

La goutte fait un retour en force

SANTÉ Près de 220.000 Belges souffriraient de la maladie, dopée par le houblon

► Douleuruse maladie articulaire de jadis, la goutte est en recrudescence.

► En cause ? Malbouffe et alcoolisme.

La goutte, c'était la maladie des rois au Moyen-Âge. Une image d'Épinal représente un homme joufflu et bedonnant avachi dans un sofa, un pied dénudé posé sur un coussin. Ainsi dévoilé, le gros orteil déformé et violacé révèle la douloureuse conséquence de festins gargantuesques de gibier accompagnés des meilleurs alcools. Autrefois synonyme d'opulence et de réussite sociale, la goutte s'est depuis insinuée dans la population générale où elle a plutôt tendance à rimer avec détresse, alcoolisme et malbouffe.

Elle est la maladie inflammatoire rhumatismale la plus fréquente dans les pays industrialisés. La goutte touche 2 % de la population générale, soit une personne sur 50. Et année après année, elle gagne du terrain. « Son incidence est de 1,5 % chez l'homme et de 0,6 % chez la femme », indique le Pr Valérie Gangji, chef du service de rhumatologie à l'hôpital Erasme.

Alors que les gravures des livres d'histoire associent la pathologie à la masculinité, « 20 %



En cause, une consommation excessive de bière. En effet, le houblon est un grand pourvoyeur de protéines, dégradées en acide urique qui peut former des cristaux dans les articulations. © THIENPONT.

des maladies sont désormais des femmes », commente le Dr Jean-Pierre Brasseur, rhumatologue aux cliniques universitaires de Mont-Godinne (UCL). « Au Moyen-Âge, l'espérance de vie n'excédait pas 40 ans, c'est pourquoi on n'observait pas de cas chez les femmes » En effet, grâce aux oestrogènes, les femmes sont naturellement protégées de la goutte. Du moins jusqu'à la ménopause.

Intimement liée au style de vie et à l'alimentation, la goutte se caractérise par des crises de rhu-

matisme inflammatoire dû à un dépôt de cristaux d'urate de sodium dans des articulations. Ce phénomène est la conséquence d'un excès d'acide urique dans le sang, lui-même résultant d'une surproduction par le foie ou d'une élimination insuffisante par les reins.

« Ce déséquilibre est désormais très fréquent. Sa prévalence a doublé en 30 ans et peut atteindre 15 à 20 %. L'excès d'acide urique conduit à des troubles rénaux, mais pas toujours à la goutte (cela dépend du code gé-

nétique, NDLR) », précise le Pr Gangji.

Cela n'empêche, près de 220.000 Belges souffrent de la goutte. Pour expliquer la prévalence de la maladie, l'alcoolisme est largement pointé du doigt. Chez nous, 13 % des hommes et 6 % des femmes boivent trop. La sinistrose ambiante n'y est certainement pas étrangère. Sans oublier qu'« on est dans une société de la performance. On boit pour se donner du courage, pour adopter une certaine attitude, pour oublier les soucis. Le gros

LA MALADIE

Les pieds sont les plus touchés

L'endroit privilégié par la goutte pour se développer, ce sont les pieds. « Et principalement le gros orteil, car c'est une articulation périphérique. La température corporelle y est plus basse, favorisant la précipitation des cristaux d'urate de sodium. Ces amas déforment l'articulation de l'orteil, explique la rhumatologue de l'hôpital Erasme. Les crises interviennent vers 3 ou 4 heures du matin et sont très douloureuses. Un simple effleurement, comme celui d'un drap de lit, est source de souffrance. »

L.T.H.

problème, c'est le manque d'attention que certains ont pour eux-mêmes », ajoute le Pr Christine Reynaert, psychiatre et chef du service de psychosomatique à Mont-Godinne. « La première crise de goutte doit être perçue comme un signal d'alarme pour changer radicalement de mode de vie. » En étant explicitement liée à l'alcoolisme, la maladie est-elle honteuse ou difficile à avouer à son entourage ? Ce n'est pas le cas, selon les différents professionnels interrogés. Sur le terrain, le Dr Domi-

nique Lejeune, spécialiste en médecine interne, constate souvent des cas de goutte lors d'hospitalisation pour sevrage d'alcool. La principale cause observée ? Une consommation excessive de bière. En effet, le houblon est un grand pourvoyeur de protéines regroupées sous le nom de purines, dont la dégradation par le foie conduit à l'acide urique.

Trop de soda est nocif

Le second démon s'appelle fructose. « Ce sucre est massivement présent dans les aliments industriels. Et les pires des fléaux, ce sont les sodas », explique le Dr Brasseur. « A cause d'une consommation excessive – soit de 1 à 1,5 litre par jour – un de mes patients a développé la goutte à l'adolescence. A 25 ans, il a les pieds, les doigts et les coudes rongés par l'inflammation. » Un excès de poids est souvent lié à l'abus de sucre. Des études scientifiques calquent ainsi l'incidence de la goutte sur la courbe croissante de l'obésité – dont souffre un Belge sur 10.

« Clairement, la malbouffe et l'alcool à bas prix contribuent à la recrudescence de la goutte au sein de la population générale », conclut le rhumatologue. Pour soigner la pathologie, outre des médicaments, il faut suivre un régime strict exempt de soda, d'alcool, de viande rouge, d'abats et de crustacés. ■

LAETITIA THEUNIS

diagonale Ce n'était pas Tigrou, mais le chat du Cheshire



L'animal rôdant près de Disneyland Paris n'est pas identifié, mais il serait inoffensif. Et loin d'être un tigre... © D.R.

Ceci n'est pas un tigre, aurait dit Magritte. Le félin échappé non loin de Paris n'est pas un fauve rayé. Si l'on se fie à l'analyse de ses empreintes, il s'agirait, tout au plus, d'un gros matou, inoffensif d'après la police. Un soulagement pour les dizaines de militaires et de policiers en Seine-et-Marne qui traquent littéralement l'animal depuis jeudi, sous une pluie battante. Mais c'est aussi un peu une tuile, pour tous ceux qui ont trop vite crié au loup.

Le matou rôdait aux alentours du parc Disneyland Paris. On ne peut dès lors s'empêcher de faire le lien avec O'Malley, le plus dandy des félins, du film *Les Aristochats*. Oui, vous savez, celui qui chantait : « Tout le monde veut devenir un chat ». Un peu la même idée que dans la chanson « Le chat » de Pow Wow : « Moi vouloir être chat, me frotter contre tes bas, je me ferai angora pour me blottir dans tes bras. Je te jure, j'boirai plus que du lait, je n'aime plus la vodka. »

Ce fait d'actualité le suggère : les hommes devraient parfois, eux aussi, se contenter d'un bol de lait. Ce n'est pas la première fois que les médias s'emballent sur des félins.

Souvenez-vous de la panthère noire des Ardennes. En septembre 2009, des habitants du petit village de Légglise soutiennent mordicus avoir vu une panthère dans la forêt.

La Bagheera en question avait déjà affolé les Français, parce qu'un « grand félin » avait été aperçu en Meurthe-et-Moselle. C'est en octobre 2010 (!) qu'« un des plus grands mystères contemporains (sic) connaît un épilogue ». La police de Hermeskeil, en Allemagne, photographie l'animal qui aurait atterri là après être passé par la France et la Belgique. Manque de pot, le cliché montre un chat sauvage.

Mais nous ne sommes pas les seuls à avoir été bernés. L'Angleterre a elle aussi vibré au rythme des hallucinations collectives, avec le lion d'Essex. Une photo circulait, persuadant les habitants que le roi de la Jungle (Moufassa, sans doute) avait élu domicile à l'orée de la forêt de St Osyth. En fait, il s'agissait de Teddy Bear, un maine coon beige...

Le seul vrai fauve dans ces histoires, c'est peut-être le Chat du Cheshire, qui miaule de plaisir dans son arbre au Pays des Merveilles, en se réjouissant d'avoir berné tout le monde. A l'avenir, les crédules se souviendront de la suite de la chanson de Pow Wow : « Je te montrerai de quoi est capable un gros chat. A ce jeu-là je suis roi. Et la souris ce sera toi. »

Et la souris, ce sera toi. ■

ANN-CHARLOTTE BERSIPONT
@AnnCharlotte_B



Gardez le meilleur pour plus tard

Préparez votre pension complémentaire dès maintenant, avec Fédérale Assurance

Vous voulez vous aussi bénéficier d'une pension complémentaire ?

Fédérale Assurance vous offre des solutions optimales à titre privé ou via votre entreprise.

Vous profitez d'un excellent rendement et d'un service de qualité, certifié ISO 9001 : 2008.

La fiscalité avantageuse actuelle constitue un atout supplémentaire.



Découvrez la solution qui vous convient le mieux!

Plus d'info : www.federale.be

Ou contactez le conseiller ou le gérant du bureau de votre région.

0800-14.200

FEDERALE
Assurance

L'assureur qui partage ses bénéfices avec vous

