



Résultats de l'étude : Les liens entre l'alimentation et le SII

Professeur Jean-Marc Sabaté
Gastroentérologue
Co-président du Comité Scientifique de l'APSSII

2017-2018

Objectifs, méthodologie et échantillon

Objectifs

- Identifier les liens entre les symptômes du SII et l'alimentation
- Etudier l'attitude des patients face aux régimes

Méthodologie

- Questionnaire diffusé auprès des adhérents de l'APSSII portant sur :
 - la maladie, leurs rapports avec l'alimentation et leur attitude face aux régimes
 - leurs symptômes digestifs vécus pendant 1 à 4 jours : douleurs abdominales, ballonnements, flatulences et selles après les repas

Echantillon

- 84 participants
- 82% de femmes
- 46,9 ans en moyenne
- Types de SII :
 - SII-Diarrhée : 30,8%
 - SII-Constipation : 37,2%
 - SII-Mixte : 32,1%
- Niveau de sévérité du SII* :
 - minime : 19%
 - moyenne : 34%
 - sévère : 44%
- L'analyse des symptômes a été réalisée sur 590 repas enregistrés pendant 1 à 4 jours par 59 patients

- ➔ L'alimentation a un rôle :
 - déclenchant des symptômes du SII pour 73% des patients
 - aggravant des symptômes du SII pour 93% des patients

- ➔ Suivre un régime est considéré comme "difficile" pour 87% des participants

- ➔ Les régimes déjà testés par les patients étaient :
 - pauvre en lactose (60%)
 - pauvre en FODMAPs* (52%)
 - sans gluten (43%)
 - riche en fibres (21%)
 - basé sur des tests d'allergies (10,5%)
 - végétarien (9%)

- ➔ 39% des repas généraient des symptômes
 - sans différence selon les types de transit (diarrhée, constipation)
 - mais plus souvent pour les formes de sévérité moyenne (45%) et sévères (55%), par rapport aux formes avec sévérité minime (15%)

- ➔ Les pourcentages de repas suivis de douleurs abdominales, ballonnements ou flatulences variaient avec la sévérité de la maladie, mais pas avec le sous-type de transit

Cette étude confirme le rôle important de l'alimentation dans le déclenchement et l'aggravation des symptômes digestifs, ainsi que la difficulté pour les patients à faire des régimes, pour lesquels ils préfèrent être assistés par un diététicien.

Chez les patients, le repas génère fréquemment des symptômes digestifs, sans différence selon le sous-type de transit, mais plus souvent dans les formes sévères, notamment pour les douleurs abdominales, les flatulences et les ballonnements.

Les résultats de cette étude ont été présentés lors du congrès national des gastroentérologues, les Journées Francophones d'Hépatogastroentérologie et Oncologie Digestive (JFHOD) en mars 2019