



S E R V I C E D E
GASTROENTÉROLOGIE
du CIUSSS de l'Estrie - CHUS

Gastroparésie :

Traitement et conseils

COMMENT FONCTIONNE LE SYSTÈME DIGESTIF?

Le système digestif est une série d'organes creux joints ensemble pour former un tube de la bouche à l'anus.

Chaque section du système digestif possède des fonctions spécifiques importantes à la digestion et à l'absorption des aliments.

L'**œsophage** permet de transporter la nourriture de la bouche à l'estomac.

L'**estomac** accumule les aliments, les digère en petites molécules et contrôle le passage de la nourriture vers l'**intestin grêle (petit intestin)** afin que celui-ci puisse mieux absorber les aliments.

Le **pancréas** et le **foie** sécrètent des substances facilitant l'absorption des aliments par l'intestin grêle.

La dernière partie du système digestif est le **côlon (gros intestin)**. Sa fonction principale est l'absorption d'eau et de certains aliments non digérés ainsi que l'évacuation des déchets de la digestion.

Estomac

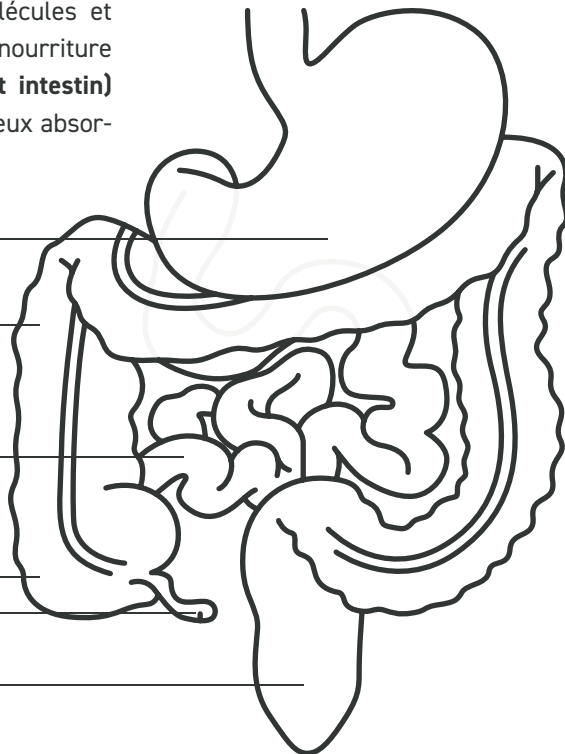
Côlon
(gros intestin)

Intestin grêle
(petit intestin)

Caecum
Appendice

Rectum

Anus



QU'EST-CE QU'UNE GASTROPARÉSIE?

Nous appelons gastroparésie un trouble faisant que l'estomac se vide trop lentement. Ceci survient lorsque les nerfs de votre estomac sont endommagés ou ne fonctionnent pas adéquatement.

Cette situation peut causer des ballonnements, de la nausée, des vomissements ou une sensation de trop plein après n'avoir mangé qu'une très petite quantité d'aliments. Une perte d'appétit et une perte de poids peuvent survenir avec le temps.

La gastroparésie survient souvent à cause d'un diabète. Elle peut également apparaître dans d'autres circonstances, par exemple chez des personnes atteintes de sclérose en plaque ou de la maladie de Parkinson, ou encore à la suite d'une chirurgie de l'estomac, d'une infection ou de la prise de médicaments tels que des narcotiques ou certains antidépresseurs.

Parfois, la cause n'est pas identifiable. Demandez des informations supplémentaires à votre médecin.

COMMENT EST DIAGNOSTIQUÉE UNE GASTROPARÉSIE?

La première étape est de rencontrer un médecin qui vous posera des questions sur vos symptômes. Parfois, une gastroscopie (caméra à l'intérieur de l'estomac) ou des tests en radiologie seront effectués afin de s'assurer qu'il n'y a pas de blocage au passage des aliments de l'estomac vers l'intestin.

Dans certains cas, le médecin pourra vous demander de subir un test de vidange gastrique en médecine nucléaire. Vous serez amené à manger

des aliments contenant un marqueur. Par la suite, des photos seront prises avec un appareil spécifique afin de localiser les aliments ingérés.

Le médecin spécialiste en médecine nucléaire pourra ainsi mesurer la vidange de votre estomac 1, 2, 3 et 4 heures après l'ingestion.

Il existe d'autres méthodes pour mesurer la vitesse de vidange de votre estomac, que votre médecin pourra utiliser si jugé nécessaire.

COMMENT EST TRAITÉE UNE GASTROPARÉSIE?

Le traitement dépend de la gravité des symptômes et il est adapté à chaque personne. Il existe trois approches :



Les changements alimentaires

Vous trouverez de l'information à ce sujet un peu plus loin dans ce feuillet. Votre médecin pourra vous référer à une nutritionniste au besoin.



La médication

Il existe des médicaments qui peuvent aider à accélérer la vidange de votre estomac. Votre médecin vous expliquera lesquels, ainsi que leurs effets secondaires possibles.



La chirurgie

Votre médecin abordera le sujet avec vous au besoin.

Il se peut que votre médecin vous conseille également de cesser la prise de certains médicaments susceptibles de ralentir la vidange de l'estomac. Parmi ceux-ci, mentionnons :

- les narcotiques : hydromorphone (ex. : Dilaudid®), morphine (ex. : Statex®), oxycodone (ex. : Percocet®), Fentanyl (ex. : Duragesic®), etc.
- les anticholinergiques tels que l'amitriptyline (ex. : Elavil®)
- les suppléments de fibres (ex. : Metamucil®, Benefibre®)

Enfin, si vous souffrez de diabète, un bon contrôle de votre taux de sucre dans le sang (glycémie) sera important.

QUE DEVRIEZ-VOUS MANGER?

Voici quelques conseils généraux qui vous aideront à mieux gérer la vitesse à laquelle votre estomac se vide. Il est important de réussir à répondre à vos besoins énergétiques pour éviter une dénutrition et ses conséquences. Dans certaines situations, nous vous suggérons de rencontrer une nutritionniste pour obtenir plus d'informations et de conseils.

Évitez les aliments riches en gras

Le gras retarde la vidange de l'estomac.

Buvez des liquides durant le repas

Évitez cependant les boissons gazeuses, qui pourraient augmenter la sensation de ballonnement.

Évitez les aliments riches en fibres

Ils ralentissent la vidange de l'estomac. En voici des exemples : les légumineuses, les lentilles, les céréales de grains entiers, les noix et les graines, certains fruits, les fruits séchés, certains légumes (chou, laitue, brocoli), le maïs soufflé...

Adoptez une bonne position

Soyez bien assis lorsque vous mangez. Évitez de vous allonger dans l'heure suivant le repas; restez assis ou faites une marche. Ceci peut aider à vider votre estomac.

Mâchez bien les aliments

Les aliments solides se vident moins vite de votre estomac que les aliments liquides ou mous.

Évitez l'alcool et le tabac

Ils peuvent ralentir la vidange de l'estomac.

Aliments suggérés

Certains aliments sont mieux tolérés, si vous souffrez de gastroparésie, par exemple :

- Céréales de riz, pain blanc, craquelins
- Viande en purée ou hachée
- Légumes cuits et, si nécessaire, passés au mélangeur
- Fruits sans pelures et, si nécessaire, passés au mélangeur
- Jus et produits laitiers (si tolérés)

QUE FAIRE SI LE PROBLÈME PERSISTE?

En dernier recours, on pourrait vous recommander de modifier la texture de vos aliments, c'est-à-dire de manger des aliments liquides ou en purée qui devront être assez riches en calories (énergie) pour assurer le bon fonctionnement de votre corps. À ce stade, l'intervention d'une nutritionniste est importante.

Voici des idées d'aliments à la texture plutôt liquide :

- Lait
- Boissons frappées (milk-shake, smoothie)
- Yogourt
- Boisson de soya ou d'amande
- Pouding, compote
- Soupes
- Autres aliments en purée

Afin de combler vos besoins nutritionnels, vous devrez ajouter à votre alimentation des compléments nutritionnels comme Ensure® ou Boost®. On pourrait aussi vous suggérer de broyer les aliments solides dans un mélangeur.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, communiquez avec votre infirmière ou votre médecin.

NOTES

Nom _____

Coordonnées _____

Élaboration du contenu :

Dre Marie-Pier Bachand, gastroentérologue

Révision du contenu :

Dre Laurence Guay, gastroentérologue

Révision linguistique et mise en page :

Service des communications

Direction des ressources humaines, des communications et
des affaires juridiques

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie –
Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2021

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec 

Janvier 2021

4-6-10641

santeestrie.qc.ca