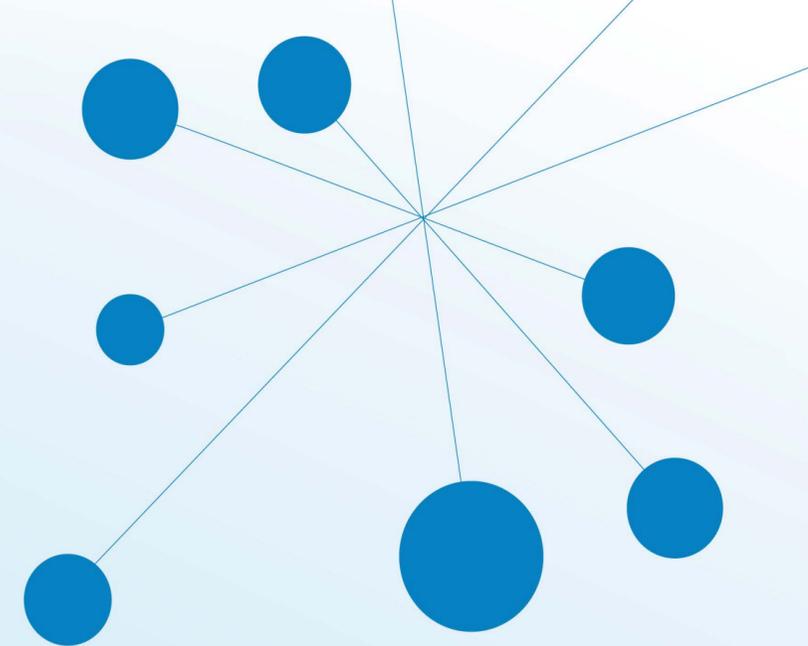




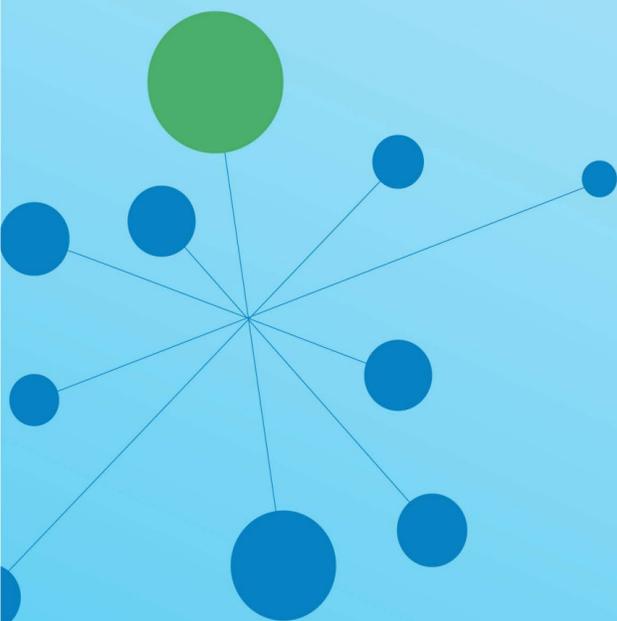
AUTON'HOME

SURVEILLER SA MALADIE
EN TOUTE AUTONOMIE

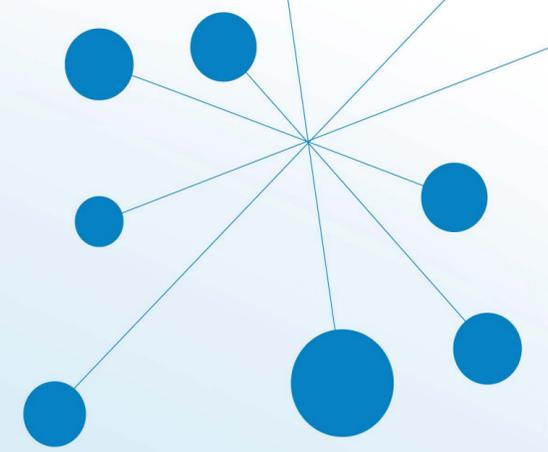


MODULE 1

Comprendre sa maladie



→ **Commencer**



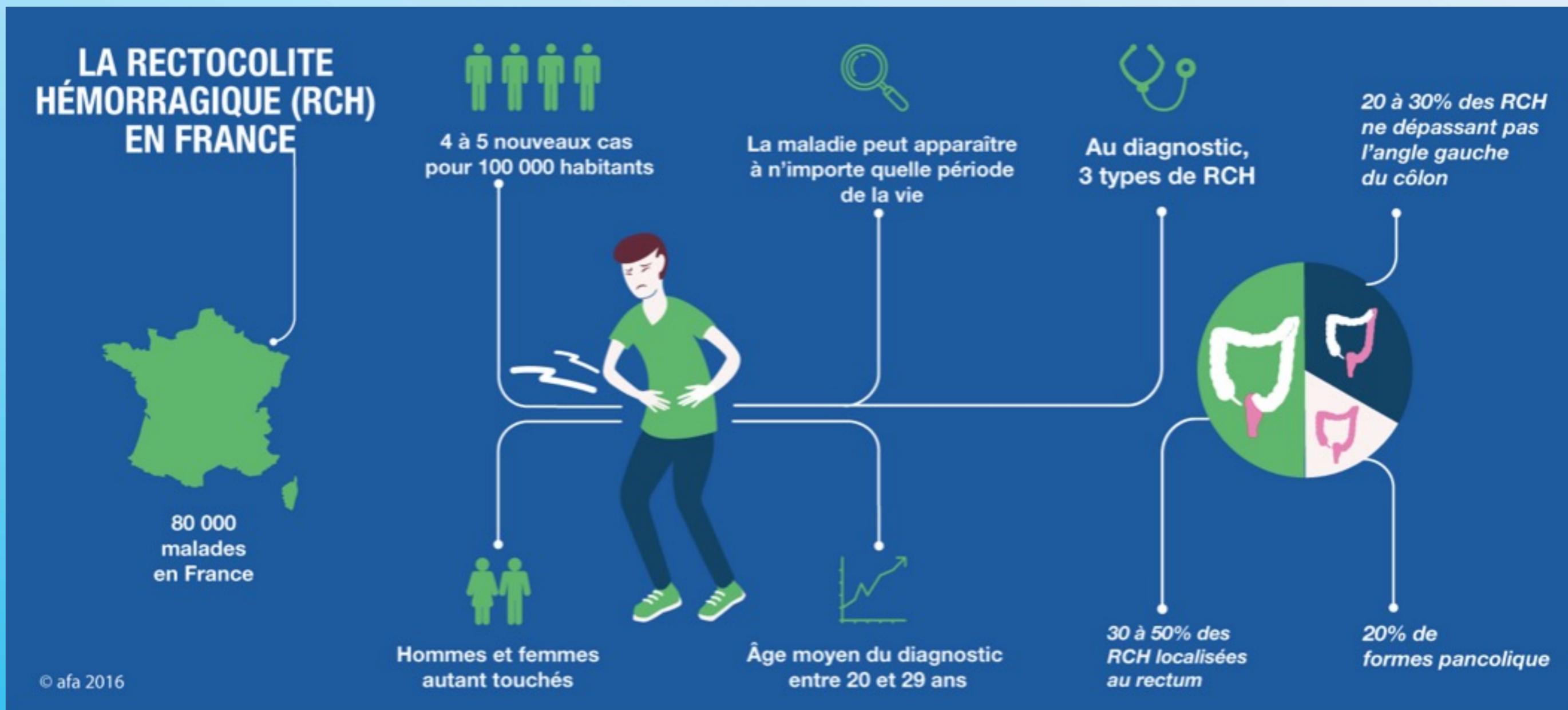
Sommaire

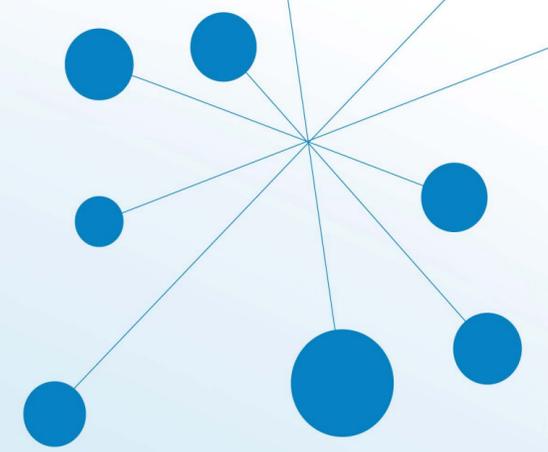
- **Les chiffres de la rectocolite hémorragique**
- Comment fonctionne le système digestif ?
- Les causes de la maladie
- Les mécanismes de la maladie
- Les symptômes digestifs et extra-digestifs



Le saviez-vous ?

Combien de personnes sont atteintes de rectocolite hémorragique en France ?





Sommaire

- Les chiffres de la rectocolite hémorragique
- **Comment fonctionne le système digestif ?**
- Les causes de la maladie
- Les mécanismes de la maladie
- Les symptômes digestifs et extra-digestifs



Le saviez-vous ?

Prenez connaissance de la vidéo.

Avant de nous intéresser aux mécanismes de la maladie, voyons ensemble comment se fait la digestion.



Pour lire la vidéo, cliquez sur l'image ou suivez ce lien : <https://vimeo.com/250605591>

Testez-vous...

Parmi toutes ces affirmations, une seule est fausse, laquelle ?

- Le tube digestif est un ensemble d'organes par lesquels transitent les aliments
- La digestion permet aux aliments d'être absorbés pour « nourrir » l'organisme
- La digestion est un ensemble de transformations mécaniques et chimiques
- C'est dans l'intestin grêle que se fait en grande partie l'assimilation des aliments
- C'est dans le colon que 8 litres d'eau en moyenne sont réabsorbées
- C'est dans le colon que le microbiote dégrade les fibres alimentaires



Réponse

Parmi toutes ces affirmations, une seule est fausse, laquelle ?

- Le tube digestif est un ensemble d'organes par lesquels transitent les aliments
- La digestion permet aux aliments d'être absorbés pour « nourrir » l'organisme
- La digestion est un ensemble de transformations mécaniques et chimiques
- C'est dans l'intestin grêle que se fait en grande partie l'assimilation des aliments
- C'est dans le colon que 8 litres d'eau en moyenne sont réabsorbées
- C'est dans le colon que le microbiote dégrade les fibres alimentaires

Vous avez raison : cette information est en effet fausse. Le colon ne réabsorbe qu'1 litre d'eau en moyenne par jour.

Réponse

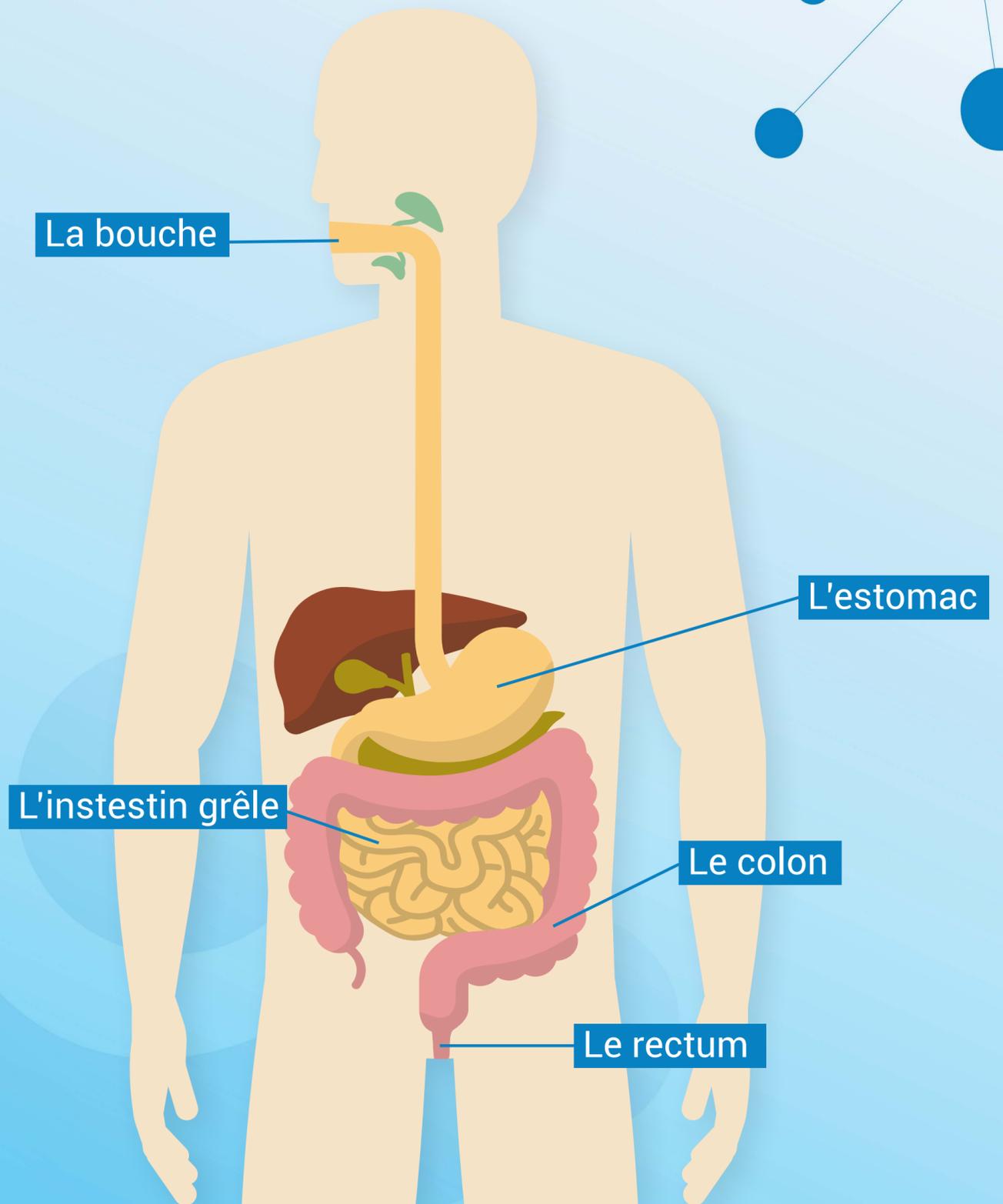
Parmi toutes ces affirmations, une seule est fausse, laquelle ?

- Le tube digestif est un ensemble d'organes par lesquels transitent les aliments
- La digestion permet aux aliments d'être absorbés pour « nourrir » l'organisme
- La digestion est un ensemble de transformations mécaniques et chimiques
- C'est dans l'intestin grêle que se fait en grande partie l'assimilation des aliments
- C'est dans le colon que 8 litres d'eau en moyenne sont réabsorbées
- C'est dans le colon que le microbiote dégrade les fibres alimentaires

Mauvaise réponse ! Cette information est vraie. Il fallait choisir la réponse 5, car le colon ne réabsorbe qu'1 litre d'eau en moyenne par jour.

Le saviez-vous ?

Découvrez les différentes fonctions de chaque partie du tube digestif et les temps de digestion en cliquant sur les étiquettes.



Le saviez-vous ?

Découvrez les différentes fonctions de chaque partie du tube digestif et les temps de digestion en cliquant sur les étiquettes.

La bouche

Action mécanique et chimique (action immédiate).

L'estomac

L'intestin grêle

Le colon

Le rectum

Le saviez-vous ?

Découvrez les différentes fonctions de chaque partie du tube digestif et les temps de digestion en cliquant sur les étiquettes.

La bouche

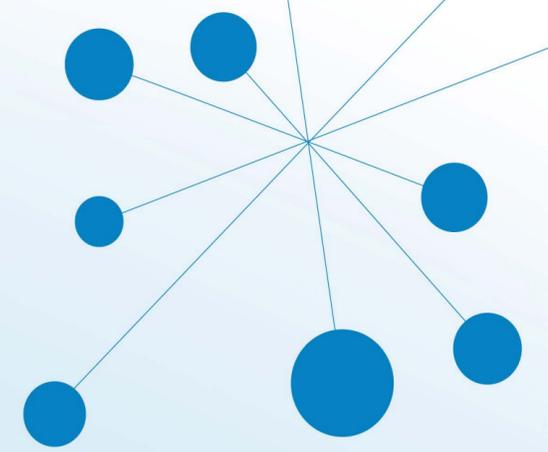
Brassage et dégradation du bol alimentaire par les enzymes gastriques (4 à 6 heures).

L'estomac

L'intestin grêle

Le colon

Le rectum



Le saviez-vous ?

Découvrez les différentes fonctions de chaque partie du tube digestif et les temps de digestion en cliquant sur les étiquettes.

La bouche

L'estomac

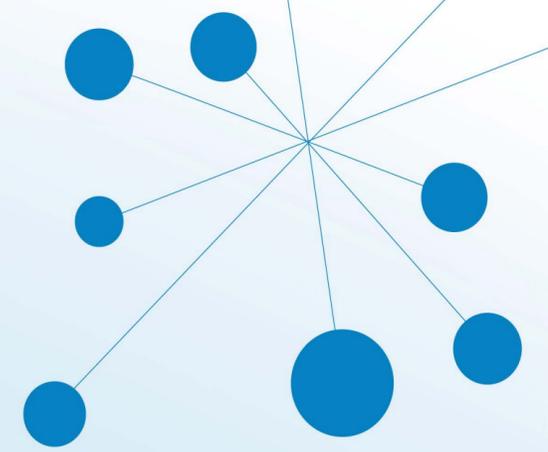
L'intestin grêle

Assimilation de 95%
des aliments (6 à 8h).

Le colon

Le rectum





Le saviez-vous ?

Découvrez les différentes fonctions de chaque partie du tube digestif et les temps de digestion en cliquant sur les étiquettes.

La bouche

L'estomac

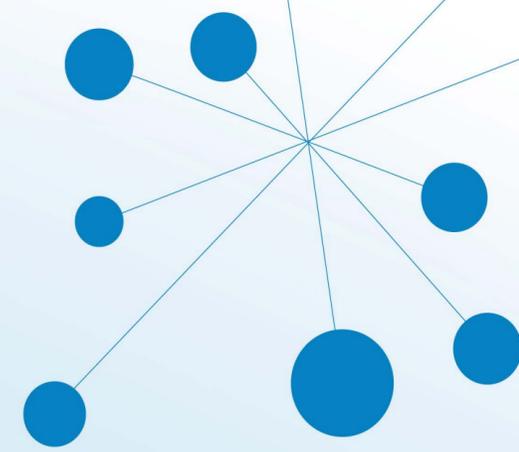
L'intestin grêle

Le colon

Dégradation des fibres
(12 à 18 h) et réabsorption
de l'eau.

Le rectum





Le saviez-vous ?

Découvrez les différentes fonctions de chaque partie du tube digestif et les temps de digestion en cliquant sur les étiquettes.

La bouche

L'estomac

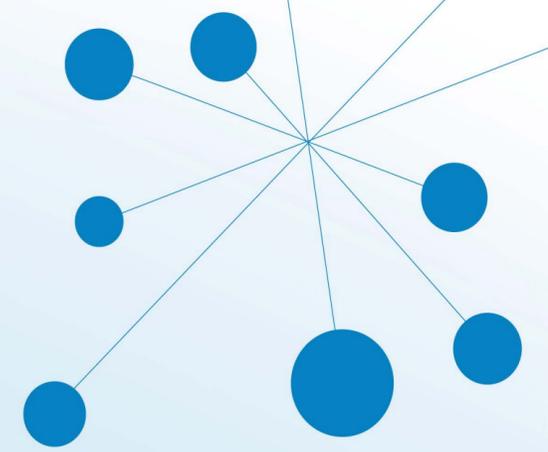
L'intestin grêle

Le colon

Réservoir et évacuation des selles (22 à 36h).

Le rectum

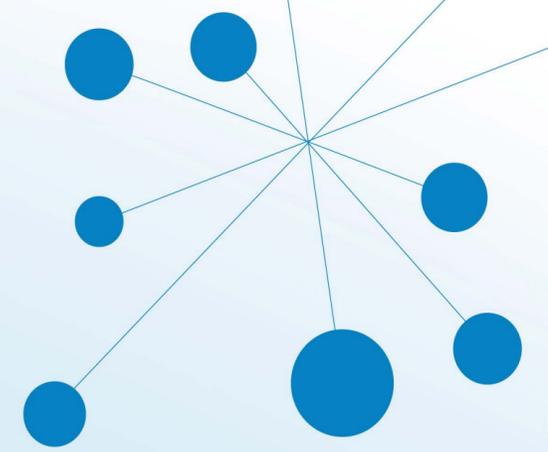




À retenir

- La digestion dans son ensemble permet d'absorber les nutriments qui apportent l'énergie nécessaire au fonctionnement du corps.
- Le colon a un rôle spécifique : il réabsorbe l'eau et dégrade les fibres...





Sommaire

- Les chiffres de la rectocolite hémorragique
- Comment fonctionne le système digestif ?
- **Les causes de la maladie**
- Les mécanismes de la maladie
- Les symptômes digestifs et extra-digestifs



À retenir

Prenez connaissance de la vidéo.

LA cause de la maladie n'est pas connue mais il y a des facteurs qui peuvent l'influencer :

- la susceptibilité génétique ;
- l'intolérance à certains médicaments ;
- des infections ;
- des interactions avec le microbiote.



Pour lire la vidéo, cliquez sur l'image ou suivez ce lien : <https://vimeo.com/171954843>

Pour plus de détails...

Les facteurs qui peuvent influencer la RCH

- Des gènes de prédisposition à la RCH : la maladie est plus fréquente chez un enfant quand un de ses parents est atteint de RCH.
- La RCH pourrait être liée à une réaction excessive du système de défense du corps (le système immunitaire). Les défenses immunitaires, qui normalement ne s'attaquent qu'aux éléments « étrangers » (bactéries, virus...), se dérèglent et se retournent contre les cellules mêmes du corps et les attaquent. On parle de maladie autoimmune.
- On ne sait pas encore pour quelle raison les défenses immunitaires se dérèglent, mais plusieurs facteurs environnementaux, bactériens ou génétiques sont probablement en cause. La RCH n'est pas contagieuse. Il n'y a pas de transmission directe d'un individu à l'autre.



Pour plus de détails...

Les facteurs qui ne sont pas en cause dans la RCH

Contrairement à certaines idées reçues, la RCH n'est pas directement due au stress ou à certains aliments, même si ceux-ci peuvent aggraver une poussée.

Des facteurs de « protection »

La RCH est moins fréquente chez les fumeurs et très rare chez les sujets ayant été opérés de l'appendicite.

À retenir

Prenez connaissance de la vidéo.
L'alimentation : ce n'est pas la
cause de la maladie !

Contrairement à ce que beaucoup de monde pense : ce n'est pas l'alimentation qui cause la maladie ou provoque les poussées !

« *Les aliments ne peuvent pas provoquer l'inflammation de l'intestin, par contre, il faut bien continuer de se nourrir pendant les poussées et certains aliments seront mieux tolérés que d'autres.* »

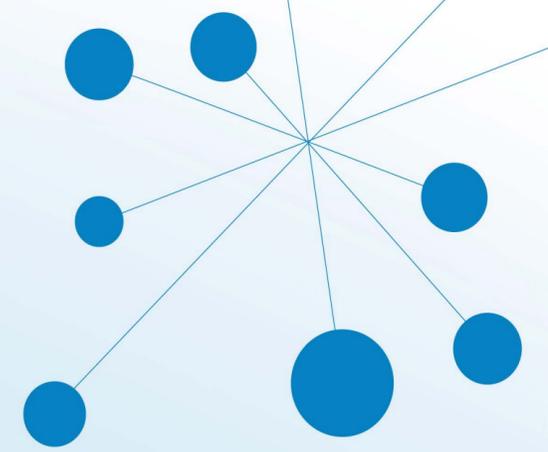


Pour lire la vidéo, cliquez sur l'image ou suivez ce lien : <https://vimeo.com/173219146>

À retenir

- Aucun régime alimentaire n'a fait la preuve d'un effet bénéfique sur la rectocolite hémorragique.
- Donc, exclure certains aliments de son alimentation est inutile, voire même risqué, d'autant plus que la rectocolite hémorragique expose à un risque de carence en fer et vitamines D.
- Il est conseillé de manger équilibré, d'avoir une alimentation variée entre les crises.
- Lors des poussées, le médecin vous conseille le plus souvent de suivre pendant quelques jours un régime sans résidu pour réduire le nombre de selles et les douleurs abdominales.





Sommaire

- Les chiffres de la rectocolite hémorragique
- Comment fonctionne le système digestif ?
- Les causes de la maladie
- **Les mécanismes de la maladie**
- Les symptômes digestifs et extra-digestifs



À retenir

Prenez connaissance de la vidéo.

- La RCH est une maladie inflammatoire qui touche la paroi du colon.
- La muqueuse est rouge, lésée, douloureuse, elle est le siège d'une inflammation. Elle peut saigner.
- Habituellement, elle démarre par le rectum. Elle peut rester limitée ou s'étendre au colon.
- Elle évolue par poussées en alternance à des périodes de rémissions.

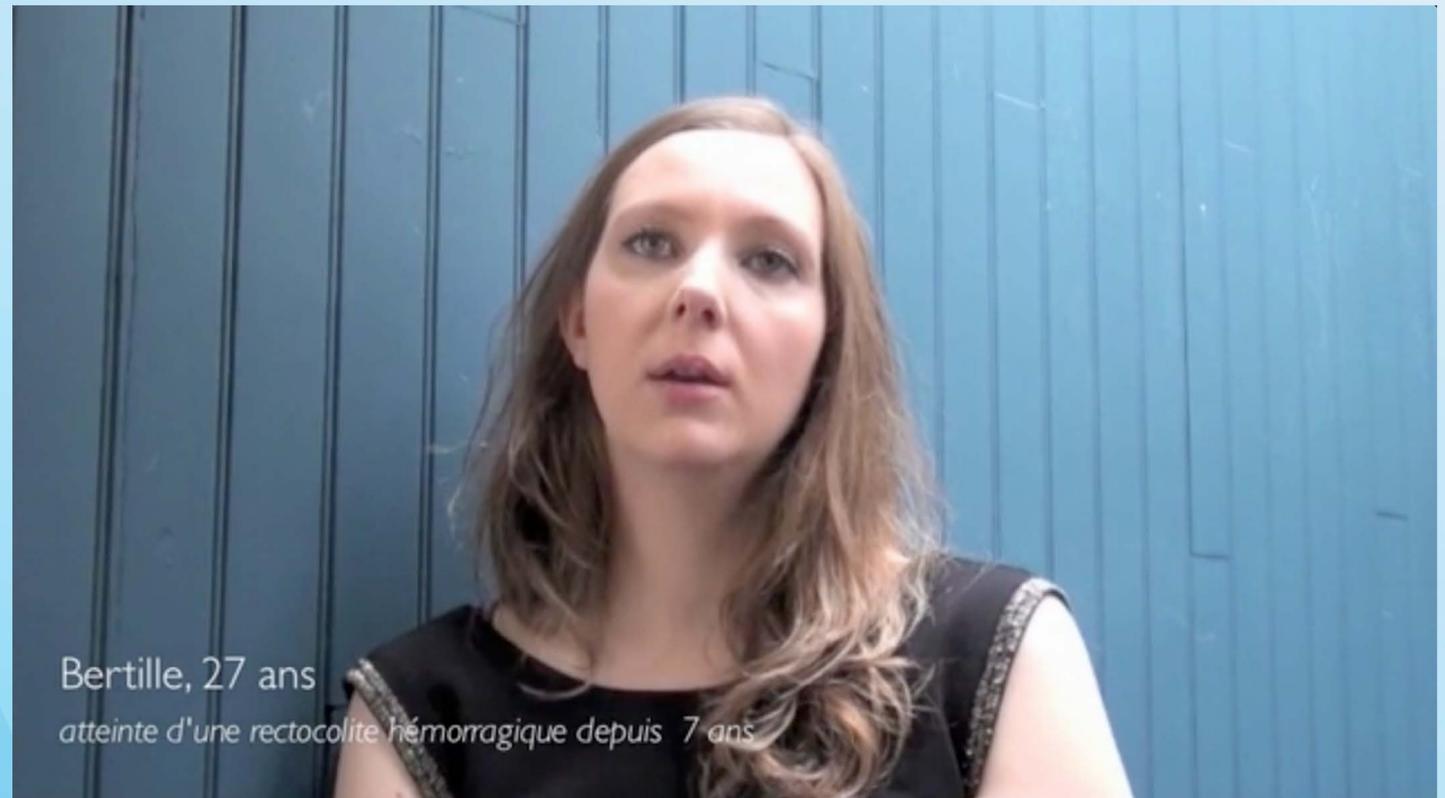


Pour lire la vidéo, cliquez sur l'image ou suivez ce lien : <https://vimeo.com/158804174>

À retenir

Prenez connaissance de la vidéo.

- « C'est comme une gastro puissance 10. »
- « Une fatigue énorme. »
- « Des allers-retours aux toilettes. »
- « Des douleurs insoutenables. »



Pour lire la vidéo, cliquez sur l'image
ou suivez ce lien : <https://vimeo.com/171775233>

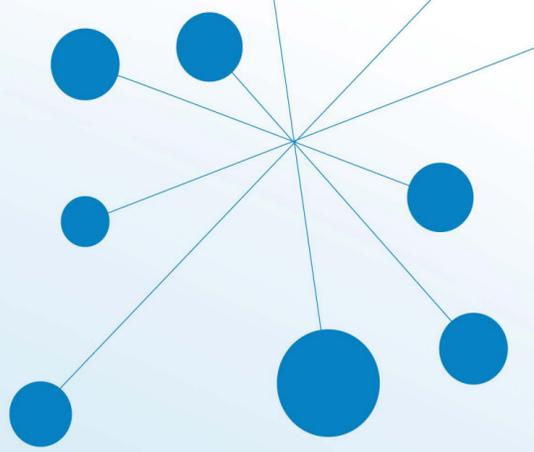
Sommaire

- Les chiffres de la rectocolite hémorragique
- Comment fonctionne le système digestif ?
- Les causes de la maladie
- Les mécanismes de la maladie
- **Les symptômes digestifs et extra-digestifs**



Le saviez-vous ?

Voici certains symptômes possibles. Faites la liste de vos symptômes.



Douleurs au ventre 	Fatigue 	Perte de poids 	Urgence toilettes 	Dénutrition 	Sang dans les selles 	Perte d'appétit
Anémie 	Mauvais état général 	Augmentation du nombre de selles 	Glaires dans les selles 	Diarrhées 	Fièvre 	



À retenir

Prenez connaissance de la vidéo :
« les manifestations extra-
digestives ».

L'inflammation peut aussi toucher
d'autres parties du corps comme :

- **les grosses articulations :**
arthrite ;
- **les yeux :** yeux rouges ;
- **la peau :** des plaques rouges ;
- plus rarement **le foie.**

→ **Si vous ressentez ces
symptômes : parlez-en à votre
médecin.**



Pour lire la vidéo, cliquez sur l'image
ou suivez ce lien : <https://vimeo.com/171903485>



AUTON'HOME

SURVEILLER SA MALADIE
EN TOUTE AUTONOMIE

C'est fini pour aujourd'hui !
Merci de votre attention

