
**Les soins de santé face
aux défis de la diversité :**
quels soins pour nos patients
de confession musulmane ?



Qu'est-ce que le Ramadan ?

Le Ramadan, l'un des cinq piliers de la religion islamique, est un mois saint durant lequel le jeûne doit être observé de l'aube au coucher du soleil. Il correspond au 9e mois du calendrier musulman. Ce calendrier étant lunaire, la période de Ramadan varie chaque année, tout comme les heures d'abstinence.

Le Ramadan est un rituel religieux important. Il n'est cependant pas sans risque(s) pour les personnes diabétiques. Quelles sont les précautions à prendre ? Si vous présentez du diabète et que vous désirez pratiquer le jeûne du Ramadan, il est recommandé d'en discuter avec votre médecin 1 à 2 mois avant le début de celui-ci.

Un des objectifs de l'islam est de préserver la santé et la raison. Le diabète fait partie des situations pouvant permettre l'exemption du jeûne étant donnés les risques associés. Malgré tout, le fait de pratiquer ou non le Ramadan demeure un choix personnel.

Le diabète et le ramadan

D'après les sources du droit musulman (le CORAN, la sunna (tradition prophétique), le consensus et l'analogie), le patient musulman est dispensé du jeûne dans certaines situations :

- maladie incurable : dépense permanente ;
- pour les enfants prépubères ;
- pour les personnes qui présentent un déficit mental ;
- pour les personnes âgées ou affaiblies ;
- pour les femmes enceintes, pendant les 40 jours qui suivent l'accouchement et/ou celles qui allaitent ;
- pour les femmes indisposées (qui ont leurs règles) ;
- en cas de maladie occasionnelle ;
- pour les voyageurs ;
- pour les personnes qui accomplissent des travaux pénibles.

Quelles maladies ne sont pas compatibles avec le jeûne ?

- Le diabète: le diabète insulino-traité, le diabète déséquilibré, le diabète avec complications dégénératives, le diabète et la grossesse, le diabète gestationnel, le diabète et l'allaitement, le diabète avéré du troisième âge quelque soit son type, le diabète instable.
- L'ulcère gastro-duodéal en évolution et/ou en traitement de consolidation.
- Les maladies chroniques instables ou non stabilisées par une thérapeutique.
- Les maladies chroniques compliquées.
- L'insuffisance respiratoire, l'insuffisance cardiaque, l'insuffisance hépatique, l'asthme, l'hypertension artérielle, l'épilepsie, la dépression, la psychose maniaco-dépressive, la tuberculose, le SIDA, la maladie d'Adisson, la maladie de Badesbow,...
- Les maladies aiguës qui affaiblissent le patient: la méningite, l'endocardite, la septicémie, la toxi-infection, la grippe, la bronchite, l'angine, la colique néphrétique, l'otite, le glaucome aigu.



Critères autorisant le jeûne:

Le patient qui présente un diabète de type 2: en surpoids ou de poids normal, bien équilibré, stable, sensible aux règles hygiéno-diététiques, traité via des anti-diabétiques oraux; le patient qui présente un diabète qui n'est pas couplé à une autre affection et qui ne présente pas d'autres complications.

Dans ces situations de diabète bien contrôlé et non compliqué, la religion musulmane autorise le patient à pratiquer le jeûne. Cependant, si le patient a décidé de pratiquer le jeûne, il doit s'assurer qu'il pourra bénéficier d'une surveillance médicale régulière afin de détecter toute complication aiguë susceptible de faire interrompre le jeûne.

Toutefois, le patient qui présente un diabète dans les conditions ci-dessous ne peut pas pratiquer le jeûne. S'abstenir de boire ou manger pourrait avoir des conséquences graves sur sa santé. Ces conditions sont :

- le patient qui est sous insuline ;
- le patient qui n'est pas sous insuline mais pour lequel le diabète est déséquilibré;
- le patient qui présente des complications dégénératives ;
- la femme enceinte, qui allaite ou qui est dans les 40 jours qui suivent son accouchement si elle présente un diabète ou un diabète gestationnel ;
- le diabète instable et les personnes âgées diabétiques quelque soit le type de diabète.

En période de ramadan, la personne qui veut respecter le jeûne peut recevoir des traitements par injection sous-cutanée, intra-musculaire, intra-articulaire, ou même intraveineuse pour autant que celle-ci n'ait pas un but nutritif. La personne peut également bénéficier d'un prélèvement sanguin pour un examen biologique. Par contre, la personne qui veut respecter le jeûne ne prendra pas de traitement par voie orale et ne recevra pas d'injection par intraveineuse à but nutritif.

Quelles précautions pour les patients qui veulent pratiquer le jeûne ?

Les patients souffrant d'une maladie chronique, nécessitant un traitement long, doivent impérativement demander l'avis de leur médecin traitant, un mois avant le ramadan, afin :

- de s'assurer que leur maladie est bien stable et de faire une évaluation sur leur état de préparation au ramadan ;
- d'adapter à leur situation médicale, les traitements et leur suivi ;
- de commencer ces traitements avec des doses adaptées suffisamment tôt ;
- de modifier l'horaire des prises de médicaments en favorisant une prise quotidienne unique (sous forme de retard ou de 1/2 vie) ;
- de prévoir une surveillance clinique et biologique renforcée avant, pendant et après le ramadan ;
- de les aider à ce qu'ils participent à leur propre surveillance.



En cas de modification du traitement, il doit être réalisé 2 à 3 mois avant le début du ramadan.

Adaptation de l'alimentation

- Veiller à garder un poids stable: les apports caloriques restent identiques mais seront répartis adéquatement.
 - Garder un horaire stable pour les repas;
 - Éviter le grignotage continu;
 - Consommer des repas équilibrés.
- Retarder au maximum le Suhur au lever du soleil et le Iftar, dès le coucher du soleil.
 - Lors du Sahour (repas avant le lever du soleil), privilégier les aliments contenant des glucides à absorption lente (harira, semoule, haricots, pain, riz, dhal).
 - Lors de l'Iftar (repas à la rupture du jeûne), débiter par des aliments contenant des glucides à absorption rapide (fruits, dattes) puis consommer des aliments contenant des glucides à absorption lente.
- Boire beaucoup d'eau et de boissons non sucrées
- Augmenter la consommation de légumes frais, de lentilles, yaourts, céréales complètes, légumes bouillis ou à la vapeur.

Adaptation de l'exercice et de l'activité physique :

L'activité physique modérée est conseillée durant ce mois afin d'éviter les risques d'hypoglycémie. Pendant les périodes de prière prolongée, il est également conseillé de pratiquer des exercices physiques de moindre intensité.

- Mesurer la glycémie fréquemment
- Si un problème survient, consulter un médecin

Rompre le jeûne

Une personne diabétique qui décide de pratiquer le jeûne du Ramadan doit savoir que certaines situations pourraient l'obliger à rompre le jeûne. C'est le cas si une hypoglycémie ou une hyperglycémie importante survient. Demandez l'avis à votre médecin en fonction de votre diabète.

Jeûne et diabète : une combinaison présentant des risques

Les principaux risques associés au jeûne sont : l'hypoglycémie, l'hyperglycémie, la cétose diabétique et la déshydratation.



Quels sont les traitements et leur voie d'administration qui sont permises pendant le ramadan ?

- Gouttes ophtalmiques.
- Injections sous-cutanées, intramusculaires et intra-articulaires.
- Injections intraveineuses à but curatif.
- Ovules gynécologiques et antiseptiques vaginaux.
- Crèmes, gels, pommades et patches.
- Nitroglycérine par voie sublinguale dans le traitement de l'angor.
- Gargarisme et aérosols buccaux, dentifrice, bain de bouche à condition de ne pas avaler les produits utilisés.

Recommandations de l'ADA (American Diabetes association) 2005, actualisée en 2010.

Antoine MARQUET. Accompagnement des patients diabétiques au cours du jeûne du Ramadan: implications et besoins des équipes officielles. Sciences pharmaceutiques. 2013.

Consensus de la Fondation Hassan II en 1995.

Consensus suite à la Conférence médico- religieuse de Casablanca du 14-17 juin 1997.

Consensus de l'Académie de Fiqh islamique de Djeddah, Arabie Saoudite (10ème session du 28 juin au 03 juillet 1997).

Document validé par Monsieur Hassan HADDOUNE, Conseiller musulman au CHwapi et par un groupe de patients musulmans du CHwapi.



Centre Hospitalier de Wallonie picarde - CHwapi
Association Sans But Lucratif

Site IMC

80, chaussée de Saint-Amand - 7500 Tournai

Site NOTRE-DAME

9, avenue Delmée - 7500 Tournai

Site UNION

51, rue des Sports - 7500 Tournai

Centre de Consultations de PÉRUWELZ

11, rue de Sondeville - 7600 Péruwelz



Numéro d'appel général unique
pour tous les sites : 069/333 111

www.chwapi.be |  