

Les complications cardiovasculaires du diabète

Le diabète peut entraîner des complications cardio vasculaires (troubles cardiaques, vasculaires ou artériels) car il altère aussi les gros vaisseaux sanguins (artères du cou, des jambes, du cœur...). Les complications du coeur et des artères sont 2 à 3 fois plus fréquentes chez les diabétiques que dans le reste de la population.

Qu'est-ce que c'est ?

Causes

Des dépôts de graisse (**plaques d'athérome**) se forment sur les parois internes des artères et s'étendent. L'hypertension, associée à une alimentation trop riche en graisses, accélère ce dépôt. Avec le temps, ces plaques tendent à se durcir en devenant fibreuses et en se calcifiant (**athérosclérose**).

Conséquences

Elles peuvent alors se casser ou former des caillots (**thrombose**) qui finissent par obstruer l'artère. La « **thrombose coronaire** », par exemple, est la formation d'un **caillot dans les artères** qui irriguent le cœur. Elle peut conduire à l'**infarctus du myocarde (crise cardiaque)**. Or, l'excès de sucre dans le sang favorise la formation de caillots.

Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de mortalité en France.

Quels sont les risques ?

Si l'**hypertension est permanente** (au delà de 14/8 de pression artérielle), le cœur (muscle qui pompe le sang et l'envoie dans les artères) travaille plus intensément; il s'hypertrophie (devient trop musclé !) et se fatigue. Avec une pression élevée, les artères subissent des **contraintes mécaniques plus fortes** et peuvent se rompre, entraînant par exemple un accident vasculaire au niveau du cerveau, c'est l'accident vasculaire cérébral ou "AVC".

Quelle prévention ?

Le diabète est donc **en soi un facteur de risque** cardiovasculaire. Si le patient diabétique présente plusieurs facteurs de risques associés, son médecin lui prescrira un **bilan cardiologique annuel**. Si l'on ne peut rien contre les facteurs de risque dit « non modifiables » : l'hérédité, l'âge, le sexe (les hommes sont plus touchés que les femmes), on peut cependant agir efficacement.

En effet, équilibre du diabète et actions contre les autres facteurs de risque cardiovasculaire (hypertension artérielle, obésité, sédentarité, tabagisme, cholestérol...) font partie du traitement et constituent les éléments d'une bonne prévention.

Le syndrome métabolique

Le syndrome métabolique se caractérise par des modifications qui conduisent à un certain nombre de facteurs de risque cardiovasculaire. Lié à une **augmentation de la graisse abdominale** avec **surpoids** ou **obésité**, il se traduit par une **résistance à l'insuline**. Secondairement, un défaut d'adaptation de la sécrétion d'insuline, dont les besoins sont accrus, va conduire à l'apparition d'une hyperglycémie puis d'un diabète. Ce syndrome s'accompagne également d'apparition d'une hypertension artérielle, de troubles lipidiques :

- baisse du bon cholestérol, le HDL cholestérol,
- augmentation du mauvais cholestérol, LDL cholestérol,
- augmentation d'autres graisses dans le sang comme les triglycérides

Il existe aussi des **phénomènes inflammatoires**, probablement dus à la sécrétion par le tissu graisseux de ces messagers de l'inflammation. Tous ces facteurs sont des facteurs de risque de développer des complications cardiovasculaires. La sédentarité, le stress et surtout le tabac peuvent aussi participer à ces phénomènes.