

# Soirmagazine D<sup>r</sup> DJAMEL Z., MÉDECIN GÉNÉRALISTE DU SECTEUR PUBLIC, AU SOIRMAGAZINE : «L'intolérance au gluten n'est pas une allergie, mais une maladie»

La maladie cœliaque, ou intolérance au gluten, est une affection gastro-intestinale qui atteint essentiellement la muqueuse interne de l'intestin grêle. Des études épidémiologiques révèlent que cette pathologie, qui s'installe lentement et silencieusement, touche plus de 3% de la population. Le 18 mai de chaque année a été décrété par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) Journée mondiale de la maladie cœliaque, un mal qui reste relativement méconnu par le grand public. Docteur Djamel Z., médecin généraliste du secteur public, fait la lumière sur cette maladie contraignante, notamment pour les enfants.

Par Nouredine Guergour

**Soirmagazine : Pouvez-vous nous définir la maladie cœliaque ?**

D<sup>r</sup> Djamel Z. : Certains parents définissent cette pathologie comme étant une allergie au gluten. Contrairement à ce que l'on pense, l'intolérance au gluten est en réalité une maladie auto-immune, qui s'explique par une hyperactivité du système immunitaire à l'encontre du gluten qui lui permet de se défendre contre cette substance qui devrait être normalement présente et bien tolérée par l'organisme. Donc la consommation du gluten qui se trouve dans plusieurs genres de céréales constitue le seul facteur déclenchant de cette maladie. La présence de cette substance dans l'organisme des personnes prédisposées provoque un processus inflammatoire au niveau de la paroi intestinale. La physiopathologie de la maladie cœliaque n'est pas totalement élucidée. Mais des molécules de défense sécrétées par l'organisme, appelées anticorps, vont provoquer des lésions importantes au niveau de la muqueuse interne de l'intestin grêle, qui vont faire perdre à l'intestin sa capacité d'absorption, ce qui explique l'amaigrissement et le retard staturo-pondéral chez l'enfant.

**Quels sont les signes cliniques de cette maladie ?**

Dès l'introduction des farines dans l'alimentation du nourrisson, les premiers signes apparaissent. Il s'agit généralement de symptômes révélateurs de troubles digestifs. Les parents décrivent chez les nouveaux-nés une anorexie. Chez les enfants un peu plus âgés et les adultes, la maladie se manifeste par des douleurs abdominales, des troubles du transit (diarrhée ou constipation), des nausées, des vomissements et un amaigrissement. Mais il y a également les formes atypiques qui se manifestent par des troubles des règles et des affections buccales chez la jeune fille, des troubles du comportement et même une forme de nanisme, c'est ce qu'on appelle un tableau clinique trompeur. Enfin, parfois on assiste à des formes plus compliquées qui sont heureusement rares, elles sont dues à des troubles d'absorption importants qui peuvent provoquer des anémies accompagnées d'asthénie (fatigue), des fragilités osseuses et même des troubles neurologiques.

**Y a-t-il un âge pour contracter la maladie ?**

En fait non. Elle survient chez le nourrisson, le jeune adulte, et parfois même chez les personnes de plus de 30 ans. Il faut préciser, contrairement à ce que pensent beaucoup de

patients ou veulent bien le croire, l'intolérance au gluten n'est pas une allergie mais une maladie. Quand elle est diagnostiquée, elle s'installe à vie. Par conséquent, le régime doit être respecté à vie. Le négliger peut entraîner des conséquences désastreuses.

**D'après vous qu'elle est la meilleure conduite à tenir, aussi bien au plan préventif que celui thérapeutique ?**

La conduite à tenir nécessite une discipline rigoureuse de la part du malade. C'est vrai qu'elle est contraignante et très désagréable pour lui et même pour son entourage, mais malheureusement c'est la seule arme thérapeutique dont nous disposons. Donc il n'y a pas d'autres options, le traitement de cette maladie est très strict, et il doit être suivi scrupuleusement. Il consiste à instaurer un régime alimentaire définitif sans gluten. La réponse clinique et les effets positifs de cette alimentation stricte surviennent généralement quelques jours à quelques semaines après, cela correspond au temps nécessaire à la réparation des lésions du tissu intestinal, notamment la membrane interne des intestins qui reprend progressivement ses fonctions qui lui permettent de retrouver sa capacité d'absorption. Je dirais donc que si cette conduite est respectée à la règle, tout l'éventail de symptômes qu'on a décrit disparaît, et tout de suite le malade va recouvrer une parfaite santé. Pour la maladie elle-même, généralement elle s'installe définitivement et malheureusement le gluten doit donc être banni à vie de l'alimentation du sujet. Je tiens à rappeler que cette protéine (le gluten) se trouve dans les farines, le pain, les gâteaux, les pâtes..., préparés à base de blé, de seigle et d'orge, ainsi que toutes les recettes contenant de la farine. Donc la consommation du riz et du maïs n'est pas interdite pour les personnes présentant une intolérance au gluten. En plus, la création d'entreprises et de compagnies



Photos : DR

spécialisées dans la fabrication et la commercialisation des produits sans gluten a considérablement allégé les souffrances endurées par ces malades.

**Quels conseils donneriez-vous à ces malades et à leur entourage ?**

Des enquêtes épidémiologiques très récentes ont conclu que l'allaitement maternel pouvait prévenir largement le développement de la maladie cœliaque, dont les facteurs déclenchants et favorisants sont incontestablement génétiques, immunologiques et environnementaux. Les spécialistes ont finalement conclu qu'une période d'allaitement maternel prolongé diminue considérablement le risque d'apparition de la maladie. De plus, ces études ont prouvé que le risque de développement de cette maladie sera réduit significativement chez les nourrissons qui continuent à être allaités du sein, même après l'introduction du gluten dans leur alimentation. Mais la science n'a pas encore prouvé que l'allaitement maternel prolongé permet une prévention contre la maladie cœliaque ou retarderait simplement son apparition. Mais je tiens toutefois à préciser l'importance d'une triade de conseils à respecter rigoureusement : préférer l'allaitement maternel, le prolonger pendant l'introduction du gluten, et introduire les céréales à l'âge recommandé (pas avant l'âge de 4 à 6 mois). ■



Nous utilisons des dalles **Grade A+** dotées de technologie **IPS** en vue de vous proposer de meilleures qualités.



Produit ENIE  
178"



Produit X  
Angle de vision réduit

DIRECTION CENTRALE COMMERCIALE : Z.I - BP 101 route de Mascara. Sidi Bel Abbès 22000 - Algérie. Tél. : 048 56 50 66

Unité Commerciale régionale Ouest : 040 425 040 / 040 426 118 | Unité Commerciale régionale Est : 036 625 134 / 036 625 426  
Unité Commerciale régionale Centre : 025 412 194 / 025 412 677 | Unité Commerciale régionale Sud : 029 932 941 / 029 927 070

048 56 56 56  
Service client à votre écoute  
www.enie.dz

