



Mythes et réalités

sur la neuropathie diabétique douloureuse

Si vous souffrez de neuropathie diabétique douloureuse (NDD), ou si vous pensez l'avoir, la meilleure chose à faire, en plus de consulter votre médecin, serait de vous informer à ce sujet. Mais ce que vous lisez ou entendez à propos de la NDD peut ne pas être véridique. Une information erronée peut influencer sur votre attitude au sujet de la NDD ou vous empêcher de trouver le traitement adéquat pour vous.

Connaître les faits relatifs à la neuropathie diabétique douloureuse est important. Voici quelques mythes et réalités courants.

Mythe : La douleur neuropathique diabétique est très rare, il est peu probable que j'en souffre.

Réalité : Plus de 29,1 millions d'Américains et 3,4 millions de Canadiens souffrent de diabète et plus de la moitié éprouveront des lésions nerveuses en raison de leur diabète. Des millions de Nord-Américains diabétiques ne savent pas qu'ils en sont atteints! Certains d'entre eux présenteront des symptômes de douleurs aiguës, brûlantes ou lancinantes. Même si les symptômes semblent bénins au début, la lésion nerveuse peut empirer avec le temps et mener à de sérieux problèmes. Assurez-vous d'en parler à votre professionnel de la santé au premier signe d'un symptôme quelconque.

Mythe : Toutes les douleurs se ressemblent.

Réalité : Différents types de douleur existent. La douleur nerveuse diffère des autres types de douleur que vous pourriez ressentir. Elle diffère d'une douleur musculaire ou de celle d'une cheville foulée. Voilà pourquoi les produits qui soulagent votre mal de tête, votre douleur musculaire ou articulaire, ne seront pas efficaces pour la douleur aiguë, lancinante ou brûlante que cause la lésion nerveuse.

Mythe : La douleur que je ressens n'a pas de traitement efficace.

Réalité : Il existe un traitement efficace pour la douleur nerveuse, sans ordonnance. Parlez à votre professionnel de la santé.

Mythe : La douleur nerveuse est inconfortable et pénible, mais ne m'empêchera pas de vivre pleinement.

Réalité : De nombreuses personnes présentant les symptômes de la neuropathie diabétique douloureuse éprouvent des difficultés à marcher, travailler, ou participer à des activités sociales. La NDD comporte un risque majeur en cas de blessure au pied. Nombre de ceux qui souffrent de NDD éprouvent des engourdissements aux pieds. Ils ignorent qu'ils se sont blessés au pied, car ils ne ressentent rien.

Mythe : C'est de ma faute si je souffre de NDD; je n'ai pas géré adéquatement mon diabète.

Réalité : La NDD se produit souvent chez les personnes dont le diabète n'a pas été contrôlé pendant plusieurs années. Elle se produit également chez celles qui travaillent fort pour gérer leur diabète. La NDD n'est pas une punition et n'est certainement pas de votre faute. Ne perdez pas de temps à vous blâmer. Focalisez plutôt sur la gestion de votre maladie et la communication avec votre professionnel de la santé au sujet de modifications à votre style de vie et des options de traitement dont l'efficacité s'est avérée pour le soulagement de la douleur nerveuse liée au diabète.