

## LE DIABETE ET LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Avant de pouvoir accompagner un personne diabétique, vous vous devez de connaitre ce qu'est le diabète, quel en est la cause physiologique et émotionnelle.

Le diabète est une maladie qui empêche le corps d'utiliser correctement l'énergie fournie par les aliments ingérés. Par ailleurs, la maladie survient lorsque le pancréas ne sécrète plus d'insuline ou lorsque le corps devient résistant à l'insuline produite.

Lorsque nous mangeons, les aliments sont dégradés en glucose (sucre). Ce glucose fournit de l'énergie au corps afin qu'il puisse fonctionner correctement en puisant dans ses ressources. Pendant la digestion, le sang transporte le glucose dans tout le corps et vient alimenter les cellules. Cependant, pour que le sucre présent dans le sang puisse ensuite être transmis aux cellules, le corps a besoin d'insuline, une hormone sécrétée par le pancréas. L'insuline agit donc comme une clé permettant au glucose de passer du sang aux cellules de notre corps.

Chez les personnes diabétiques, une défaillance entre en jeu : le pancréas ne produit pas assez d'insuline pour remplir cette mission. Le glucose reste alors dans le

sang et ne peut pas passer dans les cellules. Il ne peut donc pas fournir d'énergie aux muscles du corps.

Si le glucose reste dans le sang, la glycémie augmente. À long terme, cela peut entraîner le dysfonctionnement et la détérioration de nombreux organes comme les yeux et les reins.

Il existe plusieurs types de diabète, c'est pourquoi il est important d'effectuer l'anamnèse de votre consultant avant de commencer votre protocole

### Le diabète de type I

Le diabète de type 1, ou diabète insulino-dépendant concerne environ 6 % des diabétiques, soit 190 000 personnes. C'est une maladie auto-immune qui se déclare souvent au cours de l'enfance ou de l'adolescence. Elle se caractérise par l'absence de sécrétion d'insuline par le pancréas.

Les causes de l'apparition de la maladie ne sont toujours pas précises. Certains scientifiques pensent que le diabète de type 1 est une maladie génétique qui a pour conséquence l'attaque de certaines cellules du pancréas. D'autres pensent qu'un virus pourrait être à l'origine de

la maladie et inciterait le système immunitaire à attaquer le pancréas.

Étant donné que les cellules du pancréas - chargées de sécréter l'insuline - sont détruites, une personne atteinte de diabète de type 1 nécessite un suivi et un traitement particuliers, et ce, à vie. Le traitement passe par des injections de doses d'insuline par stylo ou via une pompe à insuline.

### Comment se manifeste un diabète de type I ?

Le système endocrinien maintient l'équilibre des niveaux de sécrétions d'hormones de notre corps. Il joue un rôle important car il est responsable de la croissance des cellules et des organes.

L'insuline est une hormone sécrétée par le pancréas. Si cette sécrétion s'arrête, on développe alors un diabète de type 1, ou diabète insulino-dépendant. Le diabète de type 1 est une **maladie auto-immune** caractérisée par le fait qu'une partie du système immunitaire de l'organisme détruit les cellules bêta du pancréas. Ce dernier ne peut donc plus produire d'insuline.

Les symptômes du diabète de type 1 sont très nets. En effet, il s'agit des 3 « P » :

- Polydipsie : soif accrue
- Polyphagie : faim accrue
- Polyurie : fréquent besoin d'uriner

Ces symptômes sont souvent associés à une perte de poids importante, un manque d'énergie et des sensations de nausées.

## Le diabète de type II

Pour le diabète de type 2, le pancréas continue de sécréter de l'insuline mais l'organisme y est devenu résistant. Il touche en général les personnes en surpoids lorsqu'elles commencent à prendre de l'âge. Bien qu'il soit également appelé "diabète de la maturité", le diabète de type 2 est de plus en plus fréquent chez les enfants et les jeunes adultes à cause du mode de vie actuel (manque d'exercice, nourriture trop riche, etc.). Le diabète de type 2 est ainsi souvent considéré comme une maladie liée au style de vie. Cependant l'âge joue un rôle important, tout comme l'hérédité. Une personne dont un des parents développe ou à développer un diabète de type 2 est davantage susceptible de souffrir de diabète de type 2.

Le diabète de type 2 se soigne par une alimentation équilibrée et de l'exercice physique, mais aussi par des médicaments, souvent des antidiabétiques oraux. Dans

certains cas, l'injection d'insuline peut se révéler nécessaire.

## Comment se manifeste le diabète de type II ?

Le diabète de type 2 est plus difficilement décelable que le diabète de type 1.

En effet, les symptômes du diabète de type 2 sont plus lents à apparaître et dans de nombreux cas, il n'y a même aucun symptôme significatif. En plus des 3 « P » communs avec le diabète de type 1, la personne ressent souvent une sensation d'épuisement et de fatigue générale. Par ailleurs, les plaies cicatrisent plus lentement que chez les personnes non diabétiques.

À cause de l'apparition lente des symptômes, de nombreux diabétiques de type 2 ne sont pas dépistés à temps et des complications liées au diabète apparaissent souvent, notamment dues à l'hyperglycémie.

## Le diabète gestationnel

Le diabète gestationnel, aussi appelé « diabète de grossesse » est une maladie que les femmes peuvent

contracter au cours du 2<sup>e</sup> trimestre de leur grossesse (environ 8 % des femmes enceintes<sup>1</sup>).

Contrairement aux diabètes de type 1 et 2 qui sont des pathologies évolutives et à surveiller à vie, le diabète gestationnel disparaît le plus souvent après la naissance du bébé. Lorsqu'une femme souffre de diabète gestationnel au cours de sa grossesse, elle est plus susceptible d'en souffrir à nouveau lors de sa prochaine grossesse et elle est exposée à un risque plus élevé de développer un diabète de type 2 par la suite. Plus une femme est enceinte à un âge avancé, plus le risque de développer un diabète gestationnel au cours de sa grossesse est élevé.

D'après le descriptif de la maladie vous pouvez donc déterminer maintenant quelles vont être les zones réflexes causales et métaboliques à stimuler

- Le système endocrinien avec une attention particulière sur le pancréas et sa fonction endocrinienne que l'on retrouve sur le pied droit uniquement
- Le système immunitaire (lymphatique) glandes lymphatiques, rate, thymus
- Système digestif (estomac)
- Système urinaire

Pour accompagner votre consultant dans sa globalité, vous devez connaître également quelle est la symbolique émotionnelle de cette maladie

« Comme le sucre est relié à l'amour, à la tendresse et à l'affection, le diabète reflète divers sentiments de tristesse intérieure. C'est le mal d'amour, un manque d'amour certain car j'ai besoin, à cause de mes blessures antérieures, de contrôler l'environnement et les gens qui m'entourent. Je vis une abstinence affective. Eh oui ! Si j'ai le diabète, je vis habituellement des tristesses à répétition, des émotions refoulées empreintes de tristesse inconsciente et absentes de douceur, ce qui m'amène à m'endurcir. La douceur a disparu au profit d'une douleur continue. Je commence alors à manger du sucre sous toutes les formes possible : pâtes alimentaires, pain, friandises, etc., pour compenser. Le plan affectif, social ou financier peuvent en « prendre un coup ». J'ai l'impression que je dois « tenir le coup », je suis forcé de lutter, de braver la vie, les gens, les événements. Je cherche à compenser par tous les moyens possibles. Je me limite dans beaucoup de domaines. Je deviens « amer » (amertume) par rapport à la vie, c'est la raison pour laquelle je trouve ma vie « amère » et je compense par un état plus « sucré ». Je vis de regrets, par rapport à ce qui a été mais aussi par

rapport à ce qui aurait pu être. Je pense que je ne mérite pas de connaître le bonheur et le plaisir. Comme j'ai de la difficulté à recevoir de l'amour, je me sens étouffé et surchargé, coincé dans une situation incontrôlable et excessive. Cette situation que je n'arrive pas à gérer m'amène à des conduites alimentaires « compensatoires » et à un surpoids qui vont favoriser l'apparition d'un diabète. J'ai donc un grand besoin d'amour et d'affection, spécialement de mon père, mais je ne sais pas agir et réagir quand je pourrais en recevoir. Je trouve injuste, je doute ou je n'ai plus confiance en l'autorité qu'on exerce sur moi ; ce peut être celle de mon père mais aussi celle de mon patron ou de l'être qui représente l'autorité dans ma religion. J'ai de la difficulté à recevoir l'amour des autres et la vie est sans plaisir pour moi. Puisque je n'accepte pas les « petites douceurs de la vie », je développe le diabète qui a justement comme conséquences de m'interdire de manger « des petites douceurs sucrées » comme autrefois. C'est difficile de me laisser aller et d'exprimer l'amour véritable. Je peux même être obligé de ne pas exprimer mes émotions de joie, d'amour, de passion ouvertement vu un contexte particulier qui m'emprisonne. Mes attentes sont souvent démesurées car je veux que les gens réalisent mes désirs. Ces attentes m'attirent des frustrations, de la colère par rapport à la vie et le repli sur moi. Je vis beaucoup de résistance par rapport à un événement que



je veux éviter mais que je me sens obligé de subir et je refuse de fléchir. Je ne peux renoncer comme cela ! Par exemple, ce peuvent être une séparation, un déménagement, un examen, etc. Les émotions vécues par rapport à cet événement sont souvent reliées à la perte d'un être cher ou à une solitude profonde qui peuvent même m'amener à vivre du désespoir. Ma famille ou ce qui représente ma famille est habituellement impliquée. S'ajoute à cette résistance un sentiment de dégoût, de répugnance, de dédain par rapport à cet événement. Depuis cet événement, j'ai de la difficulté, en raison de contraintes de toutes sortes, à retrouver cette douceur dont j'ai tant besoin. Même si le temps passe, le manque et la douleur qui y sont rattachés résistent et persistent... J'ai perdu soit mon meilleur ami, soit mon complice, une des seules personnes à qui je pouvais me confier, qui connaissait tout de moi. Je résiste parce que j'ai peur de quelque chose ou de quelqu'un et sans m'en rendre compte, j'ai développé une paranoïa<sup>190</sup> par rapport à cela. Consciemment ou non, j'y pense constamment. J'ai l'impression d'avoir à faire face à un adversaire de taille et je ne sais trop qui sera le « plus fort ». Est-ce que la bête (dia-bête) sera plus forte ? Et se trouve-t-elle à l'extérieur ou à l'intérieur de moi ? Cette situation est très éprouvante pour moi. Je suis à contrecœur « prêt pour le combat » ! C'est la raison pour laquelle mon taux de sucre élevé dans le sang constitue les réserves

dont j'ai besoin pour « être prêt en tout temps » lorsque le combat arrivera (c'est le sucre sanguin qui fournit l'énergie à mes muscles pour me battre). Si je suis en conflit avec l'autorité, se peut-il que j'éprouve même un certain plaisir à résister à quelqu'un, quelque chose, un principe ? »

Le grand dictionnaire des malaises et des maladies

Vous exercerez une réflexologie douce et souple, votre consultant a besoin de douceur, de tendresse, vous pouvez bien entendu aller plus loin dans la symbolique avec la lecture ses pieds afin de déterminer par exemple quel évènement aurez pu être l'élément déclencheur de son diabète

Posez-lui les bonnes questions en prenant en compte ce que vous savez de sa symbolique et les caractéristiques que vous relèveront ses pieds

N'hésitez pas à intégrer la réflexologie métamorphique au cours de votre séance (sur les pieds uniquement)