Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 51

Artikel: Et si c'était la thyroïde?
Autor: Zirilli, Anne
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-831832

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Et si c'était **la thyroïde?**

Vous vous sentez épuisé, sans élan, vous avez le visage bouffi, les pieds froids, la mémoire qui flanche? Si cette glande est en cause, ces signes disparaîtront comme par enchantement avec un traitement de substitution. Entretien avec le Dr Sheila Ardigo, endocrinologue à Genève.

Notre survie, notre santé et notre vitalité sont sous l'étroite influence des hormones, ces messagers chimiques qui, en se fixant sur les organes, commandent les fonctions physiologiques essentielles. Malheureusement, leur production a tendance à se raréfier avec l'âge. A la chute spectaculaire des hormones sexuelles s'associe ainsi souvent un déclin des hormones sécrétées par la thyroïde, petite glande à la base du cou.

«Cette déficience, baptisée hypothyroïdie, touche 10% à 20% des personnes de plus de 65 ans, note le Dr Sheila Ardigo, du Centre médical des Eaux-Vives, rattaché au GSMN (Genolier Swiss Medical Network). De nos jours, et depuis que l'apport en iode est suffisant, elle s'explique dans la majorité des cas par une maladie auto-immune, dite de Hashimoto. Au lieu de s'attaquer aux microbes et autres agents indésirables, les anticorps produits par notre système immunitaire détruisent peu à peu les cellules de la thyroïde.»

L'hypothyroïdie se manifeste par des symptômes débilitants: frilosité, fatigue importante, pouls ralenti, essoufflement à l'effort, constipation, œdèmes, trous de mémoire ou moral dans les talons, crampes et douleurs musculaires, peau sèche, voix rauque... L'examen médical peut aussi révéler un manque de sucre dans le sang, un excès de cholestérol, une fragilité osseuse *(lire ci-dessous)*.

Bien que ces signes se présentent rarement tous ensemble, leur multitude démontre l'impact considérable de la thyroïde sur notre état de santé. «Tous les organes et tissus sont concernés, car les

Dr Ardigo: «L'hypothyroïdie peut faire grossir»

Des kilos qui viennent s'ajouter, c'est possible. Mais il ne s'agit pas de graisse, explique la Dr Sheila Ardigo, de Genolier.

DR

L'hypothyroïdie fait-elle grossir?

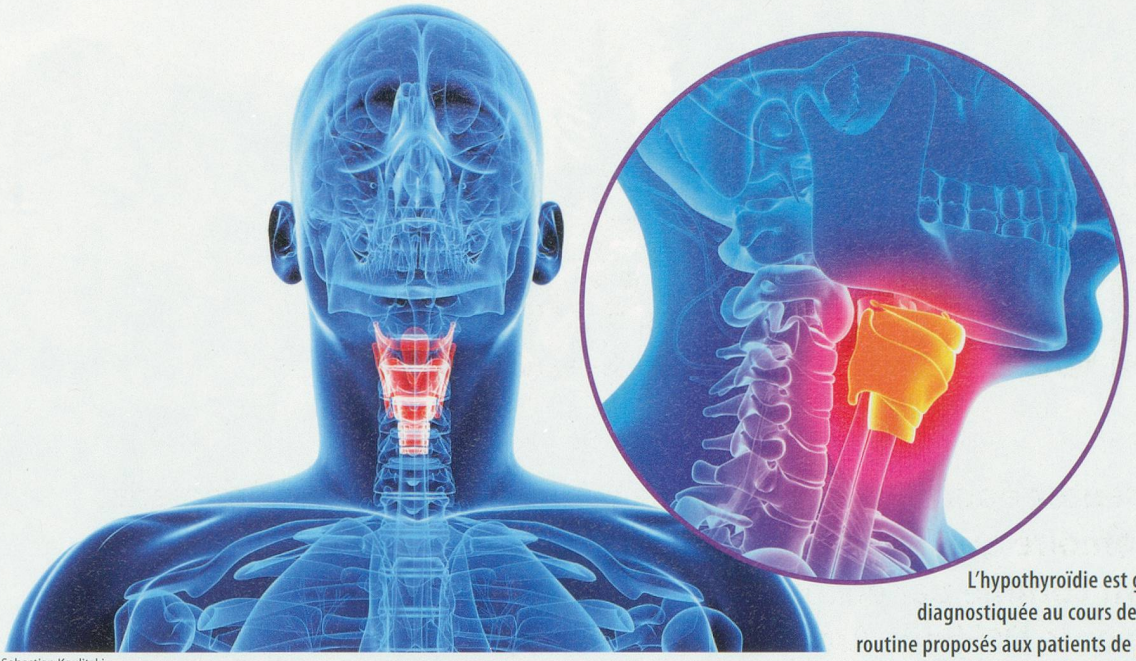
Oui, à un stade avancé, mais c'est par rétention d'eau et non par accumulation de graisse. Le patient gonfle, mais dès qu'on le met sous substitution hormonale, il retrouve son poids normal. On a vu des patients perdre en quelques semaines dix à quinze kilos... sous forme d'eau.

On ne prend donc pas de kilos sous forme de graisse?

Non, ou alors il s'agit d'un effet mineur, dû à la fonte musculaire induite par l'hypothyroïdie. Il faut savoir que les muscles dépensent beaucoup d'énergie non seulement quand on les exerce, mais aussi lorsqu'ils sont inactifs. Autrement dit, une personne bien musclée brûle au repos davantage de calories et aura tendance à stocker moins de graisse qu'une autre. En cas d'hypothyroïdie, c'est l'inverse: la proportion de graisse augmente au détriment de la masse musculaire.

Cette atrophie musculaire est-elle inquiétante?

Elle l'est pour les personnes âgées, car cela aggrave la perte musculaire due à l'âge. De plus, les œdèmes diffus, causés par accumulation d'acide hyaluronique et d'eau dans le muscle, entraînent des douleurs qui occasionnent des troubles de la marche et de l'équilibre, avec un risque important de chutes et de fractures. Le prix à payer pour ces complications peut être élevé en terme de qualité de vie et d'autonomie.



Sebastian Kaulitzki

L'hypothyroïdie est généralement diagnostiquée au cours des examens de routine proposés aux patients de plus de 65 ans.

hormones thyroïdiennes contribuent à libérer l'oxygène transporté par les globules rouges, facilitant ainsi son passage du sang aux cellules», explique la spécialiste.

Evolution insidieuse

Funeste chez l'enfant, dont elle compromet la croissance et le développement mental, l'insuffisance thyroïdienne peut avoir également des conséquences dramatiques chez la personne âgée. C'est que, bien souvent, les symptômes s'aggravent insidieusement, entraînant à la longue des complications sévères. «Il arrive que la constipation mène à l'occlusion intestinale, explique le Dr Ardigo, ou que la confusion mentale s'installe, faisant croire à tort à une sénilité, ou encore que l'œdème gagne les muscles, le cœur, le corps entier.»

Comme l'hypothyroïdie est généralement diagnostiquée au cours des examens de routine proposés aux patients de plus de 65 ans, ces complications se font rares. «On les observe chez des personnes âgées, isolées socialement et peu suivies médicalement.»

Un exemple. Tout récemment, le Dr Ardigo a reçu à l'Hôpital de gériatrie de Genève, où elle consulte également, une dame de 80 ans, venue se faire examiner à la suite d'une chute. «Cette patiente n'avait plus vu de médecin depuis quinze ans, elle se plaignait d'être très fatiguée et avait des œdèmes généralisés. Sa fréquence cardiaque était ralentie, ses facultés mentales aussi. Comme on pouvait s'y attendre, l'analyse de sang a révélé une hypothyroïdie sévère, avec des hormones thyroïdiennes quasi indétectables et des taux de TSH astronomiques.»

Elément essentiel du diagnostic, la TSH est une hormone produite par l'hypophyse, qui stimule et contrôle la sécrétion des hormones thyroïdiennes. «Un taux élevé de TSH indique une carence en hormones thyroïdiennes», précise l'endocrinologue.

Un traitement de substitution

Tout aussi spectaculaire, le traitement dont a bénéficié cette dame lui a permis de retrouver toutes ses facultés et de perdre en quatre semaines douze kilos sous forme d'eau.

Faute de pouvoir réparer la glande détruite par les anticorps, il consiste à remplacer l'hormone manquante par sa forme synthétique (la lévothyroxine), molécule que le corps se charge de transformer en hormone active. Dosée progressivement, en tenant compte de l'âge et de l'état du patient, cette substitution hormonale ne déploie pas d'effets indésirables.

Anne Zirilli

Des tâches **multiples**

Une carence des hormones thyroïdiennes peut avoir des conséquences multiples. Petite liste de symptômes.

- Le métabolisme de base des organes est ralenti.
- Sensation de frilosité.
- Tendance à l'hypoglycémie.
- Constipation.
- Augmentation du mauvais cholestérol avec risque d'athérosclérose.
- Œdèmes par accumulation d'eau.
- Ralentissement des facultés cognitives, troubles de l'humeur.
- Ralentissement du pouls.
- Crampes, perte osseuse et musculaire.