

La Maladie Intestinale Inflammatoire et La Nutrition



Qu'est-ce que la maladie intestinale inflammatoire ?

Parmi les maladies intestinales inflammatoires, on retrouve deux affections distinctes, à savoir, la colite ulcérée (inflammation du côlon inférieur) et la maladie de Crohn (inflammation de n'importe quelle partie de la voie gastro-intestinale).

La maladie intestinale inflammatoire est-elle causée par une nutrition ou un régime alimentaire médiocre ?

En dépit de multiples études, les causes de la maladie demeurent inconnues. Pour préciser, les chercheurs ont tenté de trouver un rapport entre le régime alimentaire et la maladie, mais n'ont pas encore réussi à prouver qu'il existe un lien définitif. Toutefois, le régime alimentaire joue un rôle important dans la maladie intestinale inflammatoire, tant en changeant l'évolution de la maladie qu'en prévenant des complications.

Comment la nutrition influence-t-elle la colite ulcérée ?

Une colite ulcérée provoque une inflammation et des ulcères dans le côlon, ce qui cause des crampes, des diarrhées et des pertes de sang, de protéines et d'électrolytes (comme le potasse et le magnésium), ainsi qu'une perte d'appétit qui entraîne souvent une perte de poids. On recommande souvent un régime à teneur calorifique élevée, ainsi que la prise de fer, de zinc et d'autres éléments nutritifs pour atténuer les effets d'une colite ulcérée. Il faut ajouter de l'acide folique lorsque le traitement du patient comprend de la sulfasalazine (un médicament dans la catégorie des anti-inflammatoires et utilisé pour traiter des inflammations intestinales, des diarrhées, des hémorragies rectales et des douleurs abdominales chez le patient souffrant de colite ulcérée. Pour aider à atténuer les crampes et les hémorragies, il faut éviter des aliments non absorbés, tels le pop-corn, les trognons de maïs, les graines et les noix. Il faut également éviter les aliments à teneur élevée en fibres, tels le brocoli et le chou-fleur, ainsi que les aliments frits, car ils peuvent provoquer des symptômes.

Comment la nutrition influence-t-elle la maladie de Crohn ?

Le fait que la maladie de Crohn puisse affecter n'importe quelle partie de la voie gastro-intestinale peut causer une multitude de problèmes nutritionnels. Premièrement, la maladie de Crohn cause souvent une perte de poids et un taux de croissance médiocre. Ceci est fréquemment dû à un apport calorifique insuffisant. Pour cette raison, il est important que votre enfant mange suffisamment. Les boissons à haute teneur calorifique sont en état de lui fournir ces calories additionnelles. Lorsqu'un apport en calories plus élevé est nécessaire, mais l'enfant n'est pas capable d'absorber toutes les calories par voie orale, une sonde d'alimentation peut être installée dans l'estomac pour donner les calories par le biais du tuyau.

Deuxièmement, l'enfant risque de souffrir de déficiences alimentaires spécifiques dues à la maladie de Crohn ou les effets secondaires des médicaments. Il faut surveiller le niveau de fer de l'enfant et lui donner des suppléments par voie orale si nécessaire. Si ceci ne suffit pas, on peut considérer des infusions intraveineuses de fer. Le calcium est un minéral important dont le niveau est souvent trop bas chez le patient atteint de la maladie de Crohn. La masse osseuse de l'enfant peut être insuffisante dû à une carence calcique ; en plus, les traitements aux corticostéroïdes, tel le Prednisone, aggravent cette carence. Des suppléments de calcium sont, de ce fait, essentiels. Il faut régulièrement mesurer la densité osseuse pour surveiller la carence calcique. Le zinc est un autre élément nutritif devant être régulièrement contrôlé chez le patient souffrant de la maladie de Crohn.

Troisièmement, le patient qui souffre d'une maladie iléale (affection de l'intestin grêle) ou qui vient de subir une résection chirurgicale de l'iléum risque d'avoir une carence de vitamine B12. Il faut donc surveiller le niveau de vitamine B12 chez l'enfant et lui donner des injections de vitamine B12 lorsque ce niveau est insuffisant.

Une modification du régime alimentaire peut réduire les symptômes de la maladie de Crohn. Certains patients développent des constrictions de l'intestin grêle ou du gros intestin. Ces constrictions sont causées par des zones cicatrisées dans l'intestin qui réduisent le diamètre de l'intestin (la lumière). Il faut éviter de donner certains aliments difficiles à digérer, comme décrit précédemment, au patient souffrant de constriction, puisque ces aliments peuvent causer une obstruction complète des intestins en restant bloqués dans une constriction. Enfin, le fait de suivre uniquement un régime liquide élémentaire peut diminuer les effets de la maladie de Crohn et améliorer l'état nutritionnel du patient ou peut même causer la rémission de la maladie. De ce fait, certains médecins recommandent l'usage de régimes élémentaires pour le traitement de la maladie. Les symptômes de la maladie peuvent toutefois se manifester de nouveau lorsqu'on recommence à ajouter des aliments ordinaires au régime.

Il est important d'éviter les aliments qui provoquent les symptômes. Il n'est pas nécessaire d'éliminer le lactose du régime, puisqu'il n'est pas évident qu'un patient souffrant d'une maladie intestinale inflammatoire tolère le lactose moins bien que les autres. Cependant, votre médecin peut recommander de suivre un régime sans lactose pendant quelque temps lorsque la maladie se manifeste.

Pour plus d'information ou pour trouver un gastro-entérologue pédiatrique à proximité, consultez notre site Web : www.naspgghan.org

RAPPEL IMPORTANT: L'organisation nord-américaine NASPGHAN (North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition) publie cette information en tant qu'information générale et non en tant que justification définitive du diagnostic ou du traitement d'un cas donné. Il est très important que vous recherchiez l'avis de votre médecin sur votre état particulier.

NASPGHAN
NORTH AMERICAN SOCIETY FOR PEDIATRIC GASTROENTEROLOGY,
HEPATOLOGY AND NUTRITION

APGNN
THE ASSOCIATION OF PEDIATRIC GASTROENTEROLOGY
AND NUTRITION NURSES

NASPGHAN • PO Box 6 • Flourtown, PA 19031
215-233-0808 • Fax: 215-233-3918