



Vous avez appris que vous avez cette maladie. Cette fiche vous explique ce que c'est et comment cela se traite. Elle donne aussi des conseils pour éviter que la maladie revienne.

Qu'est-ce que la diverticulite?

Un diverticule est une cavité dans la paroi du gros intestin (côlon), surtout dans la dernière partie avant le rectum. C'est comme si une bulle se formait à partir de l'intérieur de l'intestin. S'il y a plusieurs diverticules, on parle de « diverticulose ».

Les diverticules ou la diverticulose ne causent pas de problèmes en soi. Toutefois, des bactéries s'accumulent parfois à l'intérieur. Cela peut causer une infection et une inflammation, qu'on appelle une diverticulite.

Quels sont les symptômes de la maladie?

- > Douleur au ventre, surtout en bas, à gauche.
- > Fièvre de plus de 38,5 °C (101,3 °F).

Qu'est-ce qui me rend à risque d'avoir cette maladie?

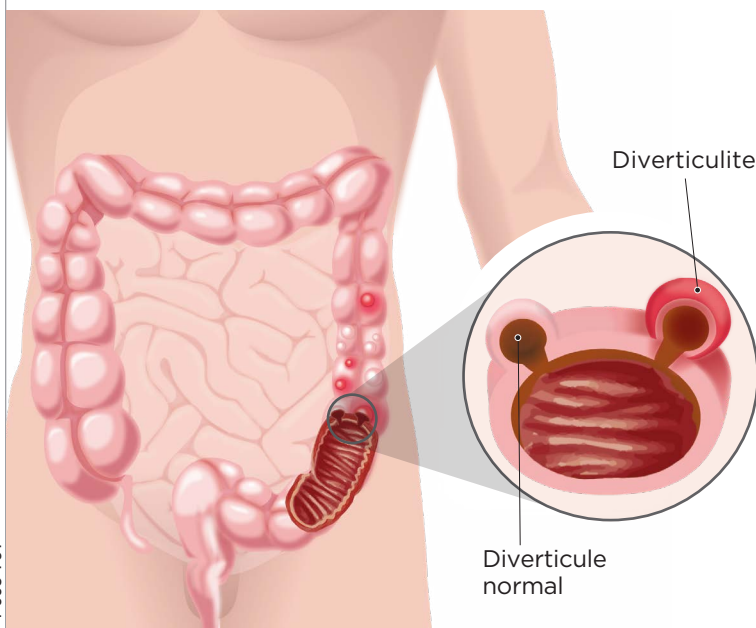
La diverticulite touche autant les hommes que les femmes, surtout après 40 ans. Plus on vieillit, plus on risque d'avoir des diverticules, et donc de souffrir de diverticulite.

Au Canada, la maladie entraîne environ 13 000 hospitalisations par an.

Certains médicaments augmentent aussi les risques de diverticulite, comme :

- la chimiothérapie
- les corticostéroïdes
- les anti-inflammatoires non stéroïdiens
- l'aspirine

Diverticulite



Quelles peuvent être les conséquences de la maladie ?

La diverticulite peut ne pas donner de complication. Dans ce cas, les douleurs et la fièvre passent en une semaine.

Toutefois, certaines complications peuvent survenir.

> Troubles intestinaux

Au moment d'une crise aiguë, vous pourriez avoir :

- de la constipation
- des maux de ventre
- des selles qui bloquent l'intestin (occlusion intestinale)

> Absès

C'est du pus qui s'accumule sur la paroi de l'intestin.

> Fistule

Il s'agit d'un canal anormal qui se crée entre le gros intestin et un autre endroit, comme la vessie.

> Infection grave (péritonite)

Cela se passe quand l'intestin se perce. L'infection gagne alors la membrane qui recouvre l'extérieur des intestins et qu'on appelle le péritoine.



Comment la maladie est-elle traitée ?

DIVERTICULITE NON COMPLIQUÉE

Le traitement principal consiste à mettre l'intestin au repos. Des gestes simples peuvent faire diminuer les symptômes. Lisez l'Annexe à la page 4.

Parfois, on donne un antibiotique par la bouche. Mais ce n'est pas obligatoire si vous êtes en bonne santé et que les symptômes ne sont pas graves.

Attention! N'arrêtez pas de manger ou de suivre un régime sans consulter votre équipe de soins, votre médecin ou votre nutritionniste. Suivez bien leurs consignes, notamment pour la reprise d'un régime normal.

DIVERTICULITE AVEC ABCÈS

On injecte un antibiotique dans les veines. Parfois, on vide l'abcès avec une intervention en radiologie. Le système digestif est aussi mis au repos.



DIVERTICULITE PERFORÉE ET PÉRITONITE

Selon la gravité et l'urgence, il faut parfois faire une opération pour nettoyer l'intérieur du ventre. Toutefois, dans la plupart des cas, on essaie d'abord les antibiotiques. Cela permet de combattre l'infection et de réduire l'inflammation avant d'opérer.

Quels examens vais-je passer ?

Cela dépend de votre état de santé. Voici ceux que vous pourriez avoir :

- **Prise de sang.** Elle permet de savoir quelle est l'intensité de l'inflammation et de l'infection.
- **Scan du ventre.** Il permet de voir l'inflammation. Il se peut que le médecin vous injecte un produit de contraste pour mieux voir votre gros intestin. Dites-lui si vous êtes allergique à l'iode.
- **Coloscopie.** Cet examen consiste à regarder l'intérieur du côlon avec une caméra placée au bout d'un tube que l'on entre par l'anus. Cela permet de savoir s'il y a des complications et de chercher la cause des diverticulites.

DIVERTICULITE AVEC RISQUES

On parle ici de risques de récurrence ou de complication. Après une crise aiguë, le médecin vous proposera d'enlever la section du côlon atteinte. Cette opération se fait une fois que l'inflammation a diminué. Elle se nomme la « sigmoïdectomie ».

Est-ce que cette maladie peut être prévenue?

De saines habitudes de vie peuvent faire baisser le risque d'avoir une diverticulite avec l'âge.

Voici quelques conseils :

- Évitez, si possible, les médicaments qui la favorisent (corticostéroïdes, aspirine, etc.).
- Ayez une alimentation équilibrée. Suivez les conseils du Guide alimentaire canadien.



Y a-t-il des symptômes à surveiller?

Les traitements ont pour but d'éviter de nouvelles crises de diverticulite. Vous pouvez passer plusieurs mois et années sans en faire.

Si vous avez une nouvelle crise, elle donnera les mêmes symptômes. Vous serez donc capable de les reconnaître plus vite. Vous devez alors contacter votre équipe de soins tout de suite.

Surveillez donc bien les signes de fièvre et les douleurs au ventre, surtout celles dans la partie gauche, en bas.

Que dois-je faire s'il me faut annuler ou déplacer un rendez-vous?

Appelez le Centre des rendez-vous.

> **514 890-8051** ou **1 855 769-5842** (sans frais)

À qui m'adresser en cas de souci de santé?

Pour toute question liée à votre santé, vous pouvez appeler une infirmière à la ligne Santé Patient CHUM.

> **514 890-8086**

Ce service est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.



RESSOURCES UTILES

Guide alimentaire canadien :
> guide-alimentaire.canada.ca

Des informations sur la nutrition, les aliments, leurs qualités, etc. :
> extenso.org

Pour trouver un nutritionniste :
Ordre des diététistes-nutritionnistes du Québec.
> odnq.org

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

Cette annexe donne des conseils pour réduire les symptômes d'une diverticulite dite non compliquée et pour éviter d'en avoir une autre.

Qu'est-ce qu'une diverticulite non compliquée ?

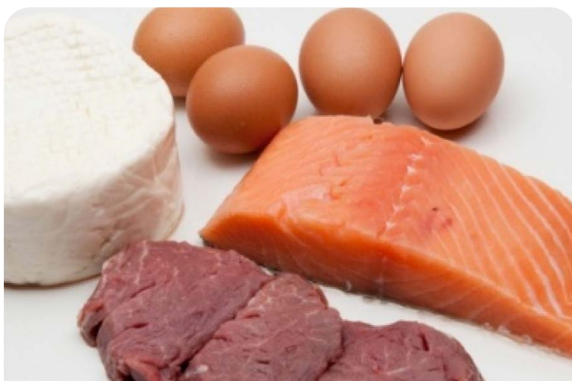
On parle de diverticulite non compliquée quand il n'est pas nécessaire de rester à l'hôpital ou d'être opéré. C'est la forme la plus commune de diverticulite. Le patient peut tout de même ressentir des douleurs et de l'inconfort.

Comment cela est-il traité ?

En général, ce type de diverticulite ne demande pas de suivre une diète particulière même si la maladie peut causer de l'inconfort et une douleur parfois intense. Normalement, ces symptômes disparaissent assez vite.

Toutefois, pendant une crise, des patients améliorent leur confort digestif en mangeant moins de fibres et moins de certains aliments irritants pendant un moment. Au besoin, voici ce que vous pouvez faire :

- Mangez moins de légumes. Quand vous en mangez, ils doivent être cuits et ne pas avoir de peau.
- Dans vos repas, diminuez la quantité de légumes qui causent des gaz, comme le chou, le brocoli, le navet, l'oignon, l'ail, le maïs ou les pois.
- Mangez des aliments riches en protéines et qui ont peu de fibres : viande, volaille, poisson, fruits de mer, oeufs, produits laitiers, tofu, etc.



Comment prendre soin de moi après la phase de crise ?

Quand la douleur arrête et que les symptômes digestifs diminuent, vous pouvez recommencer à manger des fibres alimentaires.

Vous pouvez manger des noix et des graines. Elles sont riches en fibres. Au contraire de la croyance populaire, elles ne déclenchent pas de crises de diverticulite.



Questions

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca