



[la cortisone le Crohn, et la RCH](#)

Catégorie : [Pratique](#)

Publié par Anonyme le 06-07-2008 18:00

LA CORTISONE ET NOUS

Souvent décriée ... pas étonnant elle nous « gonfle » !!!

Beaucoup d'entre nous devons passer par la case corti (beurk !!!)

Cependant il faut reconnaître qu'en cas de crise ça aide bien ... enfin pour un certain temps ...

Bah oui il faudrait pas qu'elle devienne un peu trop collante ...

.. et nous on veut bien être crohnico dépendant mais pas cortico dépendant !!

Voilà un petit mémo personnalisé pour vous aider à absorber et à digérer madame cortisone ... !!!

Qu'est-ce que c'est ???

La cortisone est une hormone que tout le monde sécrète grâce à une petite glande située au-dessus des reins (glandes surrénales).

Son action dans l'organisme est très diverse ... ce qui du coup fout le bin's

Elle est utilisée, sous une forme dite de « synthèse », pour traiter de nombreuses maladies (d'origine ORL, ophtalmologique, pneumologique, rhumatologique ... et bien sûr les MICIs) en raison de son action anti-inflammatoire et immunosuppressive en traitement prolongé.

On la trouve sous forme de comprimés (soit effervescents ou à avaler), de gouttes, de lavements, d'aérosols. (elle passe partout !!!)

En cas d'hospi ... vous l'aurez peut-être sous forme de perfusion ...

Avec la prise des corticoïdes, votre médecin prescrira sûrement une prise de sang régulière, cela pour surveiller son retentissement sur vous.

Les règles de base :

Toujours la prendre avec un repas ... car sinon bonjour les dégâts sur l'estomac !!!

En cas d'aigreur persistante, allez voir votre doc !!! (risque d'ulcérations)

Elle a tendance à titiller notre humeur et à inverser le rythme jour/nuit ;
Donc préférez sa prise le matin et/ou le midi (en deux fois c'est possible)

Si malgré ça la danse de saint GUY vous prend la nuit,
il faudra soit un coup de massue[®]
soit demander un truc pour vous détendre le soir pour vous éviter les insomnies

Elle peut favoriser la destruction osseuse du calcium.
Lorsque l'on vous prescrit en supplément de la vit D et du CALCIUM ,
prenez les pour ne pas vous retrouver avec un squelette tout troué !!!

Bah oui ... !!! Il n'y a que la vitamine D qui permet l'absorption par les os du calcium.

Avec madame corti, une faim insatiable peut s'emparer de vous !!!!

Des envies de gâteaux, d'éclairs au chocolat ... du sucre ... bref des envies à vous damner !!!!
Soyez sage avec les sucreries ... sinon aie aie les kilos !!![®]

De même lors d'apéro entre amis :
limitez les biscuits salés ... le sel en général ...
on s'en aperçoit vite car la peau nous tire ... on gonfle ... !!!! horreur !!! malheur
!!!![®]

En revanche mangez sans retenue (cool !!)
toutes sortes de protéines (viandes, œufs ...)
pour compenser les pertes ... car la cortisone « grignote » nos muscles ...
ahhhhhhhhhh la fourbe !!!!

Y a pas a dire ... elle nous casse les bonbons !!! rahhhhhhhhhhh !!!!!!

Notre peau en prend aussi pour son compte ...

L'acné qui réapparaît ... du délire total !!! naaan !!!

Votre peau qui se fragilise ... alors pour parer à toute agression dermique :

Evitez les coups ... ça vire vite au bleu !!

Evitez les blessures ... les croûtes n'en finissent plus !!!
Faites la chasse aux mycoses, sinon démangeaison assurée !!!

L'été :
tartinez vous de crème solaire si vous ne voulez pas finir rouge écrevisse !!!!
(y a un effet loupe !!!).

BREF pensez à prendre soin de votre corps ... dorlotez-le ... chouchoutez-le!!!!

Autre chose ...

Pas de panique ... enfin facile à dire ...

Vous allez être victime d'une poussée de toutes vos phanères ... hein ... quoi[®]

Je m'explique : sur votre visage va apparaître un duvet
(alors là, c'est vous qui voyez : soit vous rasez tout ... soit vous colorez tout ... ou vous prenez votre mal en patience ... car il disparaîtra dans le mois qui suit l'arrêt des corticoïdes ...)

Y a quand même un truc de bien ... vous verrez vos ongles plus longs et moins cassants et vos cheveux pousser plus vite et plus fortifiés ...[®]

D'autres phénomènes peuvent survenir ...
mais ils ne sont pas constants ...
c'est juste qu'en le sachant on ne se dit pas : « purée...!!! ça y est...!!!
Vl'a autre chose qui me tombe sur le coin de la figure !!!! »

C'est du genre ...

une sensation de fournaise ... ou des vapeurs loool...
ou encore une tendance à la transpiration (la nuit je pouvais tordre mes vêtements)...

des crampes ... !!! punaise ça c'est mortel ...

euuh ne soyez pas étonné de planer sous corti ...

parce que la concentration n'est pas optimale ...
alors pensez au bloc note ou au PAD pour les plus branchés ...

Car sinon vous pourriez avoir des surprises loooooool

Mais une seule chose à retenir :

Même si on la déteste ...
si le médecin vous la prescrit ... il faut la prendre ...
elle stoppe la progression de la maladie ...
elle ne l'enraye pas ...
mais en cas de crise, en phase aiguë ...
elle soulage nos douleurs ...

Alors soignez vouuuuus !!!!!!

Lau71