

# Qu'est-ce que la maladie de Crohn ?

Une affection inflammatoire des intestins, la maladie de Crohn, progresse dans tous les pays industrialisés. Certains signes peuvent faire penser à cette pathologie difficile à diagnostiquer.

Rubrique réalisée  
en partenariat avec

**TOP**  
**Santé**  
LE N°1 DES MAGAZINES SANTÉ

www.topsante.com

**U**N ado qui se traîne, se plaint de maux de ventre, a envie de dormir... A priori, rien de plus banal, avec l'échéance des interrogos et des examens. Mais lorsque ces symptômes se répètent, ce n'est pas toujours une banale manifestation de stress.

« Parfois, ils annoncent une maladie de Crohn, inflammation des intestins non contagieuse », souligne le Dr Corallo, médecin hépato-gastroentérologue à Nice. N'importe qui peut en développer une, quel que soit son sexe ou son âge.

D'ordinaire, cette affection débute chez les jeunes, à la fin de l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Aujourd'hui, plus de 60.000 personnes sont concernées et les cas augmentent : 3.000 à 3.500 nouveaux cas ont été recensés l'an dernier.

« Un réel problème de santé publique », estime ce spécialiste. Personne ne connaît les causes exactes de cette « nouvelle » maladie, qui se manifeste, sans crier gare, par des douleurs abdominales, des troubles du transit et une perte de poids.

Comment expliquer la répétition de ces départs précipités aux toilettes quand personne n'a de gastro dans l'entourage ? Pourquoi une sensation bizarre après avoir mangé tel aliment ? Et surtout : d'où viennent ces inflammations ? L'explication est la sui-



La consommation de yaourts est conseillée, y compris en cas de poussée.

vante : trop susceptibles, les bactéries habituelles de la flore intestinale, comme certains colibacilles ou d'autres, déclencheraient et entretiendraient une réaction disproportionnée des défenses de l'organisme. Se sentant injustement agressée, la muqueuse intestinale s'enflamme.

A l'origine, notre alimentation est-elle en cause ? On ne sait pas très bien.

Une hypothèse toute récente, encore à valider, établit un lien entre la maladie et

la conservation des aliments dans les réfrigérateurs.

Une seule chose est sûre : la maladie de Crohn peut s'attaquer à toutes les parties du

tube digestif. « On estime schématiquement que les lésions concernent pour un tiers le côlon, un tiers l'iléon (petit intestin) et les deux zones pour le dernier

tiers », précise le médecin. C'est essentiellement la persistance ou la répétition des symptômes qui conduit à évoquer le diagnostic.

La gêne lors des poussées posant vite de vrais problèmes, même s'ils restent parfois invisibles aux yeux des autres.

« Pour l'apaiser, il faut souvent prendre un traitement quotidien. On fait appel à des médicaments de la famille des aminosalicylés ou, lors de poussées, des corticoïdes. Quant aux immunosuppresseurs, ils constituent de plus en plus le meilleur traitement de fond dans les formes évolutives ou étendues », estime notre spécialiste.

Toutefois, pour 30 % des malades, une opération chirurgicale qui consiste à retirer une partie de l'intestin trop malade, sera malheureusement nécessaire à un moment donné de l'évolution.

Les biothérapies, ces anticorps monoclonaux qui bloquent

l'activité de molécules intervenant dans le processus inflammatoire, commencent à être utilisées dans le traitement de la maladie et vont sans doute se développer encore.

En attendant, les jeunes malades se posent beaucoup de questions sur la meilleure façon de vivre. Les réponses sont identiques à celles que l'on donne aux personnes sans soucis de santé : il est conseillé de manger équilibré, de veiller à consommer des laitages et de faire du sport. Aucune contraception n'est contre-indiquée et il est possible d'avoir des enfants.

La grossesse n'a pas d'impact négatif sur cette affection. Quand

la question se posera, il faudra simplement en parler avec le médecin car certains médicaments sont déconseillés. Une seule vraie restriction : arrêter la cigarette qui aggrave la maladie.

Et si on veut partir en voyage ? Il suffit de boire de l'eau minérale et de manger des aliments cuits.

« Restons positifs, on peut vivre quasiment normalement », conclut le Dr Corallo.

## L'avenir est aux biothérapies

## Côlon et intestins sont irrités

## Que peut-on manger ?

Chacun doit repérer les aliments qui lui conviennent. Si les intolérances se multiplient, consulter un nutritionniste permettra d'éviter les carences. En cas de poussée, il faut :

- consommer des viandes maigres, du poisson et des œufs, bien assimilés ;
- prendre des repas plus légers et plus nombreux qu'à l'ordinaire ;
- cuire les fruits et les légumes pour que leurs

fibres soient plus digests et éviter les aliments qui fermentent pendant la digestion (chou) ;

- boire de l'eau plate (8 à 10 verres par jour) ;
- réduire la consommation de produits laitiers, sauf les yaourts et le fromage ;
- éviter les fruits oléagineux (cacahuètes, noix de cajou...), sauf s'ils sont finement broyés.