

Toi, Moi

Nouvelle édition!

et les MII

Une revue éducative pour
toute la famille



Qu'est-ce qu'il y a à l'intérieur

- 2 | Analyse de la calprotectine fécale pour les MII
- 6 | La commodité est un facteur lorsqu'il s'agit de choisir un médicament biologique
- 12 | La fatigue chez les personnes atteintes d'une maladie inflammatoire



QUI SOMMES-NOUS



Robbie's Rainbow est un organisme canadien à but non lucratif constitué de patients, de parents, de gastroentérologues et de membres du public.

Notre organisation a été fondée pour offrir aux enfants souffrant de maladies inflammatoires de l'intestin, l'accès aux traitements critiques et aux tests diagnostiques, de l'éducation, du mentorat et du soutien. Nous étions conscients que le manque d'assurances privées et publiques empêchait les enfants d'avoir accès aux traitements les plus efficaces. Convaincus que la recherche joue un rôle essentiel, nous nous tournons vers les chercheurs pour trouver une cure et en finir avec cette maladie débilante. Notre site web offre des ressources précieuses et un réseau de soutien aux familles, informe le public sur notre objectif et sur la façon de s'impliquer. Notre programme d'ambassadeurs réunit les parents et leurs enfants souffrant de MII, leur offrant une chance de créer des relations avec ceux qui comprennent l'impact d'une maladie chronique sur la vie de tous les jours.

Notre Mission

Robbie's Rainbow est un organisme à but non lucratif voué à l'amélioration de la santé et de la qualité de vie des familles et de leurs enfants vivant avec la maladie de Crohn et la colite ulcéreuse.

CONTACTEZ-NOUS

Robbie's Rainbow
478 Dundas Street West Suite 30052
Oakville, Ontario, L6H 7L8

905-599-1927

info@robbiesrainbow.ca
www.robbiesrainbow.ca

 RobbiesRainbowCa
 @RobbiesRainbow

Commanditaire Fondateur De Cette Revue

abbvie

Robbie's Rainbow est extrêmement reconnaissant à AbbVie, le commanditaire fondateur de notre revue. Robbie's Rainbow assume l'entière responsabilité du contenu de cette publication.

Les membres affiliés de Robbie's Rainbow



Fondation canadienne de la santé digestive
www.CDHF.ca

Chers lecteurs,

Bienvenue à notre toute dernière édition de Toi, moi et les MII.

Nous vous proposons une variété d'articles portant sur des sujets pertinents aux enfants, aux adolescents et aux parents qui s'intéressent aux MII et des articles qui partagent des points de vue et des stratégies pour gérer les MII de manière positive et proactive. Vous y trouverez des recettes faciles à suivre, créées par notre nutritionniste spécialisé, ainsi que des activités amusantes pour fournir un niveau additionnel de plaisir à nos jeunes lecteurs. Nous nous efforçons d'offrir quelque chose d'intéressant et de



plaisant pour tous.

Vous pouvez avoir confiance en notre matériel éducatif, car nos articles sont rédigés et révisés par des experts dans le domaine de la gastroentérologie et de la nutrition chez les enfants. Nous souhaitons aborder les nombreux aspects de la vie avec une MII en proposant des opinions réfléchies et positives ainsi que des conseils d'experts qui ajoutent de la valeur et qui encadrent.

La mission de notre organisme, Robbie's Rainbow, a pour but d'améliorer la qualité de vie des enfants, des adolescents et des familles affectés par les MII en leur offrant des articles, de l'information et des ressources qui appuient leur quête pour se renseigner.

Cette année se veut une année charnière pour notre organisme alors que nous célébrons notre 10e anniversaire. Nous avons accompli beaucoup au cours de notre première décennie en amassant plus d'un demi-million de dollars en finance-

Toi, moi et les MII

Nouvelle édition!

Une revue éducative pour toute la famille

ment pour la recherche et en financement de compassion pour les enfants ayant urgemment besoin de traitements, de diagnostics et de soins qui ne sont pas couverts par les régimes d'assurance maladie provinciaux et privés.

Alors que nous entamons notre prochaine décennie, nous sommes ravis de vous faire part de notre partenariat avec la Fondation canadienne de la santé digestive (FCSD). La FCSD possède plus de 20 ans d'expérience pour aider à réduire la souffrance et améliorer la qualité de vie des Canadiens touchés par les maladies digestives.

Ce nouveau partenariat nous rend très

enthousiastes tout comme l'occasion de bénéficier d'une scène plus vaste à l'échelle nationale pour avoir un impact sur la vie des enfants et des adolescents vivant avec des maladies inflammatoires de l'intestin.

Si vous lisez Vous, moi et les MII pour la première fois, nous sommes ravis que vous vous joigniez à nous en tant que lecteur. Pour les habitués de longue date à notre magazine, nous vous remercions de votre confiance et de votre soutien au cours des années et nous sommes impatients de continuer à vous offrir de nombreuses autres éditions de Toi, moi et les MII.

Kate Murray, Éditrice

À PROPOS DE NOTRE PARTENAIRE



La Fondation canadienne de la santé digestive (CDHF) est la ressource de confiance du Canada

sur la santé digestive. Le CDHF s'engage à fournir des renseignements et des recherches utiles et à jour pour aider les Canadiens à mieux gérer les troubles digestifs et à vivre une vie plus saine.

La mission principale du CDHF est de réduire la douleur et la souffrance et d'améliorer la qualité de vie en fournissant des informations fiables, accessibles et précises sur la santé et les maladies digestives.

De plus, la Fondation canadienne de la santé digestive s'est engagée à donner à tous les Canadiens les moyens de gérer leur santé digestive avec confiance et optimisme.

CDHF est la fondation officielle de l'Association canadienne de gastroentérologie (ACG). Plus de 1100 membres dont des gastro-entérologues, les chirurgiens, les pédiatres, les scientifiques de base et les infirmières composent l'Association.

L'ACG offre une formation gastroentérologique professionnelle et des possibilités de financement pour la recherche sur la santé et les maladies gastro-intestinales et, plus récemment, a plaidé pour l'amélioration de la rapidité et de la qualité des soins de santé digestive pour les Canadiens.

En savoir plus sur le site Web du CDHF: CDHF.ca



PROTÉINES DIGESTIBLES

Choix de mode de vie sains 1

LEÇONS DE VIE

Analyse de la calprotectine fécale pour les MII,
Dr. Nick Carman 2

CONSEILS PRATIQUE

Liens, communication et honnêteté, soutien à
l'école, par Katie Mc Beath 4

HISTOIRE PERSONNELLE

Mon parcours, par David McGuire 5

CONSEILS SAGES

La commodité est un facteur lorsqu'il s'agit de
choisir un médicament biologique,
par Karen Frost, NP 6

JEUX ET AMUSEMENTS

Puzzles, recherche de mots et jeux
..... 8

RECETTES SAINES

Obtenez votre calcium et votre vitamine D
avec ces recettes, par Sandra Saville, RD 9

GRANDIR

Manifestations extra-intestinales (MEI) des MII,
par Melanie Watson, NP 10

DEMANDEZ À L'EXPERT

Fatigue et MII par Dre. Mary Zachos
..... 12

TRAITEMENT

Monothérapie vs la Polythérapie par Dre
Cynthia Popalis 14

JOUEZ-VOUS À DES JEUX VIDÉO?

CDHF recherche des streamers Twitch
pour exécuter un flux de charité! 15



NOUVEAU

ISSN
2292-8596

Toi, Moi et les MII et You, Me and IBD
sont publiés par Robbie's Rainbow

Tous droits réservés. ©2020.
Reproduction interdite sans la per-
mission écrite de l'éditeur.

Robbie's Rainbow

478 Dundas Street West,
#30052, Oakville, Ontario
L6H 7L8
905-599-1927
info@robbiesrainbow.ca
www.robbiesrainbow.ca

Gestion de la conception par le Fondation canadienne de la sante digestive

2525 Old Bronte Rd Suite #300,
Oakville, ON L6M 4J2
Tel: 905.847.2002
www.cdhf.ca

Photo de la page couverture
Imprime au Canada

Nous sommes sur Facebook:
@RobbiesRainbowCa or
@CDHFDn



Nous sommes sur Twitter:
@RobbiesRainbow or
@TheCDHF



Nous sommes sur Instagram:
@CDHF_



Choix de mode de vie sains

Protéines digestibles

Ce qu'il en est du régime alimentaire et de la nutrition

Saviez-vous que le « régime alimentaire » et la « nutrition » sont deux choses différentes?

- Le régime alimentaire fait référence aux aliments que nous consommons
- La nutrition signifie d'absorber adéquatement les aliments pour rester en santé

Une MII peut affecter la quantité de nutriments absorbés par votre système digestif, il est donc important de veiller à ce que vous obteniez les nutriments essentiels.

Il n'existe aucune donnée probante suggérant que certains aliments ou régimes

alimentaires peuvent causer, gérer ou prévenir une MII.

Toutefois, un régime alimentaire bien équilibré constitué d'une quantité suffisante de protéines, de glucides, de gras, de vitamines et de minéraux est nécessaire pour assurer une nutrition adéquate.



Il est important de ne pas exclure aucun groupe alimentaire de votre régime alimentaire sans en discuter d'abord avec votre médecin ou une diététiste. Les MII sont différentes d'un patient à l'autre, et il n'existe aucun régime alimentaire précis qui fonctionnera de la même façon pour tout le monde. La meilleure façon de déterminer les stratégies qui vous conviennent le mieux et qui répondent à vos besoins en santé est de parler à votre diététiste.

Sports et forme

Restez actif, faites ce que vous adorez et pratiquez les sports que vous aimez — ou essayez quelque chose de nouveau! Il y aura peut-être des jours où les symptômes de votre MII, comme la fatigue ou la douleur, vous empêcheront de faire de l'activité physique, et c'est tout à fait correct! Si cela vous arrive, ne vous forcez pas à en faire!

Des exercices légers à moyens peuvent aider à réduire les symptômes d'une MII, réduire le stress et améliorer votre densité osseuse. Discutez avec votre médecin d'une routine d'exercices qui pourrait vous convenir!



Repos!

Il est important de vous assurer d'obtenir le repos et le sommeil dont vous avez besoin. Il existe un certain nombre d'études qui démontrent que le manque de sommeil peut accroître l'inflammation, en plus d'influencer votre humeur et votre santé mentale.

TRUCS pour récupérer vos heures de sommeil

Lire une revue ou écouter de la musique au lit peut être une excellente façon de relaxer après une longue journée. Il importe de faire attention au temps d'écran avant d'aller au lit. Si vous choisissez de regarder votre émission de télévision préférée ou de parcourir Instagram en soirée, essayez de fermer votre appareil 1 heure avant d'aller au lit. Ces distractions peuvent stimuler votre cerveau et vous maintenir éveillé, ce qui pourrait nuire à votre sommeil et vous empêcher d'obtenir ces 8 à 10 heures de sommeil si nécessaires!

Analyse de la calprotectine fécale pour les **MII**

Qu'est-ce que la calprotectine fécale?

La calprotectine est un complexe protéiné que l'on retrouve dans les globules blancs (plus couramment les neutrophiles) et qui possède des propriétés antimicrobiennes. Elle est normalement libérée par les cellules lors de la réaction inflammatoire du corps. Les personnes atteintes d'une MII présentent de l'inflammation intestinale, et la calprotectine est donc libérée dans le tube digestif lorsque l'inflammation est en phase active.

Qu'est-ce qu'une analyse de la calprotectine fécale?

Le grand avantage de la calprotectine est qu'en plus des symptômes et des analyses sanguines, elle peut être mesurée dans les selles et utilisée pour évaluer de façon non invasive l'activité

de la maladie. Lorsqu'une MII est sous contrôle, très peu de calprotectine est libérée, mais lorsque la maladie est plus active, plus de calprotectine est générée. Par conséquent, nous pouvons l'utiliser pour évaluer dans quelle mesure fonctionne un traitement.

Pourquoi l'analyse de la calprotectine fécale est-elle importante?

Votre équipe de soins spécialisée en MII demandera une analyse de la calprotectine fécale pour plusieurs raisons, notamment pour différencier une MII du syndrome du côlon irritable (SCI), pour surveiller l'activité de votre maladie et sa réponse au traitement, pour déterminer si vos intestins ont guéris et pour prédire une rechute. Je pense que le rôle le plus important de la calprotectine fécale est qu'elle permet de surveiller de façon relativement facile et non invasive si un traitement fonctionne ou non. Parfois, même quand une personne atteinte d'une MII se sent bien, de l'inflammation

intestinale sera tout de même présente, car les symptômes ne nous disent pas toujours tout, surtout chez les personnes atteintes de la maladie de

Crohn. Nous pouvons mesurer la calprotectine fécale au début d'un nouveau traitement, puis continuer de le faire de temps en temps pour confirmer si le traitement fonctionne. Une analyse périodique pourrait aider à éviter les colonoscopies fréquentes qui ne sont pas les tests les plus amusants à subir! Si tout se passe bien, nous devrions observer une réduction générale du taux de la calprotectine fécale avec le temps. Il est donc important d'effectuer cette analyse lorsque votre médecin ou l'infirmière vous le demande, car il peut nous donner de précieux renseignements concernant la façon dont votre MII est contrôlée, ce qui pourrait même prévenir une poussée!

De quelle façon est effectuée l'analyse de la calprotectine fécale?

Traditionnellement, nous pouvions effectuer une analyse de la calprotectine fécale à l'hôpital ou dans un laboratoire, où un échantillon de selles était recueilli et soit amené ou envoyé au laboratoire par le patient pour qu'il soit analysé. Les résultats étaient ensuite envoyés au médecin. Si les résultats sont envoyés à un laboratoire pour y être analysés, on peut s'attendre à obtenir un résultat en environ une semaine. Il arrive que ces analyses ne soient pas disponibles dans certaines régions du pays, mais leur disponibilité est de plus en plus grande. Par contre, peu importe l'endroit où vous habitez, ni les régimes d'assurance privée ou publique ne couvriront les frais liés à cette analyse qui coûte 200 \$! Depuis peu, une trousse pour la maison, appelée IBDoc®, est offerte, et l'analyse



Un test fCal
peut aider à
predire
une eruption!

peut être effectuée à partir de la maison et téléversée à l'aide d'une application de téléphone intelligent (iOS ou Android) à votre médecin. Il faut pour ce faire prendre un échantillon de selles, le placer dans la trousse IBDoc® et utiliser l'appareil-photo de votre téléphone (par le biais de l'application) pour prendre une photo de la cassette. Vous obtenez immédiatement un résultat qui est ensuite automatiquement et de façon sécuritaire téléversé à votre équipe de soins spécialisée en MII.

Que vous indiquent les résultats de l'analyse de la calprotectine fécale?

Étant donné que la calprotectine fécale est essentiellement une façon de mesurer la quantité de globules blancs dans les intestins, elle peut être utilisée comme analyse pour nous indiquer dans quelle mesure l'inflammation est présente. Si une MII est en rémission, les intestins devraient présenter très peu d'inflammation, et la calprotectine sera alors faible. Dans ce cas, nous pouvons habituellement être rassurés que notre plan de traitement fonctionne. Si une MII est en phase active et qu'il y a de l'inflammation, le taux de calprotectine sera élevé. Nous pouvons donc l'utiliser comme outil pour savoir si l'inflammation est active, nous incitant alors à réévaluer et possiblement à ajuster notre plan de traitement. Ces ajustements pourraient être aussi simple que de modifier la dose ou la fréquence de notre médicament ou pourrait impliquer de se faire recommander un tout nouveau traitement, il est donc toujours important de discuter de toute modification possible avec votre médecin spécialisé en MII.

Est-ce que les évaluations de la calprotectine fécale sont fiables?

La calprotectine fécale ne constitue pas une analyse parfaite, mais pour la plupart des patients, elle fournit des renseignements précieux sur l'activité de leur maladie, en plus des autres tests prescrits par votre médecin spécialisé en MII. En termes scientifiques, la recherche a démontré que cette analyse est beaucoup plus sensible que précise, ce qui veut dire que, si l'analyse est normale,

il est peu probable qu'il y ait de l'inflammation dans vos intestins. Toutefois, environ 20 à 25 % des analyses de la calprotectine fécale pourraient être positives même si vos intestins ne présentent aucune inflammation. Alors, il ne faut pas paniquer si vous obtenez un résultat positif — nous l'analyserons ensemble en tenant compte de toute l'information que nous collectons de nos patients et de leurs analyses en laboratoire. De plus, l'utilité de l'analyse de la calprotectine fécale est différente pour différentes personnes. Cela dépend un peu du type de MII de la personne et de l'endroit où l'inflammation se trouve dans les intestins, il est donc important de discuter du rôle de la calprotectine fécale avec votre médecin spécialisé en MII.

Dans quelle mesure la calprotectine fécale m'aide-t-elle, moi, en tant que patient?

Je pense que, pour les patients, la calprotectine fécale est surtout utile pour les aider à reconnaître plus tôt s'il y a de l'inflammation intestinale. Elle peut nous aider à apporter des modifications au traitement avant que des symptômes significatifs se développent, et à assurer que nous maintenons un bon contrôle de la maladie à long terme.

La calprotectine fécale constitue un autre outil dans notre arsenal toujours grandissant pour nous aider à maîtriser l'inflammation des MII. Elle nous fournit des renseignements précoces au sujet de l'activité de la maladie sans avoir à effectuer des tests invasifs, ce qui nous permet d'apporter des changements afin, espérons-le, de prévenir les rechutes et d'améliorer la qualité de vie.

Dr. Nicholas Carman, Bsc, MBBS, FRACP, est gastroentérologue pédiatrique dans le programme MII au Centre MII du CHEO, est directeur des diagnostics et thérapies avancées et professeur adjoint de pédiatrie à l'Université d'Ottawa.

Liens, **e**t honnêteté communication soutien à l'école

Par Katie McBeath,

Enseignante 7e-9e année



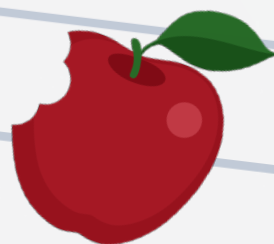
Chaque jour, vous envoyez votre enfant à l'école, vous livrez ce précieux chargement avec le grand espoir que sa journée soit remplie de nouvelles opportunités. De même, chaque jour, en tant qu'enseignante, j'accueille vos enfants dans ma classe et j'espère la même chose! Lorsque votre enfant est atteint d'une maladie chronique, comme une maladie inflammatoire de l'intestin (MII), il existe des défis additionnels tant pour les parents que l'école pour faire en sorte que chaque journée soit positive pour votre enfant. En vue de leur réussite, nous devons travailler ensemble pour nous assurer que votre enfant est en sécurité et qu'il connaît du succès à l'école. La première étape pour s'assurer d'obtenir du soutien à l'école est d'établir un véritable lien avec les personnes qui interagiront avec votre enfant au cours de la journée. À l'ère numérique, il est très facile d'envoyer un courriel, mais la santé est personnelle et une rencontre en personne au début de l'année scolaire permettra d'établir le lien dont vous aurez besoin pour savoir que l'historique de santé de votre enfant est bien entendu. Il serait souhaitable de ne pas simplement vous présenter sans rendez-vous préalable. Communiquez avec l'enseignante de votre enfant par téléphone ou courriel et demandez à la rencontrer, en mentionnant que vous aimeriez lui faire part de renseignements

sur la santé de votre enfant. Invitez tout le personnel de l'école qui sera en contact avec votre enfant, ou assurez-vous de demander de transmettre ces renseignements aux autres membres du personnel de l'école. Arrivez à la réunion avec des copies papier des renseignements au sujet de la maladie de votre enfant, des symptômes et des stratégies qui, selon vous, sont utiles. Assurez-vous d'offrir un endroit et du temps pour que le personnel enseignant pose ses questions pour bien comprendre.

Décidez du plan de communication approprié entre l'école, les enseignants et vous-mêmes, en plus de la façon dont l'enseignante et votre enfant communiqueront, y compris pour que votre enfant développe des stratégies d'autonomie. Une fois que les bases de l'information ont été établies, il est important que votre enfant se sente à l'aise à gérer tous les jours les symptômes de sa MII au sein de l'environnement de l'école. Demander à votre enfant d'établir une forme subtile de communication avec son enseignante est une excellente façon de se sentir plus à l'aise et de développer sa confiance au sein de l'environnement de l'école. Par exemple, certains de mes élèves n'ont pas besoin de « demander » de quitter la classe pour aller aux toilettes. Ils placent plutôt un petit objet sur leur pupitre, m'indiquant qu'ils sont allés aux toilettes.

Ce signal est utile les jours où votre enfant doit effectuer plusieurs

allers-retours. En tant que parents, vous avez peut-être des suggestions pour cela et, selon son âge, votre enfant pourrait aussi avoir des idées quant à la façon dont il aimerait avoir une sorte de « code secret » à l'école. Un autre élément important de communication est d'informer l'enseignante des problèmes quotidiens qui pourraient affecter la participation de votre enfant à l'école. Une poussée de sa maladie, par exemple, peut être épuisante et distrayante, il est donc important que les enseignants sachent que votre enfant connaît une poussée afin qu'ils puissent modifier leurs attentes et offrent du soutien émotionnel additionnel, si c'est nécessaire. En tant que professionnels dûment formés de l'enseignement, nous possédons une formation pour éduquer les esprits jeunes. Nous souhaitons tout de même apprendre et nous adapter pour soutenir votre enfant et votre famille alors que vous naviguez le système d'éducation avec une MII. En fin de compte, les parents et les enseignants ont la même clientèle et l'information, c'est notre force!



Mon parcours

Par David McGuire

**entraîneur de conditionnement
physique SMART Fitness**

Bonjour! Mon nom est David et j'ai 27 ans. J'ai reçu un diagnostic de maladie de Crohn lorsque j'avais 18 ans. Tout a commencé par des douleurs abdominales et des visites fréquentes à la toilette pour progresser vers une perte de poids rapide.

J'ai perdu environ 45 lb en 3 mois et demi. Étant étudiant à l'école secondaire, cette perte de poids a énormément affecté mon estime de soi parce que je ne comprenais pas pourquoi je ne pouvais pas arrêter de me sentir malade. Les soins que j'ai reçus à la suite de mon diagnostic m'ont semblé prendre du temps à faire effet, probablement parce que je me sentais tellement pas bien. Jusqu'à ce que je suive un traitement biologique. Ce dernier a fonctionné durant environ 10 ans. Retour rapide à l'été 2019 durant lequel j'éprouvais plus de douleurs abdominales, mais elles étaient différentes des crises habituelles. J'ai dû subir ma première chirurgie : une hémicolectomie de droite (durant laquelle on retire le côté droit du côlon et on fixe l'intestin grêle au reste du côlon), causée par deux fistules. Le reste de 2019 et le début de 2020 se sont avérés être un processus lent et ennuyeux d'essais et d'erreurs pour trouver quels choix d'aliments et de modes de vie fonctionnaient maintenant pour mon organisme, en plus de gérer la prise d'un nouveau médicament biologique.

Lors de ma période de rétablissement après ma chirurgie, l'exercice m'a aidé à rester motivé. Je travaille comme entraîneur de conditionnement physique et je détiens un baccalauréat en kinésiologie. Je comprends et vois les bienfaits de l'exercice chez mes clients, et je comprends évidemment que les mêmes bienfaits s'appliquent aux personnes vivant avec une MII. J'adore le sport et l'art de la

dynamophilie et de la musculation. Être capable de soulever des poids, de me voir devenir plus fort avec le temps et de développer mon corps m'ont sans contredit aidé à combattre les pensées négatives et le manque de confiance en soi-même découlant de la maladie. Tout au long de mon combat avec la maladie de Crohn, j'ai toujours été entouré d'un solide système de soutien de la part de ma famille et de mes amis. J'essaie d'être attentif, de garder un esprit positif, d'être actif et de dire de mon plein gré « non » aux aliments que je veux, mais auxquels mon corps ne répond pas bien. Si je peux transmettre un message aux personnes venant de recevoir un diagnostic ou qui traversent une période difficile dans leur parcours avec les MII : n'oubliez pas que tout ira bientôt mieux! Il y a une lumière au bout du tunnel. Vous pouvez améliorer votre santé. Lorsque les autres ne comprennent pas ce qui se passe, c'est peut-être difficile parce que vous paraissez aller bien de l'extérieur. Ça va, vous devez l'accepter. Ce n'est pas tout le monde qui comprendra ce que votre corps subit, mais vous le comprenez! Écoutez-le, acceptez votre condition et aimez la personne que vous devenez.



Suivez-le sur Instagram
[@smartfitness1992](https://www.instagram.com/smartfitness1992)



est un facteur lorsqu'il s'agit de choisir un médicament

La commodité

BIOLOGIQUE

La commodité est un facteur lorsqu'il s'agit de choisir un médicament biologique

Les traitements biologiques diffèrent, y compris dans la façon dont les médicaments sont fabriqués et préparés, la façon de les administrer, la fréquence à laquelle il faut les prendre et la façon dont ils influencent le mode de vie d'un patient.

Les gastroentérologues pédiatriques veulent que leurs patients aient accès au meilleur traitement possible afin de gérer avec succès leur maladie inflammatoire de l'intestin (MII). Que votre enfant ou ado n'ait jamais pris de médicaments biologiques ou qu'il doive envisager de passer à un deuxième ou troisième traitement biologique, c'est ici que commence votre quête pour en apprendre davantage au sujet de l'innocuité, de l'efficacité, des coûts et de la commodité du traitement.

L'innocuité est l'une des plus importantes caractéristiques influençant la plus importante influençant le choix du traitement médicamenteux, et tous les médicaments biologiques utilisés pour traiter les MII chez les enfants présentent d'excellents profils d'innocuité. Des listes de médicaments autorisés ont été mises sur pied depuis l'avènement des traitements biologiques, une pratique qui n'avait pas été adoptée pour les traitements précédents, comme avec les stéroïdes ou les immunomodulateurs. Les centres de MII appliquent un dépistage prébiologique rigoureux pour les patients, notamment leur statut TB, une vérification pertinente de leur immunisation et une radiographie thoracique afin de s'assurer de l'innocuité et de la continuité du traitement une fois que la thérapie aux médicaments biologiques est amorcée.

Les données d'efficacité sont solides. Plusieurs essais en cours démontrent qu'on obtient une réponse au traitement en temps opportun et que la rémission est possible à long terme. Avec les modèles actuels préconisant le traitement pour mieux cibler, de nombreux praticiens évaluent la cicatrisation des muqueuses en utilisant des réévaluations de colonoscopies précédentes et (ou)

sujet est un point de discussion pour les parents. Les coûts pour le patient entrent en ligne de compte dans une conversation sur les médicaments biologiques. Il est important de partager le type de régime d'assurance-maladie que possède votre enfant, s'il en est. Si vous avez des assurances privées, vous facturent-elles une quote-part pour une ordonnance de médicament biologique? Quels fabricants de médicaments biologiques offrent un

programme d'assistance humanitaire auquel vous pouvez accéder? Ce sont tous des facteurs qui influencent fortement le processus décisionnel.

La commodité est-elle un facteur à envisager? **ABSOLUMENT.**

La commodité d'un traitement a un impact important sur le choix du médicament biologique d'un patient, voici certains points à envisager.

Certains médicaments biologiques sont administrés par injection, soit une fois par semaine ou toutes les autres

semaine. Votre gastroentérologue déterminera le schéma

plus fréquentes ainsi que des techniques d'imagerie, comme l'IRM ou le tomodensitogramme.

Les coûts sont un facteur à considérer, pas tant pour un jeune patient, mais ce

posologique convenant le mieux à votre enfant/ado. On conseille de toujours prendre le médicament la même journée et la même heure, en choisissant une heure qui convient à l'horaire de l'école, des activités parascolaires de votre

QUESTIONS

Vous trouverez ci-dessous quelques questions à poser à votre gastroentérologue et à l'infirmière spécialisée en MII :

- Quelles options de traitements biologiques sont actuellement disponibles pour mon enfant ou adolescent?
- À quelle fréquence devra-t-il prendre son médicament biologique?
- Sous quelle forme le médicament est-il administré : par perfusion ou injection?
- Où le médicament est-il administré?
- Combien de temps est nécessaire pour l'administration du médicament?
- En fonction de nos préférences de traitement, lequel conviendrait le mieux à mon enfant et au mode de vie de notre famille?

D'autres médicaments biologiques sont administrés par perfusion. Votre gastroentérologue déterminera le schéma posologique convenant le mieux à votre enfant/ado. Pour commencer à recevoir un médicament biologique par perfusion, le coordonnateur du soutien aux patients communiquera avec vous pour programmer la perfusion de votre enfant/ado et vous indiquer un endroit ou des endroits à proximité de chez vous. Lorsque vous arriverez au centre de perfusion, une infirmière assignera à votre enfant/ado une chaise de perfusion, posera quelques questions d'ordre général sur sa santé, insérera une ligne intraveineuse (IV), puis commencera lentement la perfusion. Les perfusions nécessitent généralement 3 heures. Avant de partir, l'infirmière vous donnera une carte de rendez-vous vous indiquant votre prochaine perfusion en fonction du schéma posologique de votre enfant/ado. Si vous prévoyez voyager et que votre voyage entre en conflit avec une perfusion, le coordonnateur du soutien aux patients consultera votre gastroentérologue pour des options, afin de soit programmer une perfusion avant le départ, soit au retour ou même de recevoir une perfusion à un autre centre au Canada. Si votre ado s'en va au collège/cégep ou à l'université, le coordonnateur du soutien aux patients peut l'aider à trouver un centre de perfusion à proximité de son école, de sa résidence ou de son appartement.

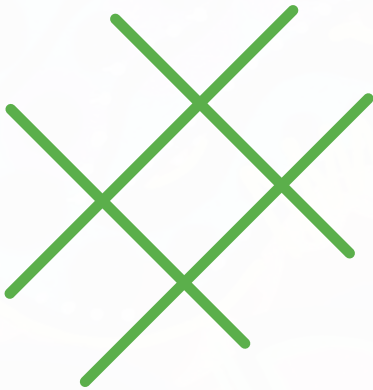
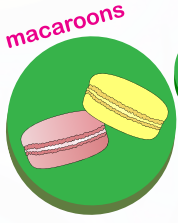
En exprimant votre préférence pour une option de traitement commode, cela peut permettre à vous et à votre enfant de devenir plus impliqués dans ce processus décisionnel concernant le traitement. Vous pourrez alors déterminer quel traitement convient le mieux aux besoins et au bien-être de votre enfant/ado et lequel s'adapte le mieux au mode de vie de votre famille.

Une maladie inflammatoire de l'intestin ne devrait pas définir une personne! Même si c'est emmerdant d'en être atteint, n'oubliez pas que votre MII n'est qu'une infime partie de vous. Il est important que votre traitement s'adapte bien à votre mode de vie! Même si aucun remède n'existe pour la maladie de Crohn ou la colite ulcéreuse, de nombreuses options vous aideront à vivre votre vie à fond! Alors, lorsque vous choisirez un médicament biologique, n'oubliez pas de tenir compte de sa commodité lors de votre prise de décision.

● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

Amusez-vous Bien!

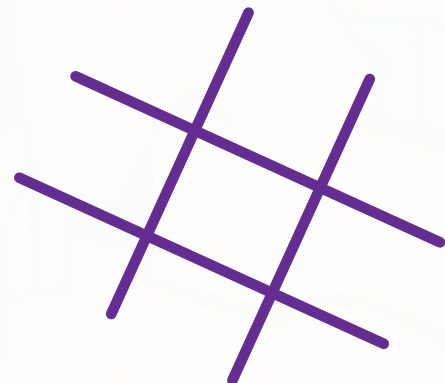
Recherche de mots



Broccoli



Trouvez 15 objets dans l'image!



RECETTES

Saines

Sandra Saville, diététiste Diététiste en santé digestive Présidente de Microbiome Experts Inc. saville.nutrition@sympatico.ca

Pâté au saumon sans croûte de Sandra Saville

Préchauffer le four à 350 degrés F° ou faire cuire dans un four à micro-ondes.

Huiler légèrement un plat en pyrex allant au four ou une assiette à tarte.

Ingrédients :

2 boîtes de conserve de saumon (boîte de 213 gr), égouttées

3 gros œufs, légèrement battus

Préparation :

Dans un bol à mélanger de format moyen, battre légèrement les œufs à l'aide d'une fourchette.

Ajouter le saumon égoutté dans le bol et bien mélanger avec la fourchette pour défaire le saumon en petits morceaux. Continuer à bien

mélanger jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Verser le mélange de saumon et d'œufs dans l'assiette à tarte huilée.

Cuire au four préchauffé durant 35 à 40 minutes, ou jusqu'à ce que le centre soit cuit.

Le pâté peut être cuit dans un four à micro-ondes à puissance élevée durant 6 ½ à 7 minutes, ou jusqu'à ce que le centre soit entièrement cuit.

Le pâté au saumon sans croûte peut être servi avec des pâtes et des légumes pour un repas rapide. L'ajouter à un sandwich roulé, le manger en sandwich ou le couper en cubes et le manger en salade. Vous pouvez même l'ajouter à un kebab accompagné de légumes.

« Délicieux! »

Riche en
vitamine
D!

Boisson fouettée pour le déjeuner contenant du calcium de Sandra Saville

Ingrédients :

1 banane

1 poignée d'épinards frais ou surgelés OU de purée de patate douce

½ tasse de cerises noires surgelées ou de morceaux de mangues fraîches/surgelées

½ tasse de boisson fortifiée (lait d'amande, de riz ou de soja)

1 bouteille de 255 ml de boisson Ensure à teneur élevée en protéines au chocolat ou à la fraise

2 cuill. à soupe de beurre d'arachides crémeux, de beurre d'amandes ou de graines de tournesol

2 cuill. à soupe de mélasse (1 cuill. à soupe contient 175 mg de calcium!)

Préparation :

Sortez tous les ingrédients et décidez quelle variété vous souhaitez utiliser. Ajoutez tous les ingrédients dans un mélangeur et mélangez à vitesse élevée, jusqu'à ce que vous obteniez la consistance désirée. Si le mélange est trop épais pour vous, vous pouvez ajouter de l'eau pour le diluer!

Dégustez!

Révisé par Sandra Saville, DR de Saville Consulting.

Avec du
calcium!

Manifestations extra-intestinales

(MEI) des MII

Par Melanie Watson

Lors d'un rendez-vous en clinique, il est courant de partager comment se portent vos intestins et les symptômes que vous pourriez ressentir. Par contre, n'avez-vous jamais pensé à partager les autres changements que vous avez remarqués avec votre corps? Les changements en dehors de vos intestins? Si vous n'en avez jamais parlé, il serait intéressant d'envisager d'en faire part.

Vous avez peut-être entendu votre gastroentérologue ou l'infirmière spécialisée en MII mentionner le terme de manifestations extra-intestinales ou MEI. Les MEI sont des troubles qui affectent différentes parties du corps, en dehors des intestins, et qui sont peut-être causés ou liés à votre inflammation due à une MII. Les causes exactes des MEI ne sont pas encore bien comprises et davantage de recherches sont donc nécessaires. Les MEI affectent communément la peau, les yeux, la bouche ou les articulations. Les personnes vivant avec une MII peuvent ressentir une MEI avant d'avoir leur diagnostic, et il est aussi possible de développer une MEI lors de la rémission.

Les MEI sont relativement courantes chez les patients pédiatriques atteints d'une MII. La recherche a démontré que

50 % des patients atteints de la CU et que 80 % des patients atteints de la maladie de Crohn développeront au moins une MEI à un moment de leur maladie[1]

Articulations

L'inflammation articulaire ou l'arthrite est une MEI fréquente des MII et affecte généralement les grandes articulations, comme les coudes, les poignets, les genoux et les chevilles. L'arthrite peut causer des douleurs, des courbatures, des raideurs et de l'enflure dans et autour des articulations.[2] Certains patients peuvent développer de la douleur et de l'enflure dans les petites articulations, comme les mains, les doigts et les pieds, et d'autres peuvent souffrir d'arthrite dans les hanches ou dans le dos. La plupart des symptômes de l'arthrite s'améliorent lorsque l'inflammation des intestins est sous contrôle. Certains traitements pour les MII sont également utilisés pour soigner l'arthrite, ce qui donne aux patients atteints d'une MII et de l'arthrite plus de symptômes à gérer.

Peau

L'érythème noueux est une affection fréquente qui touche le gras sous la peau. Il se manifeste par des éruptions douloureuses et rouges qui apparaissent souvent au niveau des chevilles, du haut ou du bas des jambes ou des avant-bras. Cette manifestation est bénigne, mais peut être inconfortable. L'érythème noueux a tendance à survenir lors de poussées de la maladie et peut s'améliorer avec les traitements des MII. [3]

Le psoriasis est une autre affection cutanée commune qui se manifeste par l'accumulation rapide des cellules à la surface de la peau, créant de petites

plaques rouges, sèches et squameuses qui peuvent démanger et apparaître sur tout le corps. Si vous les grattez, ces plaques peuvent saigner. Des crèmes et des onguents topiques peuvent être utilisés pour traiter le psoriasis léger à modéré. La photothérapie ou la lumière ultraviolette est un autre traitement utilisé pour traiter ce problème cutané. Certains médicaments contre les MII traitent également le psoriasis, ce qui constitue un avantage de plus pour les personnes atteintes de ces deux troubles.

Bouche

La stomatite aphteuse, que l'on désigne souvent par les termes ulcères ou aphtes, est l'une des MEI orales les plus fréquentes des MII. Les ulcères sont souvent de petites bosses blanches que l'on retrouve dans la bouche. Ils peuvent se trouver sur les lèvres, dans le palais, à l'intérieur des joues et sur la langue et peuvent être douloureux. Les patients atteints d'une MII qui souffrent de la stomatite aphteuse ont tendance à développer des ulcères lorsque leur maladie est plus active. Les ulcères peuvent être mineurs et disparaître en une semaine. Pour d'autres, ils peuvent durer plus longtemps et nécessiter un traitement aux stéroïdes.

Yeux

Certains patients atteints d'une MII ont également des problèmes oculaires, le plus commun étant l'épisclérite. Ce trouble affecte la couche de tissu couvrant la tunique externe du globe oculaire (aussi appelée la sclère), et rend l'œil rouge, douloureux et enflammé. L'épisclérite peut se développer lors d'une poussée d'une MII et peut être traitée avec des compresses d'eau froide. Dans certains cas, il peut être nécessaire d'utiliser des

Zones les plus fréquemment atteintes par les MEI :

- ☐ Articulations
- ☐ Peau
- ☐ Yeux
- ☐ Bouche
- ☐ Os
- ☐ Anémie

[1] Stawarski A, Iwanczak B, Krzesiek E, et al. Intestinal complications and extraintestinal manifestations in children with inflammatory bowel disease. Pol Merkuriusz Lekarski 2006;20:22-5.

[2] Arthritis society of Canada, What is Arthritis?

[3] Jang et al. EIMs of pediatric IBD

[4] <http://www.ibdclinic.ca/what-is-ibd/ibd-and-bones/>

Deux autres troubles oculaires sont liés aux MII, soit la sclérite, une inflammation de la sclère elle-même, et l'uvéïte, une inflammation de l'iris. Ces troubles sont plus sérieux et peuvent entraîner une perte de la vision s'ils ne sont pas traités.

Santé des os

Les os jouent un rôle essentiel dans notre corps. Non seulement offrent-ils à notre corps sa structure, mais ils protègent aussi nos organes internes et ils emmagasinent un nutriment essentiel, le calcium. Les deux nutriments importants qui contribuent à la santé de nos os sont le calcium et la vitamine D. Le calcium aide à développer et à maintenir des os solides tandis que la vitamine D aide à absorber et à conserver le calcium. Lorsque vous êtes atteint d'une MII, l'inflammation dans l'intestin grêle peut nuire à l'absorption des nutriments. De plus, certains médicaments utilisés pour traiter les poussées de la maladie peuvent interférer avec la capacité du corps à absorber les nutriments, comme le calcium. Lorsque le corps a de la difficulté à développer, à former et maintenir les os, ces derniers peuvent devenir plus faibles.

Comment les MII peuvent-elles affecter la santé des os?

Les agents chimiques libérés lors du processus inflammatoire peuvent affecter la croissance des nouveaux os.

Le calcium et la vitamine D sont absorbés dans l'intestin grêle et sont essentiels à la formation osseuse. Lorsqu'il y a de l'inflammation intestinale, il peut être plus difficile pour le corps d'absorber ces nutriments importants.

Ces derniers peuvent ralentir ou réduire la croissance osseuse et la quantité de calcium absorbée par le corps. Le manque d'exercices peut aussi contribuer à la perte osseuse, car les impacts ou les exercices effectués avec des poids stimulent le corps pour renforcer les os. [4]

Votre gastroentérologue pourrait vous recommander de prendre des suppléments de calcium et (ou) de vitamine D pour s'assurer que vous avez assez de ces nutriments qui favorisent les os.

L'anémie est une autre MEI des MII. Si vous souffrez d'anémie, cela signifie que vous avez moins de globules rouges et (ou) que votre sang présente un taux d'hémoglobine plus faible. L'hémoglobine est une protéine que l'on retrouve dans les globules rouges et qui transporte l'oxygène dans le corps.

Il existe différents types d'anémie, cependant le type le plus courant chez les patients atteints d'une MII est l'anémie ferriprive. Ce type d'anémie peut survenir si votre régime alimentaire ne comporte pas assez de fer, si votre corps a de la difficulté à absorber le fer des aliments consommés ou si vous souffrez continuellement de saignements en raison de votre inflammation intestinale. Lors de votre rendez-vous en clinique, votre fournisseur de soins pourrait demander des analyses sanguines pour vérifier votre hémoglobine, votre vitamine D et les marqueurs inflammatoires comme la CRP. Ils aimeront aussi vérifier votre taux de fer. S'il est trop bas, votre professionnel de la santé pourrait vous recommander de manger des aliments plus riches en fer, de prendre un supplément de fer par voie orale, et dans certains cas, pourraient vous prescrire une perfusion de fer.

Il est bien connu que les MII affectent le tractus gastro-intestinal, mais les MEI peuvent être tout aussi pénibles pour le bien-être général d'une personne et avoir des effets dramatiques sur sa qualité de vie. Il est important de mentionner tout symptôme que vous pourriez ressentir en dehors de votre tractus gastro-intestinal, car ces derniers pourraient ou non être liés à une poussée de votre maladie, et peuvent être traités la plupart du temps.

Article révisé par Melanie Watson,
M.S.inf., IP
Infirmière praticienne,
pédiatrie, London Health
Science Centre (LHSC),
London, Ontario
the London Health
Science Centre (LHSC),
London, Ontario



MII La fatigue

chez les personnes atteintes d'une maladie

Par Dr Mary Zachos

inflammatoire de l'intestin

Vous sentez-vous parfois comme un zombie ambulant? Exténué et éreinté, avec un immense sentiment d'épuisement ou un manque d'énergie même après une nuit complète de sommeil? Vous n'êtes pas seul.

Lorsque vous êtes atteint d'une MII (maladie de Crohn ou colite ulcéreuse), la fatigue peut être physique, mentale ou les deux! Vous vous sentez peut-être comme si vous aviez soudainement « frappé un mur » et c'est un sentiment très fréquent.

La fatigue peut signifier différentes choses. Elle peut décrire un sentiment général de fatigue ou un sentiment de fatigue après s'être réveillé ou un sentiment de fatigue si intense que vous avez de la difficulté à vous concentrer.

Les enfants et les adolescents atteints d'une MII ont tendance à décrire la fatigue qu'ils ressentent des deux premières façons.

Les chercheurs sont conscients que la fatigue vous affecte physiquement, psychologiquement, mentalement, socialement et qu'elle a des répercussions sur votre qualité de vie. [1] Les enfants et les ados mentionnent également que la fatigue constitue un symptôme pénible parce qu'elle est imprévisible et peut varier d'une journée à l'autre.

Pourquoi est-ce que je me sens comme ça?

Il existe quelques facteurs qui ont été associés à la fatigue chez les personnes atteintes de la maladie de Crohn et de la colite ulcéreuse. Ils incluent :

Inflammation

Si votre maladie connaît une poussée, la fatigue pourrait être causée par la réponse de votre organisme à l'inflammation. De nombreuses études ont démontré une relation entre l'activité de la maladie et la fatigue. Les adolescents atteints d'une MII en phase active ont tendance à ressentir davantage de fatigue que les adolescents atteints d'une MII en rémission, et les adolescents en rémission présentent des niveaux de fatigue plus élevés que les adolescents en bonne santé.[2]

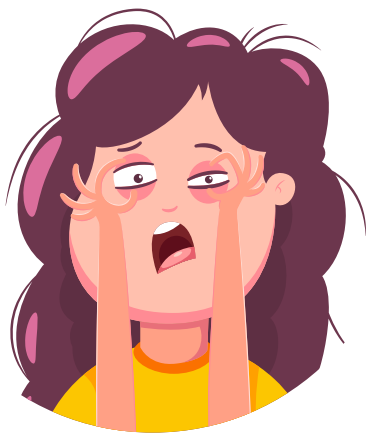
Déficiences nutritionnelles

Les déficiences en vitamines et en nutriments chez les personnes atteintes d'une

Si vous pensez avoir besoin de plus de sommeil, essayez :

- ☐ De prioriser le sommeil et de faire un journal de votre sommeil
- ☐ De faire une sieste lorsque vous revenez de l'école et les fins de semaine
- ☐ D'éviter les aliments et les boissons contenant de la caféine en soirée
- ☐ De maintenir une routine de sommeil semaine-jour cohérente
- ☐ D'éviter de faire de l'exercice quelques heures avant de vous coucher
- ☐ De fermer la télévision et les appareils numériques une heure avant d'aller au lit
- ☐ De prendre un bain/une douche avant de vous coucher

MII peuvent être causées par la diarrhée ou le manque d'appétit, ce qui peut faire en sorte que vous vous sentez épuisé ou fatigué.



Douleurs

La douleur est très courante et il peut être très épuisant de la gérer. Si vous ressentez de la douleur, elle peut contribuer à votre fatigue, causant des problèmes de sommeil, réduisant vos activités physiques et entraînant une détresse psychologique et émotionnelle. Consultez votre médecin pour déterminer les différentes façons de gérer la douleur.

Anémie

L'anémie peut être fréquente chez les personnes atteintes d'une MII. Un faible taux de fer peut entraîner de la fatigue et affecter votre niveau d'énergie. Il est important de vous informer auprès de votre gastroentérologue de votre niveau de fer et de prendre un supplément de fer si votre médecin vous le recommande.

Médicaments

Certains médicaments utilisés pour gérer l'inflammation des MII peuvent causer des effets secondaires comme la fatigue. Votre gastroentérologue pourra vous suggérer différentes façons/heures pour prendre votre médicament afin qu'il n'interfère pas avec votre sommeil.

Avant que vous ne décidiez que la fatigue est assurément la raison pour laquelle

vous vous sentez épuisé et éreinté, explorons un autre possible coupable, le sommeil. Vous pensez peut-être que la fatigue ou la somnolence sont la même chose, mais elles ne le sont pas. Nous savons que la fatigue se caractérise par un sentiment d'épuisement ou d'éreintement habituellement causé par une maladie ou de l'activité physique, cependant la somnolence est différente. Cette dernière survient lorsque vous avez envie de dormir, que vous vous sentez paresseux et que vous avez de la difficulté à garder vos yeux ouverts.

Le sommeil est essentiel tant pour la santé mentale que physique.

En moyenne, les enfants âgés de 6 à 12 ans ont besoin de 9 à 12 heures de sommeil et les adolescents âgés de 13 à 18 ans ont besoin de 8 à 10 heures pour fonctionner à leur meilleur.[3] Le cerveau en plein développement s'alimente par le sommeil qui ravitaille votre organisme et vous aide à grandir. Le sommeil peut aussi aider à réduire l'anxiété.

Si vous avez essayé de modifier vos habitudes de sommeil et que vous continuez à vous sentir fatigué et exténué, la fatigue pourrait bien être la cause. N'oubliez pas, tout le monde est différent — si vous estimez que la fatigue affecte la façon dont vous fonctionnez durant la journée ou si vous savez que la fatigue joue un rôle, consultez votre gastroentérologue. Votre équipe spécialisée de soins en MII peut vous aider à trouver des stratégies pour gérer la fatigue et vous permettre de reprendre les activités qui vous rendent heureux.

Le Dr Mary Zachos a contribué au contenu et à la révision de cet article pour en assurer l'exactitude et l'équilibre. Le Dr Mary Zachos, MD, FRCPC, est gastro-entérologue pédiatrique au sein du département d'hépatologie et de nutrition, directrice du programme GI et professeur clinique associé au McMaster Children's Hospital à Hamilton, Ontario.

[1] van Langenberg, D.R., Gibson P.R., Systematic review: fatigue in inflammatory bowel disease, *Aliment Pharmacol Ther*, 2010;32:131-143. [PubMed] [Google Scholar]

[2] Fatigue in children and adolescents with inflammatory bowel disease
Els Van de Vijver, Ann Van Gils, Laura Beckers, Yannick Van Driessche, Nicolette Dorien Moes et Patrick Ferry van Rheenen

[3] <https://www.hopkinsallchildrens.org/ACH-News/General-News/The-importance-of-sleep-for-kids>
<https://www.sleepfoundation.org/articles/teens-and-sleep>

monothérapie VS la polythérapie

Par Dr. Cynthia Popalis

Un médicament biologique est un type de traitement médicamenteux produit à partir de cellules vivantes conçues pour cibler des zones spécifiques du système immunitaire. Les agents anti-TNF sont maintenant des agents biologiques courants utilisés pour traiter les enfants et les adolescents atteints d'une MII. Ces médicaments sont fabriqués à partir de protéines qui reconnaissent et se lient à des protéines précises, responsables de l'inflammation. L'utilisation d'agents anti-TNF aide à empêcher que les cellules saines soient attaquées dans la voie gastro-intestinale et à maîtriser l'inflammation causée par une MII.

Même si les agents anti-TNF constituent des traitements très efficaces, ils peuvent arrêter d'avoir des effets sur certains patients, même s'ils aidaient au début. C'est ce que l'on appelle une « perte de réponse secondaire ». Cela se produit lorsque le corps produit des anticorps contre le médicament, que l'on désigne comme la « sensibilisation ». Lorsque votre corps a été sensibilisé au médicament, ce dernier ne fonctionne plus adéquatement, et votre corps devient « résistant » au médicament. Les médecins peuvent aider à diminuer la sensibilisation en surveillant le niveau des médicaments anti-TNF et en combinant un agent anti-TNF à un médicament immunomodulateur (un médicament qui aide à réguler le système immunitaire). Grâce à ces mesures, nous visons à augmenter la « durabilité de la réponse » ou la durée de temps sur un médicament efficace.

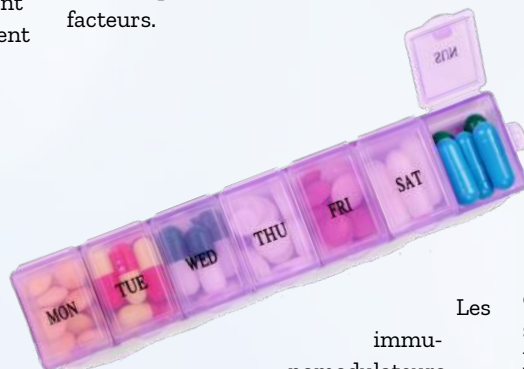
Lorsqu'un agent anti-TNF est pris seul, sans immunomodulateur, nous appelons ce traitement la « monothérapie ».

Lorsqu'un agent anti-TNF est combiné à un immunomodulateur, nous appelons ce traitement la « polythérapie ».

Il existe une stratégie derrière l'utilisa-

tion de la polythérapie.

On croit que la « sensibilisation » à un agent biologique se produit lorsque le niveau de médicament dans le corps est faible. On pense que si le niveau d'un médicament est de zéro ou de près de zéro lorsqu'une autre dose de médicament est administrée, le corps reconnaîtra le médicament comme un corps étranger et produira une réponse anticorps causant la sensibilisation. On pense que la polythérapie fonctionne de différentes façons. La façon dont un médicament interagit avec votre corps est unique à chaque personne et peut être influencée par de nombreux facteurs.



Les immunomodulateurs réduisent la réponse immunitaire du corps pour produire des anticorps. Ce qui signifie que même si le niveau de médicament descend avant la prochaine dose, un immunomodulateur peut réduire la possibilité de formation des anticorps. Les immunomodulateurs réduisent également l'inflammation dans le corps en utilisant une voie différente que celle des agents biologiques. En réduisant l'inflammation, la thérapie biologique n'est pas épuisée aussi rapidement, ce qui aide à maintenir le niveau de médicament élevé et à réduire la formation d'anticorps.

Pour les patients qui ont déjà pris un agent biologique, il a été démontré que ce facteur était très étroitement associé à l'« immunogénicité » ou la probabilité de développer des anticorps. Pour cette raison, nous utilisons souvent la poly-

thérapie si c'est votre deuxième agent biologique. Le choix de l'agent biologique est aussi un facteur dans la décision de le combiner ou non à un immunomodulateur.

Il a été démontré que différents agents biologiques présentaient des différences dans les taux de sensibilisation, même en tant qu'agents de première ligne. Parmi les agents anti-TNF, on croit que certains d'entre eux possèdent un taux d'immunogénicité plus faible et on les utilise donc plus souvent en monothérapie.

Lorsque la polythérapie est utilisée, elle est souvent dosée à un niveau bien toléré par les patients et qui comporte peu d'effets secondaires. Il est important d'aviser votre médecin si vous éprouvez des effets secondaires, car il existe des stratégies pour réduire les symptômes.

Il se peut aussi que les patients aient de la difficulté à prendre un médicament additionnel. Tout de même, le taux de sensibilisation est à son plus haut au début de la thérapie, et l'utilisation de la polythérapie pourrait ne durer que quelques mois.

Il convient de personnaliser le traitement d'une MII, notamment la sélection de la monothérapie ou de la polythérapie, à chaque patient individuel selon l'endroit de sa maladie, l'activité de sa maladie, ses antécédents de traitement et ses préférences personnelles. La communication avec votre médecin est donc le meilleur moyen de déterminer un plan de traitement personnalisé qui ciblera le mieux votre MII.

La Dre Cynthia Popalis est gastroentérologue pédiatrique à Boomerang Health, la clinique de SickKids à Vaughan, en Ontario.

Jouez-vous aux jeux vidéo?

Jeu pour plus que du plaisir

Aidez des millions de Canadiens aux prises avec des maladies digestives en lançant un volet caritatif pour la Fondation canadienne de la santé digestive

La maladie de Crohn • Colite Ulcéreuse • RGO

Syndrome du Côlon Irritable • Maladie Coeliaque • Gastroparésie



Utilisez le CDHF
URL Tiltify:
tiltify.com/cdhf
pour créer / se
connecter à
votre compte Tiltify.
Lancez une
campagne!



Lancer une campagne
en solo ou en équipe
et choisissez votre
jeu préféré
jouer pour amasser
des fonds pour
votre choix
maladie digestive!



Travaillez avec nous
mettre en place une
levée de fonds
but et départ
penser à certains
grandes incitations.
**PUBLIER &
JEU SUR!**

Des questions ? Nous avons les réponses ! Contactez info@CDHF.ca pour plus d'informations

Aidez un enfant
atteint
d'une

MII

A VIVRE UNE ENFANCE des plus heureuses!

L'un des objectifs les plus importants de Robbie's Rainbows est d'aider les parents et les enfants vivant avec une maladie inflammatoire de l'intestin (MII) à comprendre qu'ils ne sont pas seuls. Les ressources éducatives que nous élaborons traitent d'une variété de sujets pertinents aux enfants et aux adolescents vivant avec une MII. Tous les documents sont rédigés en partenariat avec des professionnels de la santé et sont fondés sur des données probantes.

Nous croyons en l'importance de développer des ressources précieuses et nous vous encourageons à explorer et partager nos ressources éducatives.

Si vous souhaitez faire une suggestion de sujet ou un don à notre organisme caritatif afin d'appuyer un enfant vivant avec une MII et vulnérable du point de vue médical, veuillez visiter :

www.robbiesrainbow.ca

