

# J'ai une crise de goutte, je comprends pourquoi

**Le site du Docteur Philippe TONTI**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/philippe-tonti](http://www.docvadis.fr/philippe-tonti)



Validé par

le Comité Scientifique Rhumatologie

**La crise de goutte est une affection fréquente, conséquence d'une anomalie du métabolisme de l'acide urique. Elle se traduit par des manifestations essentiellement articulaires.**

## Qu'est-ce qu'une crise de goutte ?

La goutte se traduit, en général, par une crise d'arthrite, c'est-à-dire par l'inflammation douloureuse d'une articulation. La plupart du temps, une seule articulation est touchée, celle du gros orteil. L'articulation est rouge et gonflée. La douleur est soudaine, intense, et provoque des lancements. La peau qui couvre la région enflammée est tendue et brillante. Elle est hypersensible au toucher ; l'appui sur la jambe est souvent impossible. Plus rarement, la crise peut se manifester au niveau des genoux, des chevilles, des poignets ou des doigts. Plus rarement encore, des douleurs articulaires généralisées peuvent apparaître, ainsi qu'une sensation de malaise général, de la fièvre, voire des frissons.

## Pourquoi ai-je une crise de goutte ?

Cette crise est la conséquence d'un excès d'acide urique dans votre sang. Lorsque sa concentration est trop importante, il forme des cristaux qui se logent à l'intérieur de vos articulations et provoquent des douleurs intenses.

## Pourquoi ai-je un excès d'acide urique ?

Plusieurs causes peuvent expliquer cet excès d'acide urique.

- Une anomalie du métabolisme de cette substance : votre organisme en produit trop ou ne l'élimine

pas suffisamment.

- Certaines maladies peuvent être à l'origine de cette anomalie : le psoriasis ou une insuffisance rénale.
- Certains traitements peuvent être impliqués, notamment la chimiothérapie, les diurétiques ou encore l'aspirine même à faible dose (automédication)...
- Certaines situations, comme la consommation excessive d'alcool, la perte rapide de poids, le jeûne, des excès alimentaires et notamment des repas riches en protéines...

## **Certaines personnes sont-elles plus à risque que d'autres ?**

Oui. Les personnes les plus touchées sont les hommes (9 cas sur 10) entre 30 et 50 ans. Ce déséquilibre s'explique par le niveau d'acide urique sanguin normalement plus élevé chez l'homme que chez la femme. Toutefois, l'apparition de la goutte est possible chez les femmes à partir de la ménopause. L'hérédité semble également impliquée. Une prédisposition génétique ou familiale (18 % des cas) serait à l'origine de ce trouble du métabolisme. L'âge est également un facteur prédisposant : les reins sont moins efficaces et éliminent moins bien les déchets de l'organisme. Cela favorise l'élévation de l'acide urique au niveau sanguin.

## **Comment la goutte peut-elle évoluer ?**

En général, la fréquence des crises et leur nombre augmentent avec le temps. Après plusieurs années, en plus des douleurs articulaires, la maladie peut provoquer des dépôts de cristaux sous la peau appelés tophus. Ce sont des masses friables blanchâtres ou jaunâtres situées sur le bord extérieur de l'oreille, sur les coudes ou près des coudes, sur les doigts, sur les orteils ou encore près du tendon d'Achille. Ces tophus peuvent aussi se déposer dans les structures osseuses, on parle alors d'arthropathies uratiques. Les articulations sont progressivement détruites, et cela est caractéristique particulièrement pour les mains, les poignets, les pieds... Les cristaux peuvent aussi se déposer dans les reins. En l'absence de traitement, ils vont gêner leur bon fonctionnement et, à terme, provoquer une insuffisance rénale.

## **Y a-t-il une relation entre la crise de goutte et les calculs rénaux ?**

Oui. Un excès d'acide urique dans votre organisme peut provoquer la formation de calculs rénaux. La formation de ces calculs dans vos reins peut alors provoquer des coliques néphrétiques qui se traduisent par de fortes douleurs rénales (dans le dos, sous les côtes).

Les accès aigus de la goutte sont généralement bien connus et diagnostiqués par votre médecin

généraliste. Un traitement efficace peut prévenir le risque de complications éventuelles. On retrouve souvent associés à la goutte une obésité, un surpoids, des troubles du métabolisme général et donc une augmentation du risque de maladies cardiovasculaires et d'athérosclérose. Il a été démontré que la consommation excessive de bière provoque la goutte.