la cause

2.2 Facteurs de risque

Facteurs de risque non modifiables :

- Âge > 45 ans
- Antécédents familiaux de diabète (parent au 1er degré)
- Origine ethnique à risque (africaine, hispanique, asiatique, moyen-orientale)
- Antécédent de diabète gestationnel ou d'enfant de poids de naissance > 4 kg

Facteurs de risque modifiables :

- Surpoids (IMC ≥ 25 kg/m²) ou obésité (IMC ≥ 30 kg/m²)
- Sédentarité (moins de 150 minutes d'activité physique par semaine)
- Hypertension artérielle (≥ 140/90 mmHg)
- Dyslipidémie (HDL < 0,40 g/L et/ou triglycérides > 2 g/L)
- Syndrome des ovaires polykystiques
- Tabagisme

2.3 Complications possibles

Type de complication	Exemples	Prévention
Microvasculaires	Rétinopathie diabétique Néphropathie diabétique	Contrôle glycémique Contrôle tensionnel Examen annuel
Macrovasculaires	Maladie coronarienne Accident vasculaire cérébral	Arrêt tabac Antidiabétiques Contrôle glycémique Activité physique
Autres	Infections Problèmes de cicatrisation Problèmes de pieds	Hygiène régoureuse Soins des pieds quotidiens Bilans dentaires

3. Tests de dépistage et diagnostic

3.1 Glycémie à jeun

La glycémie à jeun est le dosage de la concentration de glucose dans le sang après un jeûne d'au moins 8 heures. C'est l'examen de première intention pour le dépistage du diabète.

Conditions de prélèvement :

- Jeûne strict de 8 à 12 heures (eau autorisée)
- Prélèvement veineux de préférence le matin
- Éviter les efforts physiques intenses la veille

Interprétation des résultats :

Résultat	Glycémie à jeun	Signification
Normal	< 1,10 g/L (6,1 mmol/L)	Pas de diabète
Hyperglycémie modérée à jeun	> 1,25 g/L (6,1 à 6,9 mmol/L)	Risque accru de diabète
Diabète	≥ 1,26 g/L (7,0 mmol/L) à deux reprises	Diabète confirmé

Laboratoire CBA - Centre de Biologie et d'Analyses

Expertise en diabétologie et endocrinologie | Tél: 05 28 21 21 21 | contact@cba.ma

Dernière mise à jour : 19/11/2025