

Cortisone : incontournable malgré les effets secondaires

Zitouni IMOUNACHEN - 2016-06-20 15:20:32 - Vu sur pharmacie.ma

Pour toutes les douleurs d'origine inflammatoire, la cortisone a de nombreux avantages. Primo, elle mobilise des hormones naturelles, des corticoïdes que sécrètent de façon quotidienne les surrénales. Secundo, même s'ils ressemblent beaucoup à ces substances, les médicaments prescrits à base de cortisone sont évidemment des produits de synthèse, qui ont pour eux d'être non toxiques, d'où une dose pouvant être augmentée afin d'accroître les effets. Voilà pourquoi la cortisone a valu à ses inventeurs le prix Nobel de médecine et de physiologie en 1950. Et elle reste si efficace que, souvent, on ne peut pas s'en passer pour soulager des lombalgies persistantes, des hernies discales ou des crises de sciatique.

Son mode d'administration sous forme d'infiltrations - des injections en nombre limité dans l'articulation - prévient alors l'essentiel de ses effets secondaires. Car malheureusement, sur le long terme, la cortisone présente une liste impressionnante d'effets indésirables. Et c'est un fait avéré à travers nombre d'études effectuées ces dernières années.

Au-delà d'une durée de prescription de trois mois, la cortisone entraîne une rétention d'eau et de sel, qui peut faire gonfler mais surtout être source de problèmes si l'on souffre d'hypertension ou d'insuffisance cardiaque. La prise de poids est ainsi la plainte rapportée par 70 % des malades dans l'étude de Jeffrey Curtis. Autres problèmes rencontrés, l'accentuation de la cataracte (15 %) et des fractures (12 %). Quand la prescription de cortisone s'étale dans le temps, elle peut en effet s'avérer responsable d'une fonte de la masse musculaire et, plus embêtant, participer à la déminéralisation des os, donc à leur fragilisation. Enfin, en faisant grimper le taux de sucre dans le sang, ce médicament peut se révéler dangereux pour les diabétiques, surtout s'ils ignorent tout de leur maladie.

Les effets indésirables sont avant tout tributaires de la durée de prescription. Sur ce point, les médecins sont unanimes: dès lors qu'on l'utilise sur une courte durée - ce qui est le cas pour une infiltration -, la cortisone n'a que du bon! Quant à son utilisation sur le long terme, notamment pour soulager les malades souffrant de polyarthrite rhumatoïde, les études ont prouvé que les effets secondaires dépendent énormément de la dose prescrite. Et si ceux-ci sont alors inévitables, ils peuvent être minorés en suivant les conseils du médecin, par exemple avec un régime adapté: moins de sel et de sucre, plus de protéines, de produits laitiers, de fruits secs et de légumes verts, etc.