

L'INCONTINENCE FÉCALE : un sujet tabou mais combien réel

L'incontinence fécale est assez fréquente chez les gens atteints de sclérodermie. La constipation, la diarrhée et l'incontinence urinaire y sont souvent associées. Cette condition, socialement embarrassante pour l'individu, apporte une importante diminution de la qualité de vie. Heureusement, des solutions existent!

Quelques statistiques >  sur **298**
sujets atteints de sclérodermie


Selon une étude réalisée en 2015 par des rhumatologues, membres du Groupe Canadien de Recherche sur la Sclérodermie (GCRS), sur 298 sujets atteints de sclérodermie :

 **27,2 %**
présentaient
de l'incontinence fécale dont

> **12,4 %**
de forme légère

14,8 %
de modérée à sévère

 **38,8 %** souffraient de constipation

 **13,4 %** avaient été traités antérieurement pour des symptômes de diarrhée secondaire au syndrome de malabsorption

Comité d'aide aux médicaments et traitements

Ce comité, formé de personnes atteintes et de professionnels de la santé, s'est donné comme mission de trouver des solutions à certains problèmes rencontrés par les gens atteints de sclérodermie. Plusieurs démarches, consultations et vérifications sont faites auprès de professionnels afin que les informations présentées soient récentes et pertinentes.

La prochaine étape de l'étude sera de vérifier scientifiquement si le traitement de la malabsorption / constipation aide à améliorer les symptômes d'incontinence fécale. C'est l'impression clinique du Docteur Ariel Masetto, rhumatologue au C.H.U. de Sherbrooke.

Les faits

Lorsqu'il y a présence de symptômes de malabsorption (soit des selles trop molles ou en diarrhée), cela empire significativement la sévérité de l'incontinence fécale (7 fois plus de risques). Il y a aussi association avec la constipation, des selles trop dures augmentent la possibilité d'une incontinence sévère (3 fois plus de risques). Cela est logique, la combinaison d'un sphincter anal moins fort et des selles trop molles ou trop dures à évacuer, augmente la difficulté à contenir les selles.

Mitaines et gants chauffants :

la suite

Des solutions

Le premier traitement de l'incontinence fécale est une approche conservatrice consistant en une diète adéquate, la prise de médicaments appropriés ou une thérapie physique. Cette approche est efficace pour une bonne partie des gens. Lorsque les traitements conservateurs n'ont aucun effet (incontinence sévère), la neurostimulation est une solution.

Alimentation équilibrée: (+eau, fruits, légumes) selon le besoin, il est préférable de consulter en diététique

Généralement, les produits laitiers empirent les symptômes des patients qui présentent des selles trop molles et / ou diarrhéiques

Éviter la caféine car elle stimule l'intestin (diarrhée) et relâche les muscles du sphincter anal interne

Activité régulière: une marche de 20 minutes par jour favorise le transit intestinal

Physiothérapie: exercice qui stimule les muscles du périnée (exercice de Kegel), séries de contractions et décontractions de ces muscles. Voir informations sur Internet ou consulter en clinique de physiothérapie spécialisée. La prévention est de mise. Il est plus facile de renforcer un muscle encore vivant que d'attendre que l'incontinence soit devenue sévère.

Neurostimulation: intervention sous anesthésie locale qui consiste à implanter un stimulateur dans la partie supérieure de la fesse, lui-même relié à une électrode installée en permanence au niveau S3 du sacrum. Les personnes ayant bénéficié de cette thérapie ont rapporté une meilleure qualité de vie, l'absence complète de l'incontinence ou, du moins, une réduction importante. Afin d'évaluer si cette thérapie serait efficace pour vous, votre médecin vous proposera une période de tests. Si vous êtes référé, il faut compter entre 1 à 2 ans d'attente.

LUCIE LEMIRE

Comité d'aide aux médicaments et traitements
Lucie.lemire16@gmail.com

Dans le Bulletin paru l'automne dernier, un des sujets à l'étude concernait la possibilité d'obtention d'un crédit d'impôt lors de l'achat, avec prescription, de mitaines et gants chauffants.

Voici le résultat de nos recherches :

Revenu Québec est peu disposé à reconnaître les gants chauffants comme des frais médicaux même si acquis suite à une prescription médicale.

Du côté du gouvernement fédéral, les gants ne font pas partie de leur liste de frais médicaux. Cependant, une demande peut être faite auprès du centre fiscal du particulier (Jonquière ou Shawinigan) afin d'en déterminer l'admissibilité comme frais médicaux. Il y a donc possiblement une ouverture de ce côté.

Nous sommes donc à la recherche d'une personne atteinte de Raynaud, utilisant les gants chauffants. Cette personne doit avoir une prescription de son médecin ainsi que la preuve d'achat des gants ou mitaines. Jeannette Boislard pourra l'aider à préparer une lettre à présenter au gouvernement. Voici son courriel: jeannette.nacra55@videotron.ca.

D'ailleurs, un grand merci Jeannette pour ton aide!