LA GOUTTE EN 60 QUESTIONS

ÉVENTAIL N°1

La goutte

En finir avec la goutte

IPSEN Innovation for patient care

MENARINI

LA GOUTTE EN 60 QUESTIONS

La collection de fiches **« La goutte en 60 questions »** vous propose de vous accompagner dans le traitement et le suivi de votre goutte. Retrouvez les réponses aux questions que vous vous posez sur votre maladie à travers 6 thèmes :

- **La goutte**
- L'hyperuricémie
- Le traitement de la crise
- Le traitement hypo-uricémiant
- Les règles hygiéno-diététiques
- Gérer sa maladie au quotidien

Pour compléter votre collection et vous créer une documentation pratique, demandez de nouvelles fiches à votre médecin.

Il existe des solutions adaptées pour en finir avec la goutte et faciliter votre prise en charge.

Parlez-en à votre médecin.

1

“En fait, la goutte, qu’est-ce que c’est ?”

1

La goutte est la conséquence d'une hyperuricémie prolongée, c'est-à-dire d'un excès d'acide urique dans le sang

Les reins d'une personne atteinte de goutte n'éliminent pas correctement l'acide urique qui reste alors dans le sang. Cette maladie débute par des crises d'arthrites aiguës très douloureuses, au niveau des articulations, le plus souvent celles des pieds.

2

“Pourquoi suis-je atteint de goutte ?”

2

Plusieurs facteurs peuvent être en cause :

- La génétique : en cas de prédisposition familiale, l'élimination par le rein de l'acide urique peut être diminuée.
- Le sexe : les hommes sont beaucoup plus souvent concernés. Les femmes sont protégées de l'excès d'acide urique grâce à leurs hormones, mais jusqu'à la ménopause seulement.
- Une alimentation inadaptée : certains aliments consommés en excès et l'alcool peuvent augmenter la production d'acide urique.
- L'excès de poids et l'obésité favorisent également l'augmentation du taux d'acide urique dans le sang.

3

“Y a-t-il beaucoup de personnes atteintes de goutte ?”

3

Aujourd'hui en France, près de 600 000 personnes* seraient concernées par cette maladie

C'est le plus fréquent des rhumatismes inflammatoires de l'adulte. La fréquence de la goutte est actuellement en augmentation du fait de la modification des habitudes alimentaires et du vieillissement de la population.

* www.crisedegoutte.fr

4

“La goutte est-elle liée à l’âge ?”

4

Non, la goutte n'est pas forcément liée à l'âge

Certains hommes peuvent être touchés jeunes, surtout s'ils ont un terrain héréditaire favorable. Néanmoins, le nombre de personnes touchées par la goutte augmente avec l'âge. Et les femmes peuvent être atteintes après leur ménopause.

5

“J’ai seulement fait 2 crises, cela signifie-t-il que j’ai la goutte ?”

5

La crise de goutte est due à l'inflammation causée par les cristaux d'urate présents dans les articulations

Faire plusieurs crises est très évocateur de goutte.
Pour confirmer le diagnostic, il est fortement recommandé de consulter votre médecin qui vous prescrira une prise de sang pour mesurer votre uricémie.
D'autres examens peuvent éventuellement venir accompagner cette prise de sang pour localiser les éventuels cristaux dans vos articulations et dans vos reins.

6

“La goutte est-elle une maladie grave ?”

6

La goutte est une maladie que l'on peut guérir définitivement si les traitements sont bien suivis. En revanche, en l'absence de traitement, la goutte peut être une maladie grave

En effet, elle peut se compliquer :

- De tophus : ce sont de gros dépôts de cristaux d'urate indolores qui siègent autour des articulations et sous la peau (oreilles, coudes, mains).
- De destructions articulaires : en se déposant dans les os et à la surface des cartilages, les cristaux peuvent détruire les articulations.
- De colique néphrétique et d'insuffisance rénale : les cristaux d'urate peuvent former des calculs dans les reins et gêner leur fonctionnement.

7

“J’ai trop d’acide urique, mais je n’ai jamais fait de crise ?”

7

Avoir trop d'acide urique, c'est-à-dire une hyperuricémie, est le principal facteur de risque de goutte

Cependant, hyperuricémie ne signifie pas forcément crise de goutte, mais plus le taux est élevé, plus le risque est important.

Parlez-en à votre médecin, qui pourra vous conseiller la prise en charge la plus adaptée.

8

“J’ai la goutte, est-ce que ça se soigne ?”

8

Oui, la goutte se soigne très bien si elle est bien traitée

Une bonne hygiène de vie et un traitement bien suivi peuvent éliminer tous les symptômes en réduisant le taux d'acide urique dans le sang. On peut alors même parler de guérison.

9

“Pourquoi la goutte touche-t-elle davantage les hommes ?”

9

Les femmes sont moins touchées par la goutte car jusqu'à la ménopause, elles sont protégées par leurs hormones

En effet, les œstrogènes facilitent l'évacuation de l'acide urique dans les urines.

10

“J’ai toujours été mince, je ne peux pas avoir la goutte ?”

10

La goutte touche effectivement de façon plus fréquente les « bons vivants »

En effet, certains excès alimentaires (alcools forts, bière, sodas sucrés en particulier, mais aussi les viandes et les aliments source de protéines animales) entraînent une surproduction d'acide urique. Cependant, la goutte peut aussi être favorisée par un terrain familial particulier, avec une moins bonne capacité à éliminer l'acide urique qui est produit de façon naturelle par l'organisme.

LA GOUTTE EN 60 QUESTIONS

Des fiches pratiques regroupées en 6 thèmes

Documents réalisés avec le soutien scientifique du Pr P. Richette, Hôpital Lariboisière, Paris.

EN FINIR AVEC LA GOUTTE

D'autres outils sont déjà disponibles pour vous aider dans la prise en charge de votre maladie.

Une brochure d'information

Une carte de soin personnalisable

Parlez-en à votre médecin.

1ADE06208/11 - document établi en 07/11 - 2AK0147/09-11