



COELIAQUE  
CANADA

# Qu'est-ce que la maladie cœliaque?



**Comment ça fonctionne:** Le gluten peut rendre les personnes atteintes de la maladie cœliaque (MC) très malades. Il abîme l'intestin grêle — la partie de notre système digestif, dans notre ventre, qui aide à absorber les nutriments et les vitamines dont vous avez besoin pour grandir fort et rester en santé.

- **Le gluten** – c'est une protéine qu'on retrouve dans le blé, le seigle et l'orge. C'est tellement petit que vous pouvez même pas le voir!



## Le "caméléon clinique"

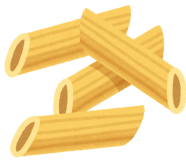


La maladie cœliaque est parfois appelée un "caméléon clinique"! Elle peut avoir l'air différente pour tout le monde — un peu comme un caméléon qui change de couleur pour se fondre dans son environnement!

### Le saviez-vous :

La maladie cœliaque touche environ 1 % de la population — mais jusqu'à 80 % des cas ne sont pas diagnostiqués.

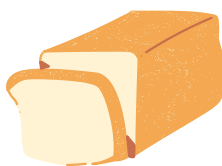
## Certains aliments contiennent (souvent) du gluten...



Pâtes



Pâtisseries



Pain



Craquelins

À moins que ce soit écrit « sans gluten » ou qu'il y ait ce collant-là!



**N'oubliez pas**

Vérifiez toujours l'étiquette

# Information pour les parents / tuteurs :

## Symptômes

### Peuvent apparaître seuls ou en combinaison, chez les enfants comme chez les adultes :

- Maux de ventre, crampes, ballonnements ou gaz
- Nausées
- Constipation ou diarrhée fréquente
- Perte de poids
- Intolérance au lactose
- Carences en vitamines et minéraux
- Faiblesse ou fatigue
- Maux de tête ou migraines
- Anxiété, dépression et brouillard cérébral
- Ulcères ou aphtes dans la bouche
- Douleur aux os ou aux articulations

### Autres symptômes possibles chez les enfants :

- Croissance retardée
- Puberté tardive
- Irritabilité et changements de comportement
- Anomalies de l'émail des dents
- Vomissements
- Aphtes fréquents dans la bouche



## Traitement

**Le seul traitement actuel pour la maladie cœliaque est un régime strict sans gluten à vie.**

Ce régime permet à l'intestin de guérir et peut réduire le risque de développer d'autres maladies ou complications associées.

Il est recommandé d'être référé à une diététiste professionnelle spécialisée en maladie cœliaque pour une évaluation nutritionnelle, de l'éducation et un suivi. Un suivi régulier avec votre médecin est aussi conseillé.

## Génétique

**La maladie cœliaque est une condition héréditaire,** et les symptômes peuvent apparaître à tout âge. Les membres de la famille proche (parents, enfants et frères ou sœurs) d'une personne atteinte de la maladie cœliaque courent un risque plus élevé d'en être atteints sans le savoir (~5 à 15 %).

Il est recommandé que tous les parents au premier degré d'une personne atteinte de la maladie cœliaque passent un test de dépistage régulièrement.



## Diagnostic

*Le diagnostic de la maladie cœliaque nécessite des tests.*

Des analyses de sang peuvent être faites pour dépister la maladie cœliaque chez les personnes qui présentent des symptômes légers ou atypiques, ou qui font partie de groupes à risque. Cependant, une biopsie de l'intestin est nécessaire pour confirmer le diagnostic.

**La maladie cœliaque ne peut être diagnostiquée qu'avec une biopsie de l'intestin grêle.**

Il ne faut pas commencer un régime sans gluten avant d'avoir fait les analyses de sang et la biopsie, car cela peut nuire à un diagnostic précis.