

## LE DIABÈTE SUCRÉ



≠



Maladies métaboliques  
Diabète de type 1  
Diabète de type 2  
Hypertension diabétique  
Hyperlipidémie  
Hypercholestérolémie  
Hyperlipoprotéinémie  
Hyperuricémie  
Rétinopathie diabétique  
Neuropathie diabétique  
Complications dermatologiques  
Cardiopathie diabétique  
Maladie cérébrale diabétique  
Néphropathie diabétique  
Infections opportunistes  
Syndrome X

# LE DIABÈTE SUCRÉ

*Le diabète sucré est un groupe de syndromes métaboliques anormaux caractérisés par un taux de glucose dans le sang (glycémie) chronique (à long terme) élevé associé à des facteurs héréditaires, environnementaux, immunologiques et d'autres interférents.*

*La pathophysiologie de base du diabète sucré est un métabolisme anormal du sucre, des protéines, des matières grasses, de l'eau, et d'autres substances en raison de l'insuffisance d'insuline relative ou absolue, ou à la faible sensibilité des cellules-cibles de l'insuline (défaut du récepteur).*

*Les manifestations cliniques les plus fréquentes sont le groupe suivant de symptômes connus comme «les trois excès et une perte »:*

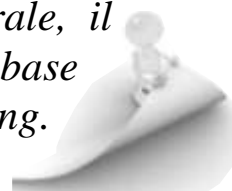
- *Polydipsie (soif excessive)*
- *Polyphagie (appétit excessif)*
- *Polyurie (miction excessive)*
- *Perte de poids (relative ou absolue)*

*Dans les cas graves, il peut y avoir une acidocétose diabétique ou un coma hyperosmolaire non cétosique.*

*Toutefois, un nombre significatif de patients ne présente aucun des symptômes ci-dessus typiques ("trois excès et une perte") pendant une longue période de temps, ce qui signifie que le diagnostic de diabète sucré ne peut être fait avant que des dommages graves sur un organe se produisent. La classification du diabète sucré faite en 1997 par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) est la suivante :*

- *Diabète de type I*
- *Diabète de type II*
- *D'autres types spécifiques de diabète (diabète gestationnel, etc.)*

*En médecine occidentale, le diabète sucré est principalement attribuable à la susceptibilité héréditaire et aux facteurs environnementaux, qui sont souvent liés. Une glycémie élevée est le principal marqueur dans le diagnostic du diabète sucré. Il est également l'un des principaux paramètres d'évaluation de l'efficacité du traitement. En règle générale, il n'est pas difficile de diagnostiquer un diabète sucré sur la base de symptômes cliniques et les niveaux de glucose dans le sang.*





*Dans les cas où les symptômes diabétiques sont présents et que la glycémie légèrement surélevée ne remplit pas encore les critères de diabète sucré, il est nécessaire d'effectuer le test de tolérance au glucose oral pour confirmer le diagnostic.*

*Le diabète est souvent accompagné de troubles du métabolisme des graisses, ce qui signifie que le taux de cholestérol du patient doit être surveillé. Le taux de cholestérol peut refléter l'état de la maladie et être utilisé pour réguler l'alimentation du patient. En outre, des tests courants de la protéinurie sont utiles pour diagnostiquer la néphropathie diabétique dès le début.*

*Le traitement complet et la prévention du diabète comprend principalement les cinq aspects suivants:*

- *L'éducation du patient*
- *La thérapie diététique*
- *Les exercices*
- *La thérapie pharmaceutique*
- *La surveillance de la glycémie*



*Les principaux agents hypoglycémisants oraux*

*couramment utilisés dans la pratique sont les sulfonylurées, biquanides, inhibiteurs de la glucosidase, les thiazolidinediones, et les dérivés de l'acide benzoïque. Ces médicaments sont pris seuls ou combinés selon le type de diabète et les besoins des patients. Par exemple, les sulfonylurées sont appropriés pour le diabète de type II et non pour le diabète de type I, et les inhibiteurs de la glucosidase et les biquanides sont utilisés à la fois pour les diabètes de type II et le diabète de type I. En outre, il est important de noter que tous les patients atteints de diabète de type I ou diabète gestationnel doivent recevoir un traitement par insuline.*

*Les produits pharmaceutiques peuvent être très efficaces pour abaisser le taux de glucose. Cependant, un certain nombre d'effets secondaires sont généralement identifiés, dont la perte d'effet du médicament, l'hypoglycémie, la perte/prise de poids, la fatigue et les complications de la glycémie.*



# EN CAS DE DIABÈTE QUE FAIRE?



## 1. Urgence biomédecine

Si les conditions suivantes sont rencontrées, orientez-vous vers des soins biomédicaux dans les plus brefs délais:

- Diabète de type I
- Diabète gestationnel (pendant la grossesse)
- Complications diabétiques chroniques multiples, aigu ou grave (i.e. cétose ou acidocétose ou acidose lactique diabétiques, coma, hypoglycémie grave)
- Diabète avec divers facteurs de stress (c'est à dire une infection, une intervention chirurgicale, une blessure externe,...)



## 2. Diagnostic simple médecine chinoise

Vous pouvez exposer une glycémie élevée (à jeun ou après un repas) ou une tolérance anormale au glucose, mais pas de manifestations cliniques typiques. Vous devez être conscients de la pluralité des formes et de la complexité des symptômes à un stade précoce, ce qui signifie que la maladie peut se manifester différemment chez chacun.

Les symptômes typiques du diabète sucré sont polydipsie, polyphagie, polyurie, et la perte de poids. Cependant, le diabète sucré atypique peut se manifester par des **rhumes récurrents, infections urinaires persistantes, infections de la peau**, fatigue, aphtes récurrents, vision réduite, palpitations, **perte d'appétit, distension abdominale, gain de poids de 4 kg ou plus, etc.**

Si vous avez des antécédents familiaux de diabète ou des antécédents personnels de pancréatite ou de cholécystite, plus de 40 ans et en surpoids, il est important de vérifier le niveau de glucose dans le sang annuellement ou semestriellement afin de révéler le diagnostic probable du diabète sucré au plus tôt.

La médecine chinoise a une longue histoire dans la prévention et le traitement du diabète par une série de méthodes de traitement cliniquement efficaces. Leurs effets peuvent améliorer les symptômes cliniques tout en prévenant et traitant les complications. Des études récentes ont montré que **les plantes médicinales chinoises agissent pour traiter le diabète et ses complications avec un effet de synergie, au lieu de se contenter de réguler la glycémie et la sécrétion d'insuline.**



# LES ORIGINES DU DIABÈTE SUCRÉ SELON LA MÉDECINE CHINOISE

Le diabète sucré, maladie « occidentale », correspond à Xiao Ke «perte-soif» ou «dispersion soif») dans la médecine chinoise (MTC). Le Canon Interne de l'Empereur Jaune, ouvrage fondamental de la MTC, déclare que la déficience prénatale, la faiblesse des cinq organes Zang\*, le déséquilibre émotionnel, la consommation excessive d'aliments gras et sucrés, le poids corporel excessif, et d'autres facteurs critiques sont tous liés au développement de Xiao Ke.

Les experts chinois ont donc décrit six étiologies principales:

## *(1) Déficience du Yin constitutionnel et faiblesse des cinq organes*

Cette déficience comprend une insuffisance innée, la faiblesse des cinq organes Zang, ou la production insuffisante de liquides physiologiques. Les anciens experts médicaux ont particulièrement insisté sur l'importance de la déficience des Reins (innée) et de la Rate (acquise, ±système digestif) dans l'apparition du diabète sucré.

## *(2) Les irrégularités alimentaires et l'obésité*

La consommation excessive à long terme d'aliments gras et sucrés, l'obésité et la consommation d'alcool endommagent la Rate et l'Estomac. Les troubles de la Rate et de l'Estomac dans le transport et la transformation (du Qi sous toutes ses formes) provoquent l'accumulation de chaleur interne qui consomme les liquides Yin, ce qui conduit à une déficience en liquides physiologiques, favorable au développement du diabète sucré.

## *(3) Stress mental et déséquilibre émotionnel*

À long terme le stress, le déséquilibre émotionnel, la colère endommagent le Foie, et le dysfonctionnement qui en résulte provoque des troubles de la dynamique du Qi (±énergie). La stagnation du Qi se transforme en feu qui consomme le Poumon, l'estomac, et le Yin des Reins. La pensée excessive provoque la stagnation du Qi du Cœur et provoque un feu (dû à la

*(Suite page 6)*



\* Zang fu : organes et entrailles en médecine traditionnelle chinoise. Cette théorie fournit un panorama des relations fonctionnelles qui intègre absolument toutes les fonctions du corps, les émotions, les activités mentales, les tissus, les organes des sens et les influences extérieures. Pour comprendre ce que sont le Foie, le Cœur, la Rate, le Poumon, et les Reins, il est préférable de se débarrasser intégralement des concepts occidentaux de viscère.

contrainte) qui consomme l'Essence (Jing) et le Sang du Cœur et de la Rate, brûle les fluides Yin de l'Estomac et des Reins, menant au diabète sucré.

#### *(4) Contraction externe d'agents pathogènes*

La sécheresse, le feu, le vent, la chaleur ou les agents pathogènes (« pervers ») toxiques attaquent les organes Zang-Fu et la chaleur sèche blesse les liquides organiques, donnant lieu à un diabète sucré.

#### *(5) L'apport de substances médicamenteuses à long terme mène à la sécheresse et endommage les liquides organiques*

Dans les temps anciens, à l'époque des Sui et des Tang, les gens prenaient souvent des substances pour augmenter le désir sexuel ou pour améliorer la longévité. Ces plantes médicinales peuvent produire de la chaleur sèche qui endommage le Yin, et donc conduire au développement d'un diabète sucré.

#### *(6) La consommation d'alcool à long terme et l'indulgence sexuelle*

La consommation à long terme ou excessive d'alcool endommage la Rate-estomac et conduit à l'accumulation de chaleur qui consomme les fluides corporels. L'excès d'activité sexuelle (y compris la masturbation ou toute autre activité qui mène à l'éjaculation chez les hommes et l'orgasme chez les femmes) altère l'Essence des Reins et donne lieu à une chaleur par déficience (chaleur vide), ce qui consomme les fluides Yin et peut éventuellement conduire à un diabète sucré.

Le mécanisme pathogène est donc le suivant :

- (1) Dans la première phase, il y a consommation des fluides Yin physiologiques et une intense chaleur sèche.
- (2) Dans la phase intermédiaire, l'évolution de la maladie se prolonge, le Qi (énergie) et le Yin (liquides physiologiques) sont endommagés, et il y a une obstruction et stase des vaisseaux et méridiens.
- (3) Au cours de la phase tardive, la déficience du Yin affecte le Yang, conduisant à la déficience de Yin-Yang.



# DÉFIS ET SOLUTIONS

Le diabète sucré est une maladie opiniâtre avec diverses manifestations cliniques. Les symptômes comprennent "les trois excès et une perte excessive" (soif, faim, miction excessives et perte de poids), même si la plupart des patients ne présentent pas tous ces symptômes. Un patient peut n'avoir qu'un seul des symptômes suivants :

- \* Glycémie élevée ou tolérance anormale au glucose sanguin
- \* Fatigue
- \* Démangeaisons de la peau
- \* Rhumes récurrents
- \* Infections récurrentes des voies urinaires...

Une fois le diagnostic de diabète sucré déterminé, la plupart des patients ont besoin d'un traitement à vie, à l'exception de certains patients dont l'état peut être contrôlé par la thérapie alimentaire, l'exercice et la médecine chinoise.

De nombreuses questions concernant le diabète nécessitent un examen attentif et l'observation. Les questions suivantes se posent souvent:

- \* Comment peut-on prévenir le diabète sucré et l'identifier à ses débuts?
- \* Comment peut-on contrôler la glycémie élevée persistante?
- \* Comment peut-on prévenir les complications chroniques ou ralentir leur développement?

## *Défi n°1: prévention et dépistage*

Il existe de nombreux facteurs étiologiques impliqués, à la fois internes et externes. Le Canon de l'Interne stipule ce qui suit:

«Pour que les pervers envahissent, le Qi doit être déficient. »

Afin de prévenir l'apparition du diabète sucré, ces facteurs doivent être éliminés le plus rapidement possible. Le dépistage précoce et **le traitement en médecine chinoise ont une énorme influence sur le pronostic.**

## *Défi n°2: Une glycémie élevée*

La glycémie instable peut nuire à l'organisme et peut même être mortelle. À long terme, la glycémie élevée peut accélérer le développement de la maladie et donner lieu à de multiples complications chroniques. Il est assez fréquent de ne voir aucune baisse du niveau de glucose dans le sang,

(Suite page 8)

malgré l'augmentation continue de la posologie des hypoglycémifiants. Des glycémies anormales peuvent être induites par de nombreux facteurs, notamment la constipation ou la diarrhée, la suralimentation ou la sous-alimentation, les infections, les facteurs émotionnels, l'insomnie, trop ou pas d'exercice, et les changements de mode de vie soudains. Les différents facteurs qui influent sur la glycémie doivent être envisagés de façon à ce que les causes puissent être résolues en temps opportun.

### *Défi n°3: Prévenir les complications*

Les complications chroniques liées au diabète peuvent diminuer la qualité de vie, ou même entraîner une invalidité ou la mort. Certains patients estiment que leur état est sous contrôle dès que leur taux de glycémie répond favorablement au traitement, mais le contrôle de la glycémie n'est qu'un aspect. Le cholestérol, l'hypertension artérielle, la glycosylation de l'hémoglobine, le poids corporel, et d'autres signes et symptômes associés doivent être aussi bien abordés.

L'effet thérapeutique de la médecine chinoise dépend d'une différenciation précise des syndromes selon l'état particulier de chaque patient. Les complications chroniques peuvent éventuellement être évitées grâce à l'application d'approches multiples et coopératives du traitement.

### *Défi n°4: Approches efficaces du traitement coopératif*

La médecine traditionnelle chinoise et la médecine moderne sont deux systèmes médicaux différents, où l'approche biomédicale se concentre davantage sur le traitement des symptômes. Les agents hypoglycémifiants ont l'avantage d'être plus forts et plus rapides à faire baisser le glucose avec des effets marqués. Mais l'utilisation à long terme de ces agents se traduit souvent par une perte d'efficacité secondaire. En outre, la plupart de ces agents ont certains effets secondaires indésirables.

**La médecine chinoise préconise un plan de traitement holistique fondée sur la différenciation des syndromes, une méthode avec des avantages certains pour la prévention et le ralentissement de la chronicité et des complications du diabète.**





# EFFICACITÉ DU TRAITEMENT COOPÉRATIF



La différenciation des syndromes est une méthode qui a des avantages certains pour la prévention et le ralentissement de la chronicité et des complications du diabète. Il a été démontré qu'en combinant les plantes médicinales chinoises avec les médicaments pharmaceutiques, on peut contrôler plus efficacement la glycémie et stabiliser l'état général, tout en réduisant les doses des hypoglycémifiants. Une approche coopérative des deux médecines permet d'éviter les limitations des deux systèmes tout en favorisant leurs avantages respectifs.

## *(1) la théorie et les traitements de la médecine traditionnelle chinoise*

Il existe de nombreux exemples dans la littérature classique chinoise médecine concernant le traitement des syndromes de maladies associées au diabète. Plusieurs décennies de recherche en Chine ont montré que les plantes médicinales qui vivifient le sang et dissipent la stase montrent des résultats positifs thérapeutiques dans la prévention et le traitement des complications chroniques du diabète. Il en est de même pour l'acupuncture et le Qi Gong (exercices chinois établis selon un protocole précis).

## *(2) Sélection de plantes médicinales et efficacité clinique*

Avec la MTC, il est possible de réguler l'insuline et les taux de glycémie, tout en favorisant la constitution physique générale du patient, afin d'éviter l'apparition de complications chroniques. Par conséquent, même si l'efficacité de la médecine chinoise pour abaisser la glycémie n'est pas aussi évidente, aussi longtemps que les autres aspects de la condition sont traités efficacement, la médecine chinoise a clairement une place dans le traitement du diabète.

## *(3) La recherche sur les complications diabétiques*

Les principales causes de décès chez les patients diabétiques sont généralement associées à des complications multiples ou sévères. Les effets de certains médicaments hypoglycémifiants ne sont pas encore tout à fait clairs, mais ils ont montré leur efficacité pour réduire le taux de mortalité, mais pas forcément les effets secondaires.

La médecine chinoise produit d'autres effets qui retentissent favorablement sur la constitution de l'individu, de façon globale et holistique.

## \* Moyens MIS EN ŒUVRE



L'Institut Wanxiang met à la disposition de chacun tous les outils développés par la médecine traditionnelle chinoise, c'est-à-dire une thérapie humaine, écologique, fonctionnelle, individuelle et personnalisée.

A chaque stade de votre évolution (prévention, traitement), vous trouverez un moyen adapté.

### LA MÉDECINE CHINOISE

Cette médecine très ancienne (plus de 4000 ans) constitue une part importante de l'héritage culturel chinois. Elle est actuellement pratiquée dans le monde entier pour les soins de première intention. Considérant l'être humain comme partie prenante de son environnement, elle examine le patient dans sa globalité. En cela, elle est soit une alternative raisonnable à la médecine moderne, soit complémentaire.

La médecine chinoise regroupe un ensemble de branches thérapeutiques, qui, combinées ou non, permettent de prévenir et traiter la maladie.

Parmi ces différentes thérapies on trouve:

- l'acupuncture-moxibustion
- le massage Tui Na
- la pharmacopée
- la diététique
- la psychologie
- le Qi Gong, ...



# Ateliers - stages

## Qi Gong (exercices chinois)

Art millénaire de gymnastique douce chinoise pour entretenir la forme et la santé. Sa pratique permet de développer et d'équilibrer la circulation de l'énergie vitale à l'intérieur des méridiens. Le Qi Gong du Mont E Mei développe le calme par un travail statique, et des exercices dynamiques. Le Qi Gong des Six Harmonies équilibre le système métabolique de tout le corps.

## Cure-retraite (la Voie du Tigre Blanc)

Un plan de 6 semaines pour guérir

- des **déséquilibres hormonaux, métaboliques** et en neurotransmetteurs :  
**diabète, obésité**, boulimie (**hyperphagie**), compulsions...
- des déséquilibres immunitaires et inflammatoires  
allergies alimentaires, sinusite chronique, asthme...
- des déséquilibres digestifs
- des déséquilibres des processus de détoxification  
fibromyalgie, contamination...
- des déséquilibres énergétiques (**fatigue chronique...**)
- des déséquilibres d'origine nutritionnelle

*La raison pour laquelle j'ai créé ce programme est de vous donner une expérience profonde de la rapidité avec laquelle vous pouvez vous sentir mieux, pour vous montrer comment la santé, l'énergie, la perte de poids, et même le bonheur sont à votre disposition lorsque vous utilisez la nourriture comme médecine et de faire quelques changements simples dans votre journée. Je vous encourage à voir cela comme la première étape d'une nouvelle voie de prendre soin de soi, de manger et de vivre d'une manière qui vous permet de prospérer pour le reste de votre vie. Ceci est la Voie du Tigre Blanc.*



## Le corps : un monde complexe

Les techniques des médecins chinois sont pratiquées depuis presque 4 000 ans, mais elles ont été perfectionnées à l'époque des Han, il y a 2 000 ans. Elles sont bien différentes des usages connus en Occident : elles ne visent pas à soigner les malades quand la douleur s'est installée, mais avant tout à préserver la bonne santé de chaque individu. Comment? En maintenant une harmonie entre tous les éléments du corps, mais aussi entre le corps et l'extérieur. Pour les Chinois, chaque corps est un monde très complexe, et son équilibre peut être perturbé par des éléments externes comme le vent, le froid, l'humidité ou la chaleur, et par des facteurs internes comme la colère, le chagrin, la joie, le souci ou la peur.

### Le diabète dès le VIIe siècle!

A l'origine, en Chine, le diabète était appelé xiaoke. Ce terme, qu'on peut traduire par "soif dissolvante", exprimait parfaitement la soif anormale éprouvée par certains diabétiques et l'énorme quantité d'urine qu'ils éliminent. Le *Livre de Médecine de l'Empereur jaune* (400 av. J.C) décrit longuement le diabète et observe avec pertinence « qu'un patient qui souffre du diabète a certainement l'habitude de consommer beaucoup de sucreries et de graisses. » Dès cette époque, les Chinois faisaient preuve d'une grande perspicacité dans le diagnostic du diabète. En Europe, ce n'est qu'en 1660 que Thomas Willis remarqua la saveur douce de l'urine des diabétiques, et la publication de cette observation date de 1679. En 1776, Matthew Dobson établit un lien entre cette saveur et le sucre, et il fallut attendre 1815 pour que ce sucre fût identifié comme du glucose.



Ce guide développe le point de vue et les moyens\* employés à l'Institut Wanxiang pour traiter et prévenir le diabète et ses complications, comme la rétinopathie, l'hypertension artérielle, les neuropathies etc. ainsi que les effets secondaires des traitements hypoglycémiantes ou de l'insuline comme l'hypoglycémie ou l'insulinorésistance.