

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 42

Artikel: Le grand retour de la goutte
Autor: Rein, Frédéric
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831664>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 29.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Le grand retour de

Ces vingt dernières années, le nombre de personnes concernées par cette forme de plus de 65 ans! Près de 60 000 Suisses seraient confrontés chaque année à cette

Dans une société où le consommateur est souverain, rien d'étonnant de constater qu'il a hérité du mal des rois, comme on appelait la goutte au Moyen Age! Cette forme de rhumatisme est plus que jamais revenue sur le devant de la scène médicale. Les spécialistes évoquent une maladie en forte augmentation ces vingt dernières années. Aux Etats-Unis, 12 millions de personnes, soit 4% de la population, seraient déjà affectées par cette arthropathie. En Suisse, les estimations font état de près de 60 000 personnes touchées chaque année. «Comme la goutte est intimement liée à l'épidémie de surpoids et au diabète de type 2, on peut s'attendre à ce que les chiffres continuent à augmenter à l'avenir», prédit le Pr Pierre-André Guerne, médecin-adjoint agrégé au service de rhumatologie des Hôpitaux universitaires genevois (HUG). Car si cette maladie est génétiquement programmée – de multiples défauts sont pos-

sibles au niveau du métabolisme ou du transport de l'acide urique – les éléments déclencheurs sont à chercher dans les menus trop riches, surtout en certaines protéines, en graisses, en glucides et en alcool. Les coupables se nomment bière, soda, fast-food, alcool, viande, charcuterie, rognons et autres abats! «L'hyperconsommation de fructose, un sucre bon marché élaboré à partir de sirop de maïs et utilisé dans de nombreux aliments industriels, comme les boissons sucrées, représenterait un véritable facteur aggravant», précise le professeur genevois.

Pris en trop grande quantité, ces boissons et aliments peuvent faire grimper en flèche les concentrations en acide urique – déjà présent dans notre corps à chaque fois qu'une cellule meurt. Au lieu d'être évacué dans les urines, l'excès de cet acide est stocké dans le sang (hyperuricémie) et les tissus, avec comme risque la formation de cristaux d'urate dans les articulations, à l'origine de ces inflammations articulaires très douloureuses. «Pour certaines personnes, c'est le résultat d'une accumulation d'excès sur des années, alors que pour d'autres, les conséquences apparaissent nettement plus vite. Il n'y a pas de règle», poursuit Pierre-André Guerne.

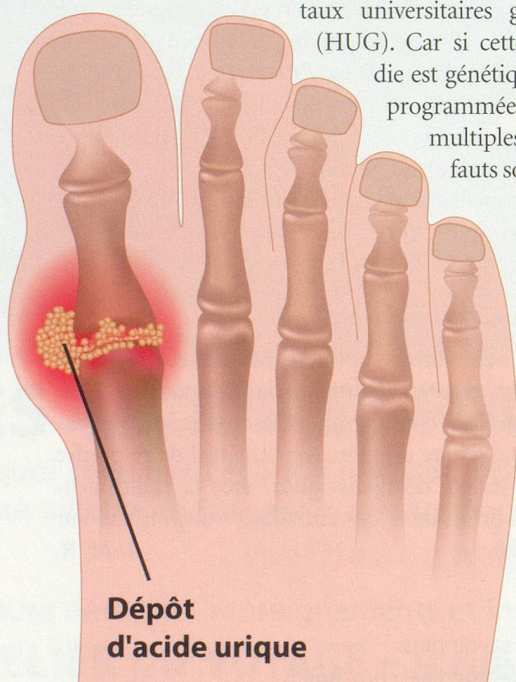
Seniors en première ligne

Une frange de la population est tout particulièrement concernée par la goutte: les hommes, puisqu'ils représentent 95% des cas – les femmes semblent être protégées par leurs œstrogènes jusqu'à la ménopause. Et plus particulièrement, les hommes de plus de 50 ans. «La prévalence de la goutte a même

doublé chez les aînés de plus de 65 ans, précise Alexander So, chef du service de rhumatologie au CHUV, à Lausanne. Le rhumatologue l'explique par une augmentation des pathologies des reins à cet âge-là. «Les maladies rénales favorisent la goutte, précise-t-il. Au même titre que certains médicaments, comme ceux utilisés dans le traitement de l'hypertension ou ceux servant à prévenir le rejet d'une greffe.» Des études ont également prouvé que l'acide urique est associé aux maladies cardiovasculaires, avec vraisemblablement un rôle partiellement causal. Le suivi pendant dix-sept ans de 9105 Américains a ainsi montré que la goutte était associée à une élévation de la mortalité cardiovasculaire de 21% et de celle par infarctus de 35%! Sans oublier qu'elle peut aussi provoquer des déformations articulaires.

Une fois sur deux: le gros orteil

Les douleurs aiguës se manifestent une fois sur deux dans le gros orteil, ou, dans 30% des cas, dans le genou. Apparaissent alors les signes classiques d'une inflammation: peau rouge, chaude et tuméfaction. Comment le médecin peut-il être certain qu'il s'agit de la goutte? Plusieurs éléments peuvent conduire le spécialiste à poser ce diagnostic: après cinq jours d'anti-inflammatoires et d'analgésiques, la douleur doit en principe avoir disparu; des cristaux d'urate sont découverts dans le liquide synovial (lubrifiant de l'articulation); une forte concentration d'acide urique est présente dans le sang; des modifications radiologiques typiques sont présentes et, enfin, des cristaux



Alila Sao Mai

la goutte

d'arthrite a très fortement augmenté, doublant même chez les seniors
pathologie.

se forment sous la peau à la hauteur des oreilles, des paupières, des tendons ou des bourses séreuses.

Le diagnostic posé et les crises calmées, il convient d'agir... D'abord via une meilleure hygiène de vie: davantage de sport, une nourriture plus équilibrée et une consommation d'aliments qui font baisser l'acide urique, comme les produits laitiers, les fruits et les légumes, riches en vitamine C. Le café diminue aussi l'hyperuricémie, alors que le jus de cerises paraît avoir l'avantage de diminuer l'inflammation.

Ensuite, un traitement médicamenteux de fond à prendre à vie est mis en place, afin d'éviter le retour des crises. «Les moyens de lutter contre la goutte sont très efficaces, atteste le Pr Pierre-André Guerne. L'Allopurinol est le médicament le plus couramment utilisé. Il permet de diminuer très efficacement le taux d'acide urique. Il faut l'administrer progressivement afin de trouver la bonne dose pour que les dépôts d'acide urique, appelés tophus, disparaissent. Et pour pallier les crises que peut engendrer ce médicament en début de traitement, on prescrit en parallèle des anti-inflammatoires classiques, de type Diclofénac® ou Ibuprofen®.»

Mais, comme le constatent les deux médecins, le principal problème se situe souvent ailleurs: le

risque de voir le patient cesser son traitement une fois que les symptômes aigus se sont apaisés. Une grosse

erreur, au vu des conséquences possibles!

Cette pathologie semble sans conteste représenter une goutte supplémentaire dans un vase de la santé publique déjà bien plein, prêt à déborder.

Frédéric Rein

