

# Traité(e) par des corticoïdes, je comprends les modalités de mon traitement

**Le site du Docteur Philippe BEAULIEU**

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

 Validé par  
le Comité Scientifique Endocrinologie

**Il vous a été prescrit une corticothérapie par voie orale. Ce traitement vous est prescrit pour une période prolongée. Il est nécessaire de respecter certaines précautions.**

## **Pour quelles raisons dois-je prendre des corticoïdes ?**

Les corticoïdes sont généralement prescrits pour leur effet sur l'inflammation. Ils limitent les symptômes, notamment la douleur. Certaines pathologies nécessitent un traitement court appelé corticothérapie en cure courte (en général moins de 10 jours) ; et d'autres, des traitements beaucoup plus longs appelés au long cours. Les précautions et les effets secondaires sont très différents selon la durée du traitement. La corticothérapie est utilisée dans le traitement de maladies inflammatoires des articulations (rhumatismes inflammatoires), de l'intestin, des muscles, de la peau, du rein, des poumons (asthme), de l'œil, des vaisseaux sanguins, etc. Certaines indications nécessitent un traitement sur une très longue période. Le plus souvent, les corticoïdes doivent être pris par voie orale. Parfois, on les prescrit par voie respiratoire et ils ont alors moins d'effets secondaires.

## **Comment agissent les corticoïdes ?**

Ce sont des molécules de synthèse proches d'une hormone naturellement fabriquée par les glandes surrénales de votre organisme et indispensable à la vie : la cortisone. Mais les corticoïdes ont été modifiés pour développer leurs effets contre l'inflammation. Ils agissent sur un grand nombre d'organes.

## **Durant ce traitement, quelles précautions dois-je**

## prendre ?

Les corticoïdes sont des médicaments très actifs. Ils peuvent avoir des effets secondaires indésirables que l'on peut prévenir.

- Il faut les prendre le matin en une dose unique pour éviter la fatigue ou des troubles du sommeil.
- En cas de crampes, parlez-en lors d'une prochaine consultation. Il est possible que vous souffriez d'une carence en potassium liée à votre traitement. Elle est facile à corriger en consommant des aliments riches en potassium comme les bananes, le chocolat, les épinards ou des comprimés de potassium qui vous seront prescrits.
- A dose élevée, les corticoïdes peuvent imposer de suivre un régime sans sel, ou avec un apport de sel modéré. Il faut limiter la consommation d'aliments riches en sel : charcuterie, fruits de mer, fromages, conserves, plats préparés, pain...
- Un supplément en calcium et en vitamine D peut être utile pour prévenir le risque d'ostéoporose.
- Si vous avez eu un ulcère à l'estomac, vous devrez prendre un médicament protecteur de l'estomac.
- Il faut faire surveiller vos yeux tous les 12 mois. Une cataracte ou une tension oculaire anormale peuvent apparaître avec une corticothérapie prolongée.
- Si vous êtes diabétique, il faudra être très vigilant en cas d'injection de corticoïdes dans une articulation. Les infiltrations de corticoïdes, même injectés une seule fois, ont les inconvénients des cures au long cours.

## Comment faut-il arrêter ce traitement ?

Si vous prenez des corticoïdes pendant moins d'un mois, aucune précaution n'est nécessaire pour l'arrêt du traitement. En revanche, en cas de corticothérapie sur une plus longue période, vos glandes surrénales sont mises au repos et ne produisent plus de cortisone naturelle. Un arrêt brutal de votre traitement va provoquer une chute brutale de votre taux de cortisol dans votre organisme, vos surrénales ne fonctionnant plus. Cela peut aller jusqu'à l'urgence médicale et la réanimation (on parle d'insuffisance surrénale aiguë). C'est pourquoi l'arrêt du traitement doit être progressif et sous contrôle médical strict, pour permettre à vos glandes surrénales de reprendre un fonctionnement normal.

Une corticothérapie doit être administrée à la dose la plus faible possible pour réduire ses effets indésirables. Cette dose dépend de la maladie traitée. Un traitement est spécifiquement adapté à chaque cas et à une situation donnée : il ne faut jamais adapter soi-même les doses de son traitement ni les conseiller à quelqu'un d'autre. Il ne faut jamais arrêter brutalement son traitement.

