



Diarrhées aiguës passagères des adultes

● Une diarrhée aiguë mérite une attention particulière en cas de sang, glaire, ou déshydratation, et chez les patients âgés ou immunodéprimés.

● De très nombreux médicaments provoquent une diarrhée. Les médicaments ne sont guère efficaces sur les diarrhées passagères banales. 24 heures de patience, parfois avec réhydratation orale, suffisent le plus souvent.

La diarrhée est une émission de selles plus liquides ou plus nombreuses qu'à l'ordinaire (1). Le début est en général soudain, parfois précédé ou accompagné de nausées ou de douleurs abdominales.

Dans les pays riches, chez les adultes, les diarrhées aiguës sont habituellement d'origine infectieuse, et le plus souvent virales. De très nombreux médicaments provoquent parfois une diarrhée, notamment les antibiotiques et les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS).

Une consommation importante d'édulcorants de type polyols, alias polyalcools (a), contenus dans des bonbons, sirops, chewing-gums et autres dragées dites sans sucre est susceptible de provoquer ou d'aggraver la diarrhée (2).



Amélioration habituelle en 24 heures. La majorité des diarrhées s'améliorent spontanément dans les 24 heures, sans retentissement sur l'état général.

La déshydratation est la complication la plus immédiate et la plus dangereuse d'un épisode de diarrhée aiguë (1,3). Elle est rare chez les adultes en bonne santé. Elle survient dans un contexte de selles liquides fréquentes et abondantes, et de vomissements répétés sur un court laps de temps.

Les premiers signes de déshydratation sont une sensation de soif, de bouche sèche, une diminution de la diurèse (c'est-à-dire du débit urinaire), voire une perte de poids (1).



Sang, glaire, déshydratation : prendre un avis. Certains signes évoquent une diarrhée grave : sang ou glaires dans les selles, déshydratation, confusion et malaise (3). La fièvre accompagne bon nombre de diarrhées bénignes, mais aussi certaines diarrhées graves.

En cas de voyage récent en zone intertropicale, les causes de diarrhée à envisager sont multiples et justifient de prendre un avis (3). Certains patients sont plus fragiles que d'autres et risquent davantage d'être déshydratés. Pour cette raison, mieux vaut ne pas essayer de traiter sans examen clinique les diarrhées chez les personnes âgées, les patients immunodéprimés, les patients atteints d'une maladie grave.

Lorsque d'autres personnes de l'entourage du patient

Des médicaments à écarter de sa liste



Les médicaments à visée antiseptique, tels que le *nifuroxazide*, n'ont aucun intérêt dans le traitement des diarrhées aiguës, alors qu'ils sont parfois la cause d'une inflammation du côlon (8).

(familial, professionnel, scolaire, etc.) ont partagé un repas et ont eu à peu près au même moment une diarrhée, une toxi-infection alimentaire collective est à évoquer. Il est utile de le déclarer aux autorités sanitaires pour limiter l'apparition d'autres cas. Une analyse des selles est parfois utile pour l'enquête épidémiologique (3).



Agir sans médicament : boissons et parfois solution de réhydratation, toujours lavage des mains. Chez les adultes en bonne santé, une diarrhée ne nécessite aucun traitement spécifique, dès lors que les pertes liquidiennes sont aisément remplacées par des apports hydriques en quantité suffisante. Au mieux, l'apport hydrique est accompagné d'une alimentation apportant un peu de sel.

Lorsque les pertes liquidiennes sont importantes ou en cas de signes de déshydratation, il est préférable de les compenser avec une solution associant sucre, sel et d'autres électrolytes. Cette compensation ne réduit pas la diarrhée, mais prévient l'aggravation d'une déshydratation (3,4). Pour une réhydratation optimale, des solutions à reconstituer à partir des sachets de sels de réhydratation orale peuvent être utiles (en général ►►

a- Divers polyalcools, alias polyols, sont autorisés dans l'alimentation en tant qu'édulcorants. Ils ont l'intérêt de ne pas être utilisés par les bactéries de la bouche et ainsi de ne pas favoriser la carie dentaire. Ces substances sont le maltitol, le mannitol, le sorbitol et le xylitol (réf. 2).





► 1 sachet pour 200 ml d'eau, sans ajout, ni de sucre ni de sel).

L'alimentation aggrave parfois temporairement la diarrhée sans prolonger la durée d'évolution. Le riz, les pâtes, les pommes de terre, le blé, l'avoine, cuits, légèrement salés, sont des aliments de choix en cas de diarrhée abondante (3). L'alimentation accélère, au moins chez les enfants, le retour à des selles normales (5). Cependant, aucun régime particulier n'est nécessaire.

Les boissons très sucrées (par exemple au cola) sont plutôt moins appropriées à la réhydratation que des boissons peu sucrées (5).

Diarrhées aiguës : signes d'alerte



Le plus souvent, les diarrhées aiguës s'améliorent vite, mais elles se compliquent parfois rapidement d'une déshydratation (lire dans ce numéro page 621).

Outre les contextes justifiant une vigilance accrue (lire page 570), mieux vaut obtenir sans tarder une évaluation médicale quand :

- il s'agit d'un nourrisson de moins de 6 mois ;
- la diarrhée est profuse, avec des vomissements, une soif importante, une absence d'urine ou une perte de poids ;
- la diarrhée s'accompagne de glaires ou de sang ;
- la diarrhée s'accompagne de fièvre.

©Prescrire

Prescrire Rédaction "Diarrhée aiguë du nourrisson. La réhydratation orale est essentielle" Rev Prescrire 2000 ; 20 (207) : 448-458.

Prescrire Rédaction "Les diarrhées aiguës de l'adulte en bref. Ne pas confondre traitement symptomatique et réhydratation" Rev Prescrire 2000 ; 20 (208) : 505.

Prescrire Rédaction "Diagnostic de la déshydratation du jeune enfant" Rev Prescrire 2005 ; 25 (262) : 460.

La prévention de la transmission de la diarrhée aiguë infectieuse à l'entourage passe par le lavage soigneux des mains du patient après chaque selle et après chaque miction, et avant chaque contact avec des aliments. La prévention passe aussi par le lavage des objets qui ont pu être contaminés (lunette des toilettes, chasse d'eau, poignées de porte, robinets, etc.) (3).

Des médicaments à retenir : rien de systématique. Le *lopéramide*, un ralentisseur du transit intestinal, réduit **modestement** le nombre de selles : environ une selle en moins durant les 12 premières heures (3). Il **ne prévient pas la déshydratation**. Les mesures de réhydratation, quand elles sont fondées, passent avant le *lopéramide* (3). Le *lopéramide* appartient à la famille des dérivés de l'opium. Il expose notamment aux **risques de rétention urinaire et de constipation** (6).

L'effet des argiles, telles que l'*attapulgite* ou la *smectite*, se limite à une amélioration de consistance des selles en cas de diarrhée modérée (1).

Les autres médicaments dits "anti-diarrhéiques" sont moins bien évalués. Le *racécadotril* n'a pas une meilleure balance bénéfices-risques que celle du *lopéramide* (4).

Un **antibiotique** n'est justifié que dans des cas particuliers, après examen des selles au laboratoire.



Éviter le lopéramide chez les femmes enceintes. Par prudence, vu son efficacité modeste, mieux vaut se passer du *lopéramide* pendant la grossesse ou l'allaitement (4).



Attention au lopéramide chez les patients traités par antibiotique.

Le *lopéramide* risque d'aggraver certaines infections coliques, notamment une colite pseudomembraneuse, à évoquer en cas de diarrhée aqueuse, avec des glaires voire du sang, chez un patient sous antibiotique (7).

La **colite pseudomembraneuse** est liée au déséquilibre de la flore intestinale normale, avec prolifération d'une bactérie, nommée *Clostridium difficile*. Cette bactérie sécrète des toxines qui altèrent la muqueuse de l'intestin. Pratiquement tous les antibiotiques sont susceptibles de provoquer une colite pseudomembraneuse. On ne connaît pas de moyen de prévention efficace (7).

©Prescrire

Tiré de : Rev Prescrire 2008 ; 28 (299) : 683-684.

Sources

- 1- Prescrire Rédaction "Traitement de la diarrhée aiguë de l'adulte (en pays occidental)" Rev Prescrire 1999 ; 19 (197) : 490-491.
- 2- Prescrire Rédaction "Troubles digestifs dus aux polyalcools" Rev Prescrire 1990 ; 10 (98) : 296.
- 3- Prescrire Rédaction "Les diarrhées aiguës de l'adulte en bref. Ne pas confondre traitement symptomatique et réhydratation" Rev Prescrire 2000 ; 20 (208) : 505.
- 4- "Diarrhoea", "Racecadotril". In "Martindale The complete drug reference" The Pharmaceutical Press, London. Site www.medicinescomplete.com consulté le 21 mars 2011.
- 5- Prescrire Rédaction "Diarrhée aiguë du nourrisson. La réhydratation orale est essentielle" Rev Prescrire 2000 ; 20 (207) : 448-458.
- 6- Prescrire Rédaction "Rétention urinaire sous lopéramide" Rev Prescrire 2001 ; 21 (221) : 677.
- 7- Prescrire Rédaction "Colites pseudomembraneuses. Une complication grave de l'antibiothérapie à connaître" Rev Prescrire 1992 ; 12 (116) : 133-134.
- 8- Prescrire Rédaction "nifuroxazide-Bifix" dans la diarrhée aiguë. Un traitement inutile et non judicieux" Rev Prescrire 1999 ; 19 (197) : 489-491.

DCI	France	Belgique	Suisse
<i>attapulgite</i>	ACTAPULGITE ^o	ACTAPULGITE ^o	ex-ACTAPULGITE ^o
<i>lopéramide</i>	IMODIUM ou autre (a)	IMODIUM ^o ou autre	IMODIUM ^o ou autre
<i>nifuroxazide</i>	ERCEFURYL ^o ou autre	—	ex-ANTINAL ^o
<i>racécadotril</i>	TIORFAN ^o ou autre	—	—
<i>smectite</i>	SMECTA ^o ou autre	—	ex-SMECTA ^o

a- En France, au 15 juin 2011, au moins une spécialité est disponible en "Libre accès", selon la liste datée du 27 juillet 2010 établie par l'Agence de sécurité sanitaire des produits de santé (Afsaps).