



LA GOUTTE EN **60** QUESTIONS

ÉVENTAIL
N°6

Gérer sa maladie au quotidien

En finir avec
la goutte

 **IPSEN**
Innovation for patient care

 **MENARINI**
Pharmaceuticals

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.



“ Que
signifie
précisément
avoir
une maladie
chronique ? ”

1

C'est avoir une maladie qui dure dans le temps et qui nécessite un traitement et un suivi sur le long terme

La goutte est une maladie chronique mais curable. En prenant de façon continue le traitement hypo-uricémiant prescrit par votre médecin, vous ne ferez plus d'accès de goutte et vous éviterez des complications.



2

“ Si je dois
prendre un
traitement à vie,
cela veut-il dire
que je ne
vais jamais
guérir ? ”

2

La goutte est une des rares maladies pour laquelle les rhumatologues utilisent le mot « guérison »

En effet, bien suivre le traitement prescrit par votre médecin vous permettra de ne plus faire de crises de goutte et d'éviter les complications (ostéo-articulaires, rénales...) de cette maladie.

“ Je n’ai pas
bien compris
tout ce que
m’a dit mon
médecin,
à qui puis-je
en parler ? ”

3

N'hésitez pas à dialoguer avec votre médecin lors des consultations de suivi et à lui poser toutes vos questions, tant sur votre traitement médicamenteux que sur votre hygiène de vie

Il existe aussi des sites Internet et des brochures d'information qui peuvent vous aider dans le suivi des recommandations. Renseignez-vous auprès de votre médecin.

“ Ma
maladie
est chronique,
mais y a-t-il
un moyen
d'éviter les
complications ? ”

4

Oui, en suivant bien le traitement médicamenteux que vous a prescrit votre médecin, en surveillant régulièrement votre uricémie (qui doit être en-dessous de 60 mg/l), en respectant au mieux les conseils diététiques et en pratiquant une activité physique régulière

Ces efforts vous permettront de limiter les risques de complications.



5

“ Prendre
un traitement
tous les jours ?
Comment
ne pas
l’oublier
de temps en
temps ? ”

5

Le traitement quotidien est, certes, une nouvelle habitude à prendre

Vous constaterez que cela devient vite un rituel (surtout si vous le prenez tous les jours au même moment). D'autant plus si vous gardez à l'esprit que la régularité participe grandement à l'efficacité du traitement.



6

“ J’ai la
goutte, vaut-il
mieux que
je sois suivi par
mon médecin
généraliste
ou par un
spécialiste ? ”

6

Votre médecin généraliste pourra diagnostiquer votre goutte, prescrire un traitement adapté, suivre l'évolution et l'amélioration de votre uricémie, ainsi que vous conseiller au quotidien sur les règles hygiéno-diététiques à suivre

S'il votre médecin le juge nécessaire, il pourra vous orienter vers un rhumatologue.

“ J’ai lu que
c’était mieux de
ne pas prendre
les médicaments
en continu,
mais qu’il valait
mieux faire
des cures,
est-ce vrai ? ”

7

Non, dans le cas de la goutte, il faut prendre un traitement en continu, afin d'éviter la formation de nouveaux dépôts d'urate et dissoudre les dépôts existants

Si vous arrêtez votre traitement, votre uricémie remontera rapidement et des dépôts d'urate se formeront à nouveau. Il n'y a pas d'inconvénient à prendre le traitement en continu, bien au contraire.

“ Je suis
traité pour
la goutte,
vais-je devoir
prendre
beaucoup de
médicaments ? ”

Pendant les premiers mois, il faudra associer 2 médicaments : le traitement de fond hypo-uricémiant et un autre traitement (anti-inflammatoire ou colchicine) pour prévenir les rares crises qui peuvent survenir en début de traitement

Après environ 6 mois, seul le traitement hypo-uricémiant restera nécessaire pour maintenir l'uricémie en-dessous de 60 mg/l. À ces conditions et en y associant quelques règles hygiéno-diététiques simples, vous ne devriez plus entendre parler de votre goutte !

“ N’y a-t-il
pas des contre-
indications
si je prends
déjà des
médicaments
pour une autre
maladie ? ”

Les traitements hypo-uricémiants sont compatibles avec la prise de la plupart des autres médicaments

Mais, comme toujours, il existe des associations déconseillées. C'est pourquoi il est très important d'en parler à votre médecin et de faire régulièrement le point avec lui sur l'ensemble des traitements que vous suivez, sans en oublier !



10

“ Comment
puis-je être
sûr que mon
traitement est
efficace ? ”

Dans le cas de la goutte, c'est facile à vérifier ! Le traitement est efficace si votre taux d'acide urique reste sous le seuil de 60 mg/l. Et à terme, vous ne ferez plus de crises

Ce sera aussi grâce aux mesures hygiéno-diététiques que vous suivrez : elles ont aussi leur part de responsabilité dans votre guérison. Le traitement de la goutte est un traitement global !

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.