

# MOI OU MON ENFANT SOUS CORTISONE... QUELLES CONSEQUENCES ?

Docteur Isabelle KONE-PAUT  
Pédiatrie Générale, rhumatologie  
CHU de Bicêtre 94270 Le Kremlin Bicêtre

Les corticoïdes, substances naturelles, sont des hormones produites par les glandes surrénales

- Il en existe de différents types, chacun ayant une action spécifique :
  - Sur la puberté (Corticostéroïdes sexuels)
  - Sur le volume sanguin, la tension artérielle (Minéralo-corticoïdes)
  - Sur le taux de sucre, le stockage des graisses, l'inflammation (corticoïdes produits ou administrés à forte dose)

## Effets « positifs » recherchés lors de l'administration de corticoïdes :

- Agir sur l'inflammation
  - Effet sur la douleur
  - Effet sur les oedèmes (gonflements), liés à de l'arthrite, à des tumeurs...
- Diminuer l'immunité quand il y en a trop !
  - Certaines maladies du sang
  - Allergies
- Compenser un manque de corticoïdes
  - Congénital

**Les effets sont rapides, puissants à doses élevées**

## Quels sont les effets indésirables ?

- Croissance : ralentissement
- Os : ostéoporose.
- Puberté : retardée.
- Peau : vergetures, diminution de la cicatrisation, acné, infections, mycoses.
- Yeux : glaucome, cataracte.
- Système nerveux : excitabilité, irritabilité, troubles du sommeil et de la concentration.
- Tension artérielle : augmentation.
- Fonction de la glande surrénale : diminuée.
- Immunité diminuée : peut masquer et/ou augmenter le risque d'infections et, en particulier, virales.
- Insuffisance surrénale (Les glandes surrénales sont mises au repos).
- Peut provoquer un ulcère gastrique et une fuite de potassium.

## L'intensité des effets indésirables des corticoïdes sont :

- Liés à leur nature.
- Liés à l'intensité de leur action (très supérieure aux corticoïdes naturels)
- Liés aux doses utilisées et à la durée du traitement
- Liés à l'âge du patient.

## Les corticoïdes sont des substances énergétiques :

- Ils entraînent une consommation des protéines d'où une fonte musculaire et une fragilité ligamentaire.
- Ils provoquent une intolérance au sucre (pré-diabète ou diabète)
- Ils augmentent la faim.
- Ils provoquent un stockage des graisses différents :
  - Sur la partie haute du corps et le bas du visage
  - Sur le haut du dos (bosse de bison)
  - Dans les vaisseaux : cholestérol et autres graisses

## L'ostéoporose :

- Évolution en 2 phases
  1. Rapide, dans les 6-8 premiers mois
  2. Progressive : anomalies de la formation osseuse
- Localisation sur la colonne vertébrale
- Effets de la dose :

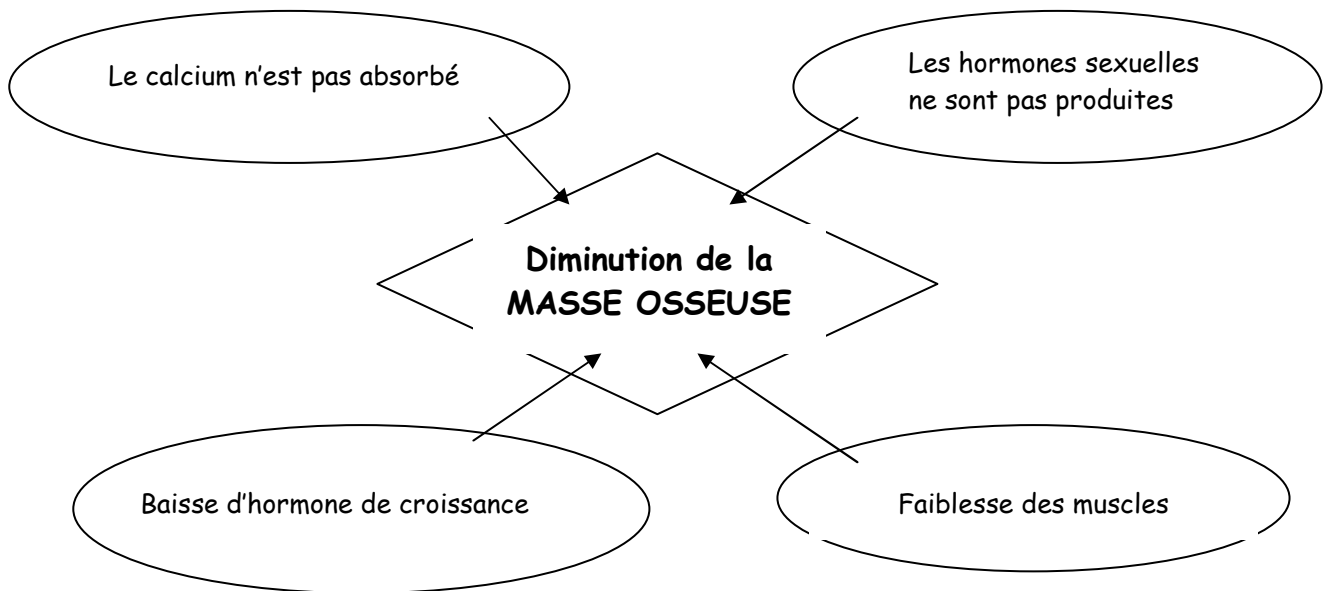
Le risque de fracture est proportionnel à la dose administrée.

- Effets de la durée :

Risque de fracture augmenté par les corticothérapies chroniques.

Chez l'enfant: retard de croissance longitudinale.

## Effets sur les os : fragilité osseuse due à une diminution de la MASSE OSSEUSE.



### IL FAUT DONC LIMITER CES EFFETS INDESIRABLES :

- Par un régime hypocalorique
  - Limite la prise de poids
- Éviter les sucres rapides
  - Limite le diabète
  - Limite les dépôts de graisse
- Diminuer le sel
  - Limite le risque de HTA
- Augmenter les protéines
  - Limite la fonte musculaire
- Limiter les graisses
  - Protège les artères

### EN PRATIQUE :

- Bouger++, marcher, nager....
- Se peser régulièrement
- Ne pas fumer
- Contrôler régulièrement la tension artérielle
- Contrôler les taux de sucre et de graisses dans le sang
- Mesurer la densitométrie osseuse régulièrement.
- Avoir une alimentation équilibrée.
- Supplémentation en potassium (K) et anti-acide.
- Limiter les facteurs aggravants
  - Corticothérapie : dose minimale efficace (< 0,3 mg/Kg/j)  
Si possible en une prise matinale et un jour sur deux
- Supplémentation en calcium + vitamine D
  - Calcium : 1000 à 1200 mg/j
  - Vitamine D : 400 à 800 UI/jour

### CONCLUSION

- Les corticoïdes sauvent la vie des patients.
- Ils imposent une surveillance médicale clinique et biologique régulière.
- Une hygiène de vie rigoureuse est nécessaire.
- Des traitements adjuvants sont souvent nécessaires, Ca, vit D, K+, anti-acide.
- Ils ne doivent jamais être arrêtés brutalement.