

La prévention de la perte de la vue et le diabète

Résumé en langage simple

Diabète Canada croit que les personnes vivant avec le diabète devraient avoir accès aux meilleurs renseignements disponibles pour guider leurs choix en lien avec la gestion de leur diabète. En effet, être au fait des plus récentes recherches et recommandations sur la rétinopathie diabétique les aidera à éviter le risque de perdre la vue.

Contexte

La rétinopathie diabétique est une maladie de l'œil qui peut entraîner la perte de la vue chez les personnes qui ont le diabète de type 1 ou de type 2. Il s'agit de la cause la plus fréquente à l'origine des cas de cécité légale observés chez les personnes de 20 à 64 ans. Les personnes vivant avec le diabète courent 25 fois plus de risque de perdre la vue que la population générale. La perte de la vue causée par la rétinopathie diabétique est liée à une augmentation des chutes, des fractures de la hanche et des décès. Au Canada, le coût du traitement de la rétinopathie diabétique a été estimé à 250 millions de dollars en 2020. Puisque le nombre de Canadiennes et Canadiens qui ont le diabète augmente, le fardeau de la rétinopathie diabétique deviendra de plus en plus lourd pour la société et l'économie.

Plusieurs facteurs accroissent le risque de rétinopathie diabétique : la durée du diabète, un taux d'A1c plus élevé que la plage cible, l'hypertension artérielle, des taux inadéquats d'un ou de plusieurs types de gras (lipides) dans le sang, une faible numération des globules rouges (anémie), le fait d'être enceinte et d'avoir un diabète de type 1, et des taux élevés de protéines dans l'urine. Gérer et traiter efficacement ces facteurs peut ralentir les dommages causés par la rétinopathie diabétique.

Plus d'un tiers des personnes vivant avec une rétinopathie diabétique non traitée développeront une cécité légale, et près de 30 % d'entre elles développeront une perte de vision grave dans les 3 ans. La rétinopathie diabétique précoce ne présente souvent aucun symptôme. Les gens découvrent qu'ils en sont atteints seulement lors d'un dépistage ou d'un examen médical courant. Un dépistage plus fréquent et régulier de la rétinopathie diabétique est associé à une meilleure vision pour les personnes vivant avec le diabète. Malheureusement, au Canada, beaucoup de gens ne se font pas dépister pour la rétinopathie diabétique. Cela pourrait être parce qu'ils n'ont pas accès à un professionnel des soins la vue (p. ex., un optométriste ou un ophtalmologiste) dans leur région, ou qu'ils ne peuvent pas en voir un pour d'autres raisons, comme des problèmes de santé. Les personnes qui ont le diabète pourraient

aussi ne pas être au courant de l'importance de se faire dépister. Ainsi, une communication fréquente et ouverte avec l'équipe soignante sur la manière, le moment et le lieu du dépistage de la rétinopathie diabétique est essentielle pour gérer le diabète de manière optimale.

En plus du dépistage, des comportements sains qui aident à gérer la glycémie et la tension artérielle, comme la pratique régulière d'une activité physique et une alimentation saine, peuvent réduire la rétinopathie diabétique.

Considérations

Le dépistage de la rétinopathie diabétique est efficace et peu coûteux comparativement aux programmes gouvernementaux visant les personnes en situation de handicap qui seraient offerts aux gens qui perdent la vue. Cependant, le dépistage est efficace seulement si les gens concernés peuvent accéder aux services de traitement de la rétinopathie diabétique après le diagnostic. Or, certaines communautés canadiennes ont de la difficulté à accéder aux services de soins de santé tels que le dépistage et le traitement de la rétinopathie diabétique. Par conséquent, comparativement aux autres Canadiennes et Canadiens, les personnes vivant dans les communautés nordiques, éloignées et rurales, ainsi que les Autochtones canadiens et les minorités visibles, sont beaucoup plus touchés par la perte de la vision causée par la rétinopathie diabétique. Les stratégies pour accroître le dépistage de la rétinopathie diabétique devraient tenir compte des besoins locaux, car l'accès aux services est inégal au Canada.

Recommandations

1. Les fournisseurs de soins de santé devraient inclure le dépistage, la prévention et le traitement de la rétinopathie diabétique dans les soins courants de leurs patients vivant avec le diabète.
2. Les fournisseurs de soins de santé devraient informer les personnes vivant avec le diabète de l'importance du dépistage de la rétinopathie diabétique dans le cadre de l'autogestion du diabète. Il s'agit notamment de partager des informations sur les complications du diabète liées à la vision dans un langage que leurs patients comprennent.
3. Les personnes vivant avec le diabète de type 1 ou de type 2 devraient passer un examen complet de la vue. Elles devraient aussi discuter de la fréquence recommandée de cet examen avec leur équipe soignante.
4. Les personnes qui ont le diabète de type 1 ou de type 2 devraient parler régulièrement avec leurs fournisseurs de soins de santé de leur plan de soins du diabète, notamment de l'alimentation, de l'exercice et des médicaments.
5. Les personnes vivant avec le diabète de type 1 ou de type 2 devraient continuer à gérer

leur diabète afin de prévenir ou de retarder l'apparition de complications liées au diabète, entre autres la perte de la vue.

Les gens qui souhaitent obtenir plus d'information peuvent consulter l'énoncé de position de Diabète Canada intitulé *Sight Loss Prevention and Diabetes* (en anglais seulement). Ce document présente un aperçu des données probantes les plus récentes sur l'impact de la perte de la vue causée par la rétinopathie diabétique.

Date de publication : mars 2022

Citer comme suit : La prévention de la perte de la vue et le diabète : résumé. Ottawa : Diabète Canada; 2022.

Pour plus d'information : veuillez consulter www.diabetes.ca.

Contact : advocacy@diabetes.ca pour toute question à propos de cet énoncé de position de Diabète Canada