

FICHE CONSEILS

DIABÈTE GRAVIDIQUE : CONSEILS ET SUIVI AU COMPTOIR

Le diabète gestationnel ou gravidique est l'une des principales complications de la grossesse qui touche une proportion importante de femmes. Ces grossesses sont considérées comme plus risquées. Ces futures mamans doivent être accompagnées avec empathie et professionnalisme par le pharmacien d'officine, qui peut leur apporter des conseils adaptés et les rassurer.

01



Revoir les fondamentaux

- La définition de l'OMS : le diabète gestationnel est *"un trouble de la tolérance glucidique conduisant à une hyperglycémie de sévérité variable, débutant ou diagnostiqué pour la première fois pendant la grossesse, quels que soient le traitement nécessaire et l'évolution dans le post-partum"*.
- Le fonctionnement de la pathologie : la grossesse est caractérisée par une modification du métabolisme glucidique qui permet la nutrition adéquate de la mère et du fœtus. Les femmes enceintes présentent une insulino-résistance, qui est compensée par une sécrétion insulinique plus importante. Le diabète gestationnel intervient quand ce mécanisme compensatoire ne s'enclenche pas, ce qui induit une augmentation de la glycémie.
- Les facteurs de risque : l'âge, le surpoids, les antécédents familiaux de diabète de type 2 ou le fait d'avoir été affectée par un diabète gestationnel lors d'une précédente grossesse.

Plus de 8 %
des femmes enceintes
en France auraient
un diabète gestationnel.
Ce sont en tout plus
de 50 000 femmes
tous les ans.

02



Comprendre la prise en charge

- La prise en charge est pluridisciplinaire, faisant intervenir sages-femmes, gynécologues, diabétologues, diététiciens... Le pharmacien a aussi un rôle important à jouer pour soutenir et conseiller les patientes.
- Une alimentation adaptée est cruciale. La prise en charge nutritionnelle constitue le traitement de première intention du diabète gestationnel.
- On pourra envisager la prise de médicaments si les objectifs glycémiques ne sont pas atteints après une dizaine de jours de suivi des règles hygiénodiététiques. **L'insulinothérapie** est possible et à adapter en fonction de chaque patiente.
- Les femmes devront, quoi qu'il en soit, pratiquer l'autosurveillance glycémique.

03

Informers la patiente sur la maladie

- Répondre aux questions : les patientes comptent sur le pharmacien pour obtenir des informations sur sa maladie. À l'annonce de cette pathologie, il n'est pas toujours aisé de bien retenir le discours du médecin. Le pharmacien peut faire le point sur leurs connaissances lors de la délivrance du traitement.
- Donner des conseils sur l'autosurveillance glycémique : le pharmacien doit savoir bien expliquer l'utilisation du lecteur de glycémie avec ces différents composants et répondre aux questions sur son fonctionnement.

04

Donner des conseils hygiénodietétiques adaptés

- Bien adapter son alimentation doit être la première étape à suivre pour les patientes. Le pharmacien peut les conseiller en rappelant quels sont les besoins alimentaires journaliers, et quels produits il convient de privilégier ou d'éviter.
- Recommander l'arrêt du tabac en proposant si besoin un traitement de substitution nicotinique. Rappeler que la consommation d'alcool doit aussi cesser.
- Si le lien entre activité physique et réduction du risque de diabète gestationnel n'est pas clair, on peut rappeler aux femmes qu'une pratique sportive adaptée est dans tous les cas conseillée pour limiter la prise de poids pendant la grossesse et prévenir les maladies cardiovasculaires et métaboliques.

05

Actualiser ses connaissances régulièrement

- Société francophone du diabète : www.sfdiabete.org
- Fédération française des diabétiques : www.federationdesdiabetiques.org/information/diabete-gestationnel
- Rapport de la Haute autorité de santé : www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/diabete_gestationnel_synth.pdf

QUIZ

01

Pour une absorption rapide de l'insuline avant le repas, mieux vaut choisir d'injecter l'insuline dans :

- A.** Le bras
- B.** La cuisse
- C.** Les fesses

02

Quel pourcentage des cas de diabète gestationnel serait un diabète de type 2 méconnu ?

- A.** 8 %
- B.** 10 %
- C.** 15 %

03

On admet qu'il y a diabète gestationnel si la glycémie à jeun est supérieure à :

- A.** 0,92 g/l
- B.** 1,10 g/l
- C.** 1,26 g/l

04

Si l'on veut suivre les recommandations nutritionnelles adaptées, de quel pourcentage de glucides doit-être composée l'alimentation ?

- A.** 40 %
- B.** 55 %
- C.** 60 %

05

Les antidiabétiques oraux n'ont pas d'autorisation de mise sur le marché pour une utilisation pendant la grossesse.

- A.** Vrai
- B.** Faux

RÉPONSES

- 01.** Réponse A - **02.** Réponse C - **03.** Réponse A
04. Réponse B - **05.** Réponse A