

## L'insuline dans le diabète de type 2

**Dans le diabète de type 2, les injections d'insuline sont parfois utiles. Et moins difficiles à faire qu'on l'imagine parfois.**

### L'insuline souvent utile

- À la longue, le diabète de type 2 évolue naturellement vers une augmentation du taux de sucre dans le sang (glycémie). Un traitement par *insuline* peut être proposé lorsque le traitement par comprimés ne permet pas d'atteindre une hémoglobine glyquée (HbA1c) comprise entre 7 % et 7,5 % (a).
- Le traitement par *insuline* a pour but d'éviter la soif, les urines abondantes et la fatigue dues à l'excès de sucre et de diminuer le risque de déshydratation et de coma. On ne sait pas s'il diminue aussi le risque de certaines complications retardées du diabète, notamment l'atteinte des reins et des yeux.
- Il est plus prudent d'ajouter au traitement de l'*insuline*, plutôt que des médicaments à l'efficacité mal démontrée, ou ayant des effets indésirables graves.

### Des injections simples, non douloureuses, réalisables soi-même

- Les diverses insulines sont présentées dans des stylos injecteurs dont les aiguilles sont très fines. L'injection est peu douloureuse : moins douloureuse, par exemple, que les piqûres faites au bout des doigts pour vérifier la glycémie.
- Les stylos injecteurs sont faciles à utiliser. Quelques minutes suffisent généralement pour apprendre à réaliser soi-même les injections. Il n'est pas nécessaire d'être hospitalisé pour commencer un traitement par *insuline*.

### Pas si compliqué

- Le plus souvent, le traitement comporte la poursuite d'un antidiabétique en comprimés (comme la *metformine*) et une seule injection d'*insuline* par jour, souvent le soir, mais sans horaire contraignant. Oublier une injection n'a pas de conséquence grave. Les règles alimentaires à suivre sont les mêmes que pour un traitement par voie orale : ni plus strictes, ni moins strictes.

- L'*insuline* se conserve à température ambiante pendant un mois, et l'injection peut être réalisée hors de chez soi. Un traitement par *insuline* n'empêche donc pas les voyages.

### Faire un essai avec l'insuline

- Lorsqu'elle est bien utilisée, l'*insuline* provoque peu d'effets indésirables. Dans le diabète de type 2, elle provoque parfois des malaises par manque de sucre (hypoglycémie), le plus souvent sans gravité : environ une fois par mois ou par trimestre. L'*insuline* provoque souvent une prise de poids, généralement inférieure à 5 kg.
- Il est possible d'essayer l'*insuline* pendant quelques semaines ou quelques mois, et de l'arrêter ensuite si les contraintes semblent trop importantes. Dans les expérimentations, lorsque 10 personnes ont essayé le traitement par *insuline* + antidiabétique en comprimés, seulement 1 ou 2 ont ensuite souhaité l'arrêter.

©Prescrire - juillet 2016

*a- L'insuline est une hormone antidiabétique provenant du pancréas. Elle abaisse le taux de glycémie (sucre) et favorise l'utilisation du glucose par les tissus.*

**Sources** • "4-1. Patients diabétiques" *Rev Prescrire* 2015 ; 35 (386 suppl. Interactions médicamenteuses). • "Diabète de type 2 et objectif d'HbA1c" *Rev Prescrire* 2016 ; 36 (390) : 290. • "Traitement hypoglycémiant du diabète de type 2 (suite)" *Rev Prescrire* 2014 ; 34 (374) : 911-923. • "L'insuline dans le diabète de type 2. Deuxième partie. Modalités pratiques du traitement par insuline dans le diabète de type 2" *Rev Prescrire* 2005 ; 25 (262) : 443-449.