



Association des **P**atients **S**ouffrant  
du **S**yndrome de l'**I**ntestin **I**rritable

# 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



- 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

\* Cet élément a été évalué sur la base de l'échelle de référence IBS-SSS (Irritable Bowel Syndrome - Severity Scoring System) : ce score mesure l'intensité de la maladie en prenant en compte les douleurs abdominales, les ballonnements, les troubles du transit et l'impact global de la maladie

- ➔ 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 minimale (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***