



# COLLECTE DE SELLES | DIÈTE POUR LE DOSAGE DES GRAISSES FÉCALES

Votre médecin a prescrit un test de dosage des graisses dans les selles. Ce test mesure la quantité de gras que vous éliminez dans vos selles. Il aidera le médecin à évaluer si la digestion et l'absorption des gras que vous consommez sont adéquates. Une mauvaise digestion ou absorption des gras s'appelle une malabsorption grasseuse et celle-ci peut affecter votre santé.

Il n'y a pas de diète particulière si vous prenez au moins 100 grammes de matières grasses par jour. Si ce n'est pas le cas, débutez la diète trois jours avant de commencer la collecte des selles et poursuivez la durant les 3 jours de la collecte. Pour déterminer la quantité de graisses dans vos selles, vous devrez récolter TOUTES vos selles durant une période de 72 heures (3 jours).

## QUE DEVEZ VOUS MANGER?

Pour être valable, ce test nécessite que vous consommiez suffisamment de matières grasses dans une journée. Une diète plus riche en gras est donc recommandée durant les 3 premiers jours du test. Pour les adultes, la consommation quotidienne de gras doit être d'au moins 100 grammes par jour. Un exemple de menu ainsi qu'un tableau du contenu en matières grasses de différents aliments vous sont fournis avec ce document pour vous aider à composer votre menu (voir le feuillet Diète graisses fécales | Guide de la teneur en gras). Il suffit simplement de vous assurer de consommer suffisamment de matières grasses pour atteindre au moins 100 grammes par jour.

**IMPORTANT :** Veuillez bien lire et suivre ces instructions à la lettre sinon les résultats obtenus pourraient être faussés et mener à un mauvais diagnostic par votre médecin.

## MÉDICAMENTS ET SUBSTITUTS À NE PAS PRENDRE DURANT LA COLLECTE

Durant toute la durée de la collecte, vous ne devez pas prendre les médicaments et substituts suivants qui peuvent fausser les résultats. Parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien.

- Laxatifs et suppositoires;
- Huile de ricin (castor oil);
- Anti-diarrhéiques tel que Imodium et Lomotil;
- Questran;
- Substitut de gras synthétique (olestra);
- Suppléments nutritionnels bloquant l'absorption du gras;
- Un repas baryté interfère avec la procédure, attendre 48h avant de débiter la collection;
- Vous ne devez appliquer aucune crème dans la région anale pour ne pas contaminer vos selles avec les graisses qu'elles contiennent.

## MATÉRIEL REQUIS

- Contenant de plastique de 2 litres avec couvercle.
- Si vos selles sont très abondantes, vous aurez peut-être besoin d'un deuxième contenant. Veuillez le demander au laboratoire de votre centre hospitalier.
- Bâtonnet (type abaisse-langue) ou cuillère de plastique.
- Pellicule de plastique transparente de type *Saran Wrap*.

## CONSIGNES À RESPECTER

- Conservez le contenant de 2 litres au FROID (réfrigérateur, congélateur ou glacière) durant toute la collecte pour empêcher que les bactéries présentes naturellement dans les selles ne dégradent le gras. Placez-le hors de la portée des enfants et des animaux.
- Par mesure d'hygiène, vous pouvez placer le contenant dans un sac de plastique avant de le mettre dans le réfrigérateur, congélateur ou la glacière. Si vous utilisez une glacière, n'oubliez pas de changer les «Ice Packs».
- Si vous omettez de recueillir vos selles une seule fois en cours de la collecte, vous devrez recommencer. Vous devrez alors vous procurer un nouveau contenant.
- N'urinez pas lors de la collecte de vos selles. Vos selles ne doivent pas être en contact avec votre urine, la cuvette de la toilette ou l'eau de la toilette.
- N'utilisez pas de papier de toilette pour prélever vos selles.
- Ne mettez pas de papier de toilette, de «Saran Wrap», de sac de plastique ou de bâton de bois dans le contenant.
- Ne faites jamais vos selles directement dans le contenant de 2 litres.
- Ne remplissez pas le contenant à plus de 2/3 de sa capacité. Si vous pensez avoir besoin d'un deuxième contenant, demandez-en un autre au laboratoire de votre centre hospitalier.
- La collecte doit **OBLIGATOIREMENT** être faite pendant 3 jours (72 heures) et elle doit aussi se terminer à la même heure que vous l'avez débutée. Sinon, elle sera refusée et vous devrez recommencer la collecte au complet.

## COMMENT EFFECTUER LE PRÉLÈVEMENT?

Les selles recueillies au cours des trois jours de la collecte doivent être dans le même contenant. Si certaines selles ne sont pas recueillies, notez-le.

1. Lavez vos mains à l'eau savonneuse durant 20 secondes, puis séchez-les.
2. Choisissez la méthode de collecte qui vous convient parmi celles-ci.

### Si vous utilisez un contenant

- Prenez un contenant propre ou une assiette de plastique que vous jetterez après l'utilisation. Placez le contenant ou l'assiette sur le couvercle fermé de la toilette.

### Si vous utilisez de la pellicule de plastique transparente

- Installez solidement une ou deux couches de pellicule de plastique transparente de type *Saran Wrap* sous le siège de toilette et étendez-les de manière à former une partie plus creuse au centre.
3. Le matin du début de la collecte, faites votre première selle dans la toilette. Notez immédiatement l'heure et la date sur l'étiquette du contenant (exemple : 7 septembre 2021 – 7 h 30). C'est le début de la collecte même si vous n'avez pas encore recueilli de selles dans le contenant de 2 litres. À partir de ce moment, et pour une période de 72 heures, déposez toutes vos selles dans le contenant de 2 litres.
  4. Si vous faites vos selles dans un contenant en plastique, utilisez le bâtonnet ou la cuillère pour transférer la totalité de vos selles dans le contenant de 2 litres et refermez le couvercle.
    - Si vous réutilisez le même contenant de plastique pour les autres collectes, rincez-le à l'eau chaude seulement et asséchez-le. N'utilisez pas de savon ou d'autres détergents, car cela fausserait le résultat du test.
  5. La dernière journée, à la même heure que celle du début de la collecte, recueillez une dernière fois vos selles et versez-les dans le contenant. Faites-le même si vous n'avez pas envie afin de vous assurer de récolter le maximum de selles en 72 heures.
  6. Inscrivez la date et l'heure de la fin de votre collecte sur l'étiquette du contenant stérile prévue à cet effet (exemple : 10 septembre 2021 – 7 h 30). La collecte dure exactement 72 heures et doit commencer et se terminer à la même heure.

## RAPPELS IMPORTANTS

- Il faut récupérer **TOUTES** les selles sinon le résultat sera faussé. Aucune selle ne doit être perdue.
- La collecte doit **OBLIGATOIREMENT** être faite pendant 3 jours (72h).
- Gardez votre pot au **FROID** (réfrigérateur) durant toute la collecte.
- Il ne faut pas contaminer les selles avec votre urine ou l'eau de la toilette.
- Ne pas remplir le contenant à plus de 2/3 de sa capacité.
- Durant toute la durée de la collecte, évitez certains médicaments ou substituts (voir la liste au début de ce document).

## VOUS AVEZ DES QUESTIONS?



[santeestrie.qc.ca/prelevements](https://santeestrie.qc.ca/prelevements)



Info-Santé 811  
OU  
Consultez votre prescripteur.

## IDENTIFICATION DU CONTENANT

- Assurez-vous que les éléments suivants apparaissent sur l'étiquette du contenant :
  - votre nom et votre prénom
  - votre numéro d'assurance maladie (RAMQ)
  - la nature et le site de l'échantillon (dans ce cas-ci les selles)
- Inscrivez **LES DATES ET HEURES** du début et de fin de la collecte sur l'étiquette prévue à cette fin en évitant d'écrire sur le code à barres.
- Indiquez les heures de la manière suivante :
  - 23 h 59 pour indiquer minuit
  - 8 h 00 pour indiquer le matin
- Assurez-vous que toutes les informations soient exactes et lisibles.
- Les échantillons qui ne contiennent pas toutes les informations ne pourront être analysés au laboratoire.

## OÙ ET QUAND RAPPORTER VOTRE PRÉLÈVEMENT?

- Pour garantir la qualité du test, rapportez votre contenant dans un sac refermable étanche, dans un délai maximal de 12 heures, en gardant le pot au froid.
- Si vous ne pouvez rapporter votre contenant dans ce délai, conservez-le au réfrigérateur (4 °C) pour une durée maximale de 3 jours. Ne mettez pas votre contenant au congélateur.
- N'oubliez pas, s'il y a lieu, d'apporter l'ordonnance reçue de votre prescripteur.
- Déposez le sac du contenant dans un deuxième sac et glissez-y votre ordonnance.
- Rapportez votre contenant dans un centre de prélèvement du CIUSSS de l'Estrie – CHUS. Pour connaître les lieux et les heures d'ouverture, consultez le [santeestrie.qc.ca/prelevements](https://santeestrie.qc.ca/prelevements).
- Le laboratoire de votre centre hospitalier enverra votre collecte de selles au laboratoire du CHUS – Fleurimont. Les résultats de l'analyse seront envoyés à votre médecin traitant. Assurez-vous de bien suivre ces directives. Les prélèvements non identifiés correctement ou les requêtes incomplètes peuvent être rejetés par le laboratoire. Il faudra alors recommencer la collecte de 3 jours.