FICHE SANTÉ

La colite ulcéreuse

Mieux la connaître

CHUM



Vous avez la colite ulcéreuse et vous souhaitez en apprendre plus sur le sujet ? Cette fiche explique ce qu'est cette maladie, comment elle se traite et quoi faire pour la contrôler.

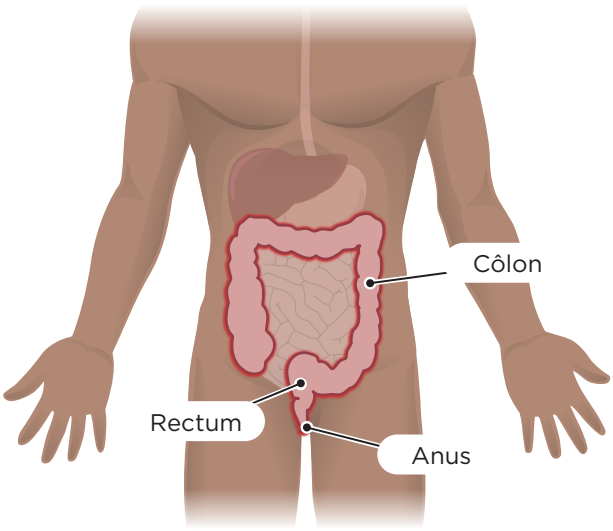
Qu'est-ce que la colite ulcéreuse ?

Cette maladie cause de l'inflammation dans une partie de l'intestin. Elle touche les parties à la fin du tube digestif :

- le côlon (gros intestin)
- le rectum

La maladie commence presque toujours au rectum. Elle s'étend d'habitude vers le haut, dans le côlon. L'intérieur du rectum et du côlon devient enflé, rouge et sensible.

Parties du gros intestin touchées par la maladie



L'inflammation cause parfois des blessures dans le côlon ou le rectum. On appelle ces blessures des ulcères.

La colite ulcéreuse dure dans le temps. C'est une maladie inflammatoire **chronique** de l'intestin (MICI). On ne peut pas en guérir, mais on peut tenter de contrôler ses symptômes.

Quelles sont les causes de cette maladie ?

On ne connaît pas encore les causes exactes de la maladie. Mais certains éléments peuvent augmenter le risque de la développer.
Par exemple :

- Un de vos parents a cette maladie.
- Votre système de défense contre les microbes, appelé le système immunitaire, réagit plus fort que la normale.
- Votre microbiote est perturbé. Le microbiote est l'ensemble des bactéries de l'intestin. Lorsqu'il est perturbé, il y a un problème d'équilibre entre les bonnes et les mauvaises bactéries.
- Des éléments liés au mode de vie ou à l'environnement. Par exemple, le tabac, les aliments transformés, un mauvais sommeil, un stress qui dure longtemps ou la pollution peuvent augmenter le risque de développer la maladie.

4 055 032

843 © 2026

Quels sont les symptômes ?

Les symptômes sont différents d'une personne à l'autre. Ils varient aussi selon l'état de la maladie et si elle touche le côlon ou le rectum. Voici ceux qui arrivent le plus souvent :

- Diarrhée, parfois la nuit
- Sang ou liquide épais (mucus) dans les selles
- Douleurs au ventre
- Besoin urgent d'aller à la selle, sans être capable parfois de se retenir
- Fausses envies (aller aux toilettes, mais sans résultat)
- Fatigue

D'autres symptômes sont possibles, mais ils sont moins courants :

- Douleurs aux articulations
- Rougeur, chaleur ou douleur aux yeux
- Problèmes au foie
- Rougeurs ou boutons sur la peau

La maladie peut aussi avoir des effets sur votre bien-être psychologique :

- Stress
- Anxiété
- Dépression

Une maladie avec des périodes de rémission et de crise

Parfois, la maladie est comme endormie. Vous allez bien et vous n'avez pas de symptômes. On parle alors de « **rémission** ».

Quand vous sentez les symptômes, on parle de crise ou de « **poussée** ».



La colite ulcéreuse peut avoir un effet sur votre qualité de vie. **C'est important de parler de tous vos symptômes à votre équipe de soins.** Elle peut vous aider et vous faire rencontrer des spécialistes.

La maladie peut-elle avoir d'autres effets sur ma santé ?

La colite ulcéreuse peut causer les problèmes suivants. Ils sont rares et on peut les traiter. Parfois, il est nécessaire d'opérer.

- **Manque de nutriments :** Votre corps absorbe moins bien les aliments. Vous mangez peut-être aussi moins pour tenter de diminuer vos symptômes. Vous pouvez donc manquer de vitamines et de minéraux et perdre du poids. C'est ce qu'on appelle la malnutrition.
- **Saignement dans le côlon ou le rectum :** Une inflammation importante peut provoquer une perte de sang dans les selles.
- **Inflammation grave du côlon :** Une forte inflammation peut arriver quand la maladie n'est pas contrôlée. Elle peut causer :
  - de la fièvre
  - un cœur qui bat vite
  - un manque de fer et de globules rouges dans le sang (anémie)

Si vous avez ces signes, allez tout de suite à l'urgence. Vous devez être traité, car cette inflammation peut entraîner des complications graves.





Une inflammation qui dure depuis longtemps peut augmenter le risque de cancer du côlon ou du rectum.

Vous aurez un suivi régulier pour repérer tout problème.

Quels examens vais-je passer ?

Les examens permettent de suivre la maladie et d'aider à la contrôler.

Prises de sang

Elles permettent de savoir si :

- vous avez de l'inflammation
- votre corps manque d'eau (déshydratation)
- vous manquez de fer et de globules rouges (anémie)
- vous manquez de certains autres minéraux, de vitamines et d'autres nutriments
- vous avez une infection



Examen des selles

Il permet de voir si vous avez des signes d'inflammation ou d'infection.

Coloscopie

On examine l'intérieur de l'intestin pour voir si la maladie est active et s'il n'y a pas de cancer.

Scan du ventre

Cet examen permet de voir comment la maladie est active et s'il y a des complications, par exemple un trou dans le côlon.

Comment cette maladie est-elle traitée ?

Il y a plusieurs moyens de diminuer les symptômes et d'empêcher les poussées. Votre équipe de soins parlera avec vous pour choisir les meilleurs traitements.

Médicaments

- **La mésalamine**
  On donne souvent ce médicament comme premier traitement. Il diminue l'inflammation. Il peut être pris sous forme de comprimés par la bouche, de suppositoires ou de lavements à l'intérieur du rectum.
- **Les corticostéroïdes**
  Ces médicaments soulagent vite les symptômes en cas de crise ou de poussée. On les donne en cas d'urgence.



- **Les immunosuppresseurs**
  Ces médicaments modifient l'activité de votre système immunitaire. Cela diminue l'inflammation dans l'intestin. Exemples d'immunosuppresseurs : thiopurines ou méthotrexate.
- **Les thérapies ciblées**
  Ces médicaments aident à contrôler la maladie et à éviter les poussées. Ils agissent sur des parties précises du système immunitaire. Selon votre situation, ils pourront être pris en comprimés ou par injection. L'injection est faite sous la peau ou dans une veine.

Opération

On opère seulement quand les autres traitements ne fonctionnent pas ou quand la maladie cause des problèmes graves. Le chirurgien enlève alors le côlon. Cette opération s'appelle une colectomie totale.

Habitudes de vie

En plus de votre traitement médical, de bonnes habitudes de vie peuvent faire une différence. Elles peuvent diminuer les crises et vous aider à mieux vivre avec la maladie.



Vous n'avez pas besoin de tout changer d'un coup : l'important est d'y aller peu à peu, à votre rythme.



Voici des exemples de ce que vous pouvez faire :

- Manger de façon équilibrée et éviter le plus possible les aliments transformés. Consultez la fiche santé ***L'alimentation et les maladies inflammatoires de l'intestin.*** **(À venir)**
- Faire de l'activité physique : bouger à tous les jours, au moins 30 minutes.
- Diminuer le stress : faire des exercices de relaxation, du yoga, de la méditation ou toute autre activité qui vous calme.
- Avoir de bonnes habitudes de sommeil.

Quels signes surveiller ?

Appelez la **Ligne Santé Patient CHUM,** au **514 890-8086,** si vous avez un ou plusieurs de ces signes :

- Vous faites des selles plus souvent que d'habitude.
- Vous avez du sang dans les selles.
- Vous avez de fortes douleurs au ventre.
- Vous avez de la difficulté à retenir vos selles.
- Vous avez la diarrhée.
- Vous avez perdu beaucoup de poids en peu de temps.
- Vous avez une fièvre plus élevée que 38˚C (100,4˚F).



A qui parler pour mes rendez-vous ?

Appelez le Centre desrendez-vous, au **514 890-8051,** ou remplissez le formulaire en ligne ***formulaires.chumontreal.qc.ca***

Qui appeler pour demander de l'aide ou poser mes questions ?

Pour toute question liée à votre colite ulcéreuse. Appelez une infirmière de la **Ligne Santé Patient CHUM**.

LIGNE SANTÉ PATIENT CHUM

514 890-8086
24 heures sur 24, 7 jours sur 7
Vous êtes un patient du CHUM ?
Vous avez des questions sur votre état de santé ? Une infirmière peut vous aider.

RESSOURCES UTILES

Fiches santé :
MII et grossesse
La calprotectine fécale

Centre en maladies inflammatoires chroniques de l'intestin du CHUM :
ibdcentremicimontreal.ca

Crohn et Colite Canada :
crohnetcolite.ca

Société canadienne de recherche intestinale :
Maladies et troubles gastro-intestinaux
badgut.org

Il existe d'autres fiches santé du CHUM. Demandez à votre équipe de soins quelles fiches peuvent vous aider.

Vous pouvez aussi les lire sur Internet.
chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace en aucun cas les conseils de votre professionnel de la santé.

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

Ce document est protégé sous la licence Creative Commons