



Régime sans gluten

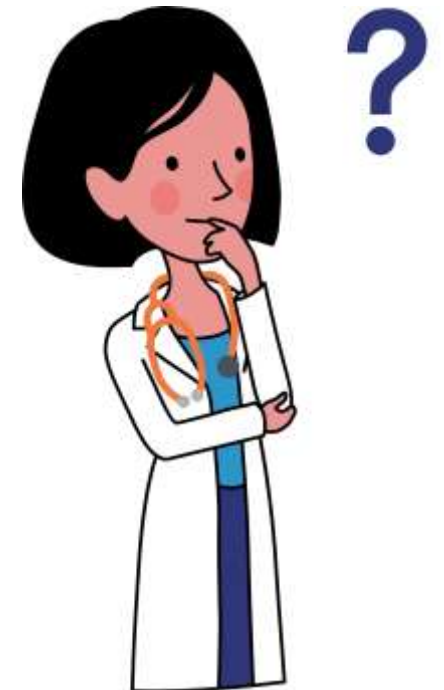
Mythes et réalités

Pr Benoît Cambon

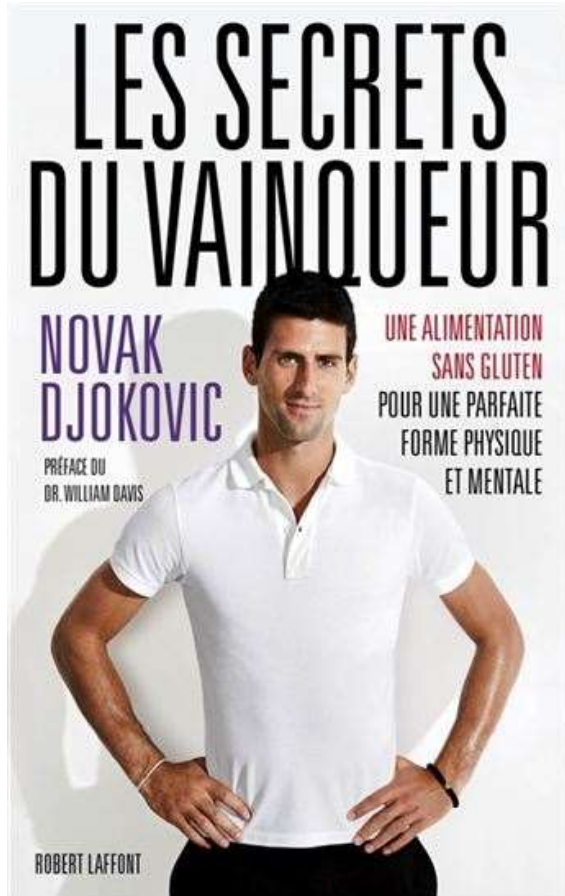
En consultation

Myriam 32 ans

- Depuis de nombreux mois :
 - Ballonnement abdominal
 - Diarrhée
 - Fatigue
- A essayé un régime sans gluten qui améliore les symptômes
- Elle vous demande votre avis...



Contexte



Régime sans gluten x3 chez les personnes sans M Coéliqua entre 2010 et 2014

Ce que l'on sait

Maladie cœliaque :

- 1% de la population : seulement 20% diagnostiqué
- Douleurs abdominale, ballonnement, diarrhée, anémie carencielle (folate, B12)
- Chronique ou intermittent
- Ig A antitransglutaminase (sensibilité 90%, spécificité 98%)
 - Faux - : régime sans gluten, déficit en Ig A, immunosuppresseur
 - + => biopsie duodénale
- Régime sans gluten (blé, orge, seigle) : efficace



Ce qui est en question

Sensibilité au gluten non cœliaque (2012)

- Douleur abdominale, ballonnement, diarrhée, anémie
- + Douleurs articulaires, céphalées, eczéma, dépression/anxiété/attaque de panique
- IgA antitransglutaminase : -
- Régresse en quelques semaines au régime sans gluten



Les Faits



Etude de cohorte : Lebwohl BMJ 2017 (1)

- 64000 femmes 45000 hommes, sans M cœliaque
- 1986 à 2010
- Régime sans gluten :
 - ne diminue pas le risque cardiovasculaire
 - diminue potentiellement les aliments complets (élément protecteur CV)

=> Régime sans gluten non recommandé en l'absence de M cœliaque

Lebwohl B, Cao Y, Zong G, et al. Long term gluten consumption in adults without celiac disease and risk of coronary heart disease: prospective cohort study. *The BMJ*. 2017;357:j1892. doi:10.1136/bmj.j1892.

Les Faits



Méta-analyse Lionetti (Frontiers in physiology sept 2017)

- 11 études testant la réintroduction de gluten chez les sensibles au gluten non cœliaque
- Pas de différence significative entre gluten ou placebo

Lionetti E, Pulvirenti A, Vallorani M, et al. Re-challenge Studies in Non-celiac Gluten Sensitivity: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Physiology*. 2017;8:621. doi:10.3389/fphys.2017.00621.

Réponse pragmatique à Myriam

- Information sur les données et incertitudes actuelles
- Proposition de reprendre Gluten pendant un mois puis IgA antiT
 - Si + => colo
 - Si - => pas de M Coeliaque
 - Possibilité de poursuivre RSG si réapparition des SF mais info sur possible augmentation RCV



