Diabète de type 2 : la HAS privilégiant les thérapies non médicamenteuses

Les récentes avancées dans la gestion du diabète de type 2, particulièrement les approches non médicamenteuses telles que l'activité physique, la nutrition, la sédentarité, ont démontré leur efficacité. La Haute Autorité de Santé (HAS) a émis de nouvelles recommandations. Celles-ci s'adressent à la population générale que des personnes âgées (personnes de plus de 75 ans) souffrant d'insuffisance cardiaque, de maladies rénales chroniques, ou à risque de le devenir (ou souhaitant le devenir).

La HAS place désormais les interventions non médicamenteuses comme traitement de première intention, dès le diagnostic. Ces mesures, maintenues à long terme, incluent :

Un programme nutritionnel pour améliorer le contrôle glycémique.

Une activité physique adaptée au niveau du patient, bénéfique pour la sensibilité à l'insuline et la réduction des risques de progression de la maladie et de complications cardiovasculaires. Elle est considérée comme une véritable thérapie et est recommandée avec des recommandations spécifiques.

Ces modifications de mode de vie doivent être accompagnées de l'éducation thérapeutique du patient et de la prise en compte du mode de

socio-économique du patient. Si ces modifications ne suffisent pas, une prise en charge médicamenteuse est alors proposée, en tenant compte des comorbidités, des facteurs de risques et des préférences du patient.

La prescription de certains traitements antidiabétiques ayant prouvé des effets protecteurs cardiovasculaires et rénaux doit également prendre en compte ces effets, en plus de la recherche de l'équilibre glycémique.

La HAS insiste sur une prise en charge globale et individualisée, adaptée au profil, aux besoins et aux préférences du patient, combinant thérapies non médicamenteuses et médicamenteuses. Étant donné la nature chronique et évolutive du diabète de type 2, la prise en charge doit être régulièrement réévaluée pour répondre aux besoins changeants des patients et améliorer leur qualité de vie.

Pour aider les professionnels de santé, la HAS publie une synthèse illustrée de la stratégie thérapeutique, incluant un outil pour aider au choix des traitements médicamenteux. L'actualisation du parcours de soins pour les patients atteints de diabète de type 2 est prévue pour la fin de l'année.