

# 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 précoces permettent de prévenir ou de retarder les complications.

## 2. Comprendre le diabète

### 2.1 Types de diabète

Type	Description	Âge de survenue	Traitement
<b>Diabète de type 1</b>	Maladie auto-immune détruisant les cellules bêta du pancréas	Enfance et jeunesse	Insuline obligatoire
<b>Diabète de type 2</b>	Résistance à l'insuline et déficit relatif en insuline	Adulte (souvent après 40 ans)	Régime, activité physique, antidiabétiques oraux, parfois insuline
<b>Diabète gestationnel</b>	Hyperglycémie apparaissant pendant la grossesse	Femmes enceintes	Régime, activité physique, parfois insuline
<b>Autres types spécifiques</b>	Maladies du pancréas, génétiques, ou induites par d'autres 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
<b>Microvasculaires</b>	Rétinopathie diabétique Néphropathie diabétique Neuropathie diabétique	Contrôle glycémique strict Contrôle tensionnel Examen annuel
<b>Macrovasculaires</b>	Maladie coronarienne Accident vasculaire cérébral Artérite des membres inférieurs	Arrêt du tabac Contrôle des lipides sanguins Activité physique
<b>Autres</b>	Infections Troubles de la cicatrisation Problèmes de vision	Hygiène rigoureuse 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
<b>Normal</b>	< 1,10 g/L (6,1 mmol/L)	Pas de diabète
<b>Hyperglycémie modérée à jeun</b>	1,10 à 1,25 g/L (6,1 à 6,9 mmol/L)	Risque accru de diabète
<b>Diabète</b>	≥ 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](mailto:contact@cba.ma)

Dernière mise à jour : 19/11/2025