

LE GOÛT AMER DES BRÛLURES D'ESTOMAC

Votre médication aggrave-t-elle les choses ?

par le D^r Richard Ward



Le D^r Richard Ward est médecin de famille à Calgary et professeur à la Faculté de médecine de l'Université de Calgary. Il a participé à l'élaboration de nombreux programmes pédagogiques destinés aux médecins de famille.

Vous la connaissez sûrement : cette sensation de brûlement qui part de l'estomac et remonte vers la gorge ? Les brûlures d'estomac vous obligent peut-être à vous priver du poulet cajun à votre resto préféré ou des célèbres spaghettis sauce tomate de votre mère, mais se pourrait-il que vous y renoncez pour rien ? De nombreux médicaments peuvent être à l'origine de vos symptômes ou encore les aggraver.

Les brûlures ou aigreurs d'estomac sont causées par le reflux d'acide gastrique dans l'œsophage, le canal qui amène la nourriture à l'estomac. Normalement, le sphincter inférieur de l'œsophage (SIO), une valvule située au bas de l'œsophage, empêche l'acide de remonter. Si la pression abdominale est trop élevée, à cause d'une grossesse ou d'obésité, par exemple, l'acide peut remonter dans l'œsophage. Dans d'autres cas, le SIO ne fonctionne pas bien ou est simplement mal ajusté. Des facteurs génétiques ou structurels, dont certains types d'hernie, peuvent causer le problème, et certains médicaments aussi.

SOUS LE RADAR

Les gens qui souffrent d'aigreurs savent qu'ils doivent éviter les aliments gras, la sauce tomate, les oignons et d'autres déclencheurs habituels. Mais deux autres substances bien connues, que vous consommez peut-être régulièrement, peuvent aussi expliquer les aigreurs : la caféine et la nicotine. Pour traiter les aigreurs, on recommande aux patients de cesser de fumer et de réduire leur consommation de caféine. Beaucoup sont consternés d'apprendre qu'il y a de la caféine dans le cola et le chocolat, tout comme dans le café et le thé.

LES SUSPECTS HABITUELS

Si plusieurs médicaments causent des aigreurs dans une petite partie de la population, d'autres peuvent en entraî-



ner à titre d'effets secondaires. Voici les coupables habituels.

Les agents anti-inflammatoires

Les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) soulagent la fièvre et réduisent la douleur et l'enflure causées par des blessures ou certaines maladies. Mais ils irritent parfois l'estomac et l'appareil gastro-intestinal, provoquant des effets secondaires tels que les brûlures et les douleurs d'estomac ainsi que des **ulcères** gastriques. Libuprofène (Advil^{MD}, Motrin^{MD}) et l'acide acétylsalicylique (Aspirin^{MD}, Entrophen^{MD}) appartiennent à cette catégorie de médicaments, qu'on peut se procurer en vente libre. Il existe d'autres AINS prescrits sous ordonnance pour le soulagement de l'arthrite ou d'autres douleurs graves (ex., Naprosyn^{MD}).

Les médicaments cardiaques

Certains médicaments agissant sur la pression artérielle et le cœur entraînent parfois des aigreurs en détendant le SIO. On trouve dans cette catégorie les inhibiteurs calciques comme la nifédipine (Adalat^{MD}) et le diltiazem (Tiazac^{MD}), des agents bêta-bloquants comme le propranolol (Inderal[®]) et la nitroglycérine. Il est important de ne JAMAIS cesser ces médicaments sans en parler au médecin, même s'ils causent des aigreurs.

Les anticholinergiques

Les médicaments qui agissent sur le système nerveux peuvent causer des aigreurs en gênant le bon fonctionnement du SIO. Des antianxiolytiques, des somnifères comme le diazépam (Valium^{MD}) ou le lorazépam (Ativan^{MD}), et certains antidépresseurs peuvent provoquer ou aggraver les aigreurs. D'autres médicaments ont des effets **anticholinergiques** semblables, notamment certains médicaments prescrits pour traiter des maladies intestinales comme le syndrome du côlon irritable, ainsi que certains antihistaminiques.

Les médicaments pour l'ostéoporose

Les bisphosphonates, une catégorie de médicaments traitant l'ostéoporose et comprenant notamment l'alendronate (Fosamax^{MD}) et le risédronate (Actonel^{MD}), peuvent endommager la muqueuse de l'œsophage et causer des brûlures. Pour éviter tout dommage, on recommande de prendre ces médicaments avec un grand verre d'eau et de ne pas s'étendre dans l'heure suivant la prise du médicament.

Les médicaments contre la DÉ

Les médicaments traitant la dysfonction érectile — sil-dénafil (Viagra^{MD}), tadalafil (Cialis^{MD}) et vardénafil (Levitra^{MD}) — peuvent causer la **dyspepsie**, un trouble de l'estomac dont les symptômes s'apparentent aux brûlures d'estomac. Dans les essais cliniques, un petit pourcentage d'hommes seulement a cessé de prendre les médicaments en raison d'effets secondaires mineurs, dont la dyspepsie.

DES SOLUTIONS SIMPLES

Si vous soupçonnez qu'un de vos médicaments cause vos brûlures ou les aggrave, parlez-en au pharmacien ou au médecin. Des stratégies simples peuvent soulager les symptômes, souvent sans que vous ayez à cesser le médicament en question. Parfois, il suffit de changer l'heure à laquelle on prend le médicament. Si vous le prenez juste avant le coucher, la gravité travaillera contre vous. De même, maintenir un poids santé, prendre plusieurs petits repas, ne pas manger avant le coucher et porter des vêtements amples sont autant de moyens d'atténuer les brûlures.

Bien sûr, les médicaments ne sont pas le seul responsable des aigreurs. La sensation de brûlure est un symptôme habituel de l'ulcère gastro-duodéal, souvent causé par la bactérie *H. pylori*. Ce type d'ulcère se traite au moyen d'antibiotiques et de médicaments supprimeurs de l'acidité.

Des brûlures persistantes peuvent aussi être un symptôme du reflux gastro-œsophagien (RGO). Le RGO se caractérise par une quantité excessive d'acide gastrique dans l'œsophage, et il faut consulter le médecin. Celui-ci vous posera des questions sur vos antécédents médicaux et vous examinera. Dans certains cas, il voudra avoir des radiographies de

SIGNAUX D'ALARME


Si vous éprouvez des brûlures accompagnées d'un des symptômes suivants, consultez immédiatement le médecin :

- Perte de poids inexpliquée
- Difficulté ou douleur à avaler
- Sensation d'aliments pris dans l'œsophage
- Sensation de satiété après avoir mangé peu
- Selles noires ou poisseuses

l'œsophage et de l'estomac (ce qu'on appelle la gorgée barytée). Il pourra aussi recommander une endoscopie, qui consiste à insérer un tube optique par la gorge pour examiner directement l'œsophage.

Si les changements des habitudes de vie ne suffisent pas à améliorer les symptômes, le pharmacien pourra vous recommander des antiacides et des inhibiteurs des récepteurs H_2 (Zantac^{MD}, Pepcid AC^{MD}), des médicaments en vente libre qui peuvent apporter un soulagement ponctuel. Si les brûlures persistent ou reviennent régulièrement, le médecin prescrira parfois

un inhibiteur de la pompe à protons (IPP), médicament d'ordonnance qui réduit considérablement la production d'acide gastrique. Des inhibiteurs des récepteurs H_2 à plus fortes doses sont également disponibles sur ordonnance. Enfin, une intervention chirurgicale visant à resserrer le SIO pourra être une option pour la personne dont les symptômes de RGO ne se sont pas améliorés malgré une médication à long terme.

Les brûlures sont habituellement sans danger et passagères, mais le reflux acide peut, au fil du temps, sérieusement endommager l'œsophage. Si vous avez des brûlures persistantes, parlez-en au médecin. Il vous aidera à en déterminer la cause, que ce soit la médication ou autre chose, et à trouver la solution. 

AUTO-ÉVALUATION

MINI-QUIZ

1. Les brûlures d'estomac sont inconfortables, mais jamais graves.

- A) VRAI
- B) FAUX

2. Le RGO et les brûlures sont causés par la régurgitation ou le reflux d'acide gastrique dans l'œsophage, le canal qui amène la nourriture à l'estomac.

- A) VRAI
- B) FAUX

3. On s'expose à de graves conséquences pour la santé si on ignore des brûlures persistantes.

- A) VRAI
- B) FAUX

4. On peut réduire les brûlures d'estomac par tous les moyens suivants, sauf un. Lequel ?

- A) MANGER DE PETITS REPAS
- B) CONTRÔLER SON POIDS
- C) PORTER DES VÊTEMENTS AMPLES
- D) S'ÉTENDRE APRÈS LE REPAS

5. Quelles substances déclenchent les brûlures ?

- A) TABAC
- B) CAFÉINE
- C) CHOCOLAT
- D) ALIMENTS GRAS ET ÉPICÉS
- E) SAUCE TOMATE
- F) TOUTES CES RÉPONSES

RÉPONSES : 1.B 2.A 3.A 4.D 5.F

Source: American College of Gastroenterology



FONDATION CANADIENNE
POUR LA PROMOTION
DE LA SANTÉ DIGESTIVE

**Une maladie digestive...
touche l'un de vos proches**

www.cdhf.ca
Bureau national de la FCPSD, 2902 South Sheridan Way, Oakville (Ontario) L6J 7L6
Tél. : (905) 829-3949; Téléc. : (905) 829-3958; Courriel : CDHFoffice@CDHF.ca
Sans frais : 1 866 819-2333