

## TABAGISME ET DIABÈTE DE TYPE 2 : UN LIEN MÉCONNU

Les études épidémiologiques montrent un lien très clair entre tabagisme (actif ou passif) et risque de diabète de type 2.



**+ 37 à 44 %** de risque de développer un diabète de type 2.<sup>3</sup>



**Augmentation du risque d'intolérance au glucose et de perte de sensibilité à l'insuline.**



Risque identique entre hommes et femmes fumeurs.



Même une consommation faible représente déjà un risque important.

**Le tabagisme est aussi la 1<sup>re</sup> cause de mortalité chez les personnes atteintes de diabète.<sup>4</sup>**



L'arrêt du tabac montre une diminution progressive du risque en lien avec le nombre d'années sans tabac.

**Plus l'arrêt est précoce, plus la diminution du risque est importante.**

### VOUS PENSEZ PRÉSENTER UN RISQUE ?

Si vous ou une personne de votre entourage est fumeur, il est recommandé de faire un dépistage du diabète.

**Votre médecin traitant et votre pharmacien seront vos meilleurs alliés pour vous renseigner.**

### BESOIN D'AIDE POUR ARRÊTER DE FUMER ?

Le site [tabac-info-service.fr](http://tabac-info-service.fr) vous apporte des conseils pratiques sur les façons d'arrêter, des témoignages, des astuces pour ne pas craquer.

**De nombreux outils gratuits sont disponibles.**

**Au 3989, des tabacologues vous accompagnent dans votre arrêt du tabac.**

Pour identifier les tabacologues ou structures de tabacologie dans votre région, consultez l'annuaire de la Société Francophone de Tabacologie :

<http://societe-francophone-de-tabacologie.org/annuaire.php>



**Fédération Française des Diabétiques**

est une association de patients, au service des patients et dirigée par des patients. Avec son réseau d'environ 100 associations locales et de délégations, réparties sur l'ensemble du territoire et son siège national, elle a pour vocation de représenter les 4 millions de personnes atteintes de diabète.

Fondée en 1938, reconnue d'utilité publique en 1976 et agréée depuis 2007 par le Ministère de la santé pour la représentation des usagers, elle est totalement indépendante de toute institution publique, de tout organisme ou entreprise privée, et de toute corporation professionnelle.

### La Fédération Française des Diabétiques s'est donné 3 missions sociales :

- Informer, accompagner et prévenir : les personnes atteintes de diabète, leur entourage et toutes les personnes à risque.
- Défendre individuellement et collectivement les droits des patients. Le service social et juridique se tient à votre disposition. Vous pouvez lui envoyer un email à [juriste@federationdesdiabetiques.org](mailto:juriste@federationdesdiabetiques.org)
- Soutenir la recherche et l'innovation pour améliorer la qualité de vie des patients. Pour en savoir plus : [diabetelab.federationdesdiabetiques.org](http://diabetelab.federationdesdiabetiques.org)

**Invitez vos proches à faire le test sur [contrelediabete.fr](http://contrelediabete.fr)**



Brochure réalisée en partenariat avec la Société Francophone de Tabacologie et la Société Francophone du Diabète

## SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION DU DIABÈTE

**Une campagne sur les risques liés au tabac, c'est pas original.**



### Sauf quand elle parle de Diabète.

Le tabagisme est un facteur de risque pour le diabète de type 2.

**Testez vous en 30 secondes [contrelediabete.fr](http://contrelediabete.fr)**



Faites un don sur [www.federationdesdiabetiques.org](http://www.federationdesdiabetiques.org)

## QU'EST-CE QUE LE DIABÈTE DE TYPE 2 ?

Le diabète se caractérise par un taux de sucre trop élevé dans le sang. Lorsque nous mangeons, le sucre est la première source d'énergie pour que notre corps puisse fonctionner. Chez les personnes diabétiques, le sucre n'est pas correctement utilisé et stocké, il reste dans le sang.

Chez les personnes atteintes de diabète de type 2, l'insuline, hormone vitale de notre corps qui régule notre taux de sucre dans le sang, dysfonctionne. L'insuline agit mal et, au fil du temps, n'est plus produite en quantité suffisante pour réguler le taux de sucre dans le sang.

### PRÉDIABÈTE<sup>1</sup>

Situation où la glycémie à jeun est comprise entre 1,10 g/L et 1,25g/L.

### DIABÈTE<sup>1</sup>

Avéré lorsqu'à 2 reprises, le taux de sucre dans le sang à jeun est  $\geq 1,26$  g/L.



Diabète non diagnostiqué ou mal contrôlé



Vaisseaux sanguins et nerfs endommagés



Complications : cécité, insuffisance rénale, maladies cardiovasculaires...



≈ **4 millions** de personnes vivant avec le diabète sous traitements médicamenteux  
= **5,4 %** de la population

DES CHIFFRES EN CONSTANTE AUGMENTATION

### UNE MALADIE SILENCIEUSE

**90 %** des personnes diabétiques vivent avec un diabète de type 2 en France. C'est une maladie qui se développe pendant longtemps de manière silencieuse.

**10 ans** C'est l'estimation moyenne du retard au diagnostic de cette pathologie.

Il n'existe généralement aucun symptôme caractéristique dans les premiers temps, mais certains éléments doivent vous questionner. **Pour en savoir plus, faites le test.**

