

# *La colopathie fonctionnelle*

Paul Zeitoun

La colopathie fonctionnelle est une maladie des intestins qui se manifeste par des douleurs au ventre et des troubles du transit intestinal. L'adjectif « fonctionnelle » indique qu'il n'y a aucune lésion aux intestins ni ailleurs, pas de fièvre, pas de diminution de l'appétit, d'amaigrissement ni de fatigue. Bref, on a mal au ventre et l'on n'évacue pas comme il faut ses intestins, mais on est par ailleurs en bonne santé.

À partir de la description des symptômes, le médecin aura à vérifier l'absence de maladie intestinale ou autre qui pourrait être à l'origine des symptômes. Finalement, le récit du patient comporte les seuls critères dont dispose le médecin pour en venir au diagnostic de colopathie fonctionnelle.

On appelle également cette maladie « troubles fonctionnels intestinaux » et « syndrome de l'intestin irritable ». En revanche, le terme de colite spasmodique, encore en usage il y a quelques dizaines d'années, prête à confusion car le mot colite implique des lésions inflammatoires ou infectieuses, ce qui n'est pas le cas.

Les mécanismes responsables sont complexes et mal connus. Il existe une composante motrice (les intestins ne se contractent pas de façon harmonieuse) et des anomalies sensitives (sensibilité des intestins excessive.) On comprend donc qu'il y a une participation nerveuse perturbant la motricité des intestins et rendant anormale la perception des sensations digestives. On ignore si les anomalies à l'origine des troubles moteurs et sensitifs demeurent cantonnées aux structures nerveuses présentes dans la paroi de l'intestin ou si elles touchent aussi d'autres éléments du *système nerveux sympathique et parasympathique*. On a également envisagé une participation psychique à cette maladie, et même, allant plus loin, soutenu qu'elle pouvait avoir le psychisme pour seule origine.

Il n'y a actuellement aucune preuve permettant d'affirmer une prédisposition psychologique à trop ressentir des sensations douloureuses en provenance de leur ventre.

La colopathie fonctionnelle est d'une grande fréquence : on estime qu'en France, environ quinze pour cent des adultes en souffrent. Elle atteint plus la femme que l'homme et elle commence avant l'âge de trente ans.

Cette maladie ne fait pas courir un danger vital, elle ne nécessite pas de chirurgie et ne prédispose pas au cancer du côlon. Les anomalies fréquemment trouvées comme des diverticules du côlon, des calculs dans la vésicule biliaire sont tout à fait fortuites.

## **Symptômes**

Ils sont très nombreux ; chacun est variable dans son intensité et la gêne qu'il procure. Leur mécanisme n'étant pas connu, la maladie n'a pas de traitement codifié.

Le sujet se plaint de douleurs abdominales, de troubles du transit intestinal et de ballonnements. Les symptômes évoluent par poussées de plusieurs jours ou semaines et peuvent être différents d'une crise à l'autre. Cela explique les difficultés à les décrire au cours de l'entretien avec le médecin, et le temps qu'il faut pour le faire.

### ***Douleurs***

Les douleurs abdominales sont de tous types : crampes, coliques, pesanteur, impressions de torsion, de piqûres, ou simple gêne. Elles sont lancinantes, mobiles, vont et viennent, parfois de même type et parfois différentes. Elles occupent en général une large surface de l'abdomen, souvent étendues en barre, ce que le sujet désigne avec son avant-bras posé transversalement comme s'il coupait son corps en deux.

Elles peuvent se produire dans une partie de l'abdomen restant la même ou différente d'une poussée à l'autre. Localisées et intenses, elles font penser à une maladie de l'organe sous-jacent. Lorsqu'elles prédominent à droite, le malade ou le médecin peuvent un moment se demander s'il ne s'agit pas d'une colique hépatique, d'une colique néphrétique droite ou d'une appendicite. Les douleurs peuvent s'exprimer principalement dans la fosse iliaque et le flanc gauches et conduire à évoquer une colique

néphrétique gauche ou, chez un sujet de plus de cinquante ans, l'infection d'un diverticule du côlon sigmoïde.

Chez la femme, une douleur du bas de l'abdomen, dans l'hypogastre ou une fosse iliaque, droite ou gauche, peut évoquer une salpingite aiguë ou une autre maladie gynécologique.

La démarche du médecin consiste à grouper des symptômes disparates et d'autres informations pour décider de les attribuer à cette singulière maladie qu'est la colopathie fonctionnelle.

### ***Troubles du transit intestinal***

Le trouble du transit le plus fréquent est la constipation. Elle est définie médicalement par le fait d'avoir moins de trois selles par semaine. Du point de vue du malade, c'est aussi avoir des selles dures, difficiles à évacuer, émises en plusieurs fois, ou encore une impression d'évacuation incomplète. Un délai supérieur à deux jours entre deux selles peut se produire sans cause ou à l'occasion de changements d'habitudes, par exemple en voyages. À une constipation de plusieurs jours fait souvent suite l'émission d'excréments déchiquetés ou liquides, pouvant être appelée diarrhée, parfois accompagnée de quelques glaires mais pas de sang. Les selles sont de couleur marron, rarement plus claires. Elles ne sont pas toujours suivies du soulagement des douleurs et ne laissent pas toujours l'impression que les intestins se sont évacués complètement.

### ***Ballonnement et météorisme***

Les crises s'accompagnent souvent d'une sensation de tension de l'abdomen que le sujet définit comme un excès de gaz. Ce ballonnement coïncide souvent avec un météorisme parfois impressionnant. Ce fait se produit souvent en peu de temps, parfois en moins d'une heure, principalement après un repas ou le soir et il inquiète le sujet et son entourage. Les vêtements serrés à la taille deviennent alors insupportables.

Lorsque le gonflement de l'abdomen est important et les douleurs intenses, *a fortiori* si le sujet est constipé depuis plusieurs jours, l'inquiétude grandit et il peut craindre une occlusion. C'est parfois aux Urgences de l'hôpital que des examens parviennent à écarter ce diagnostic. Ainsi cette maladie tout à fait bénigne au

point de vue vital est une cause possible d'inquiétude et de recours en urgence aux médecins.

### **Gaz**

Plusieurs faits concourent à ce que le patient leur attribue les symptômes : le gonflement de l'abdomen, le soulagement fréquent après un pet, sa conviction qu'il irait mieux après l'expulsion de plus de gaz, des borborygmes pouvant être entendus par l'entourage.

### **Évolution par poussées**

L'évolution n'est pas stéréotypée ; les patients souffrent chacun d'une manière qui associe diversement les troubles décrits plus haut, et qui varie d'une poussée à l'autre. La plupart du temps, les symptômes sont mineurs entre les crises, mais il arrive qu'il n'y ait pas de réelle sédation.

Après les malades eux-mêmes, les médecins ont recherché les circonstances qui pouvaient les déclencher ou les favoriser les poussées. Certaines d'entre elles pourraient être en rapport avec l'alimentation, avec des épisodes de constipation ou avec des périodes d'anxiété. Certaines poussées n'ont cependant aucune circonstance qui les favorise, ce qui est déconcertant et même irritant pour le sujet.

### **Troubles associés**

Les symptômes qui suivent ne font pas partie, au sens strict, de la colopathie fonctionnelle. Pourtant les patients souffrant de cette maladie s'en plaignent plus que d'autres. Certaines sensations désagréables témoignent de troubles de la sensibilité d'organes digestifs, d'autres pourraient résulter d'une attention accrue portée à des douleurs auxquelles on ne se soucie pas en général.

#### ***Troubles dyspeptiques***

C'est une gêne ressentie dans le haut de l'abdomen en relation avec les repas.

#### ***Borborygmes***

Également appelés gargouillis, ils sont audibles par l'entourage et peuvent être très gênants. Les personnes non atteintes de colopathie n'en sont cependant pas exemptes.

### ***Mauvaise haleine***

C'est un symptôme indépendant de la colopathie fonctionnelle mais qui peut lui être associé et renforcer l'idée que tous les ennuis viennent de l'intestin. Son mécanisme est en fait complexe et les causes diverses : hygiène bucco-dentaire, maladies du nez et de la gorge ou des bronches et des poumons.

### ***Hémorroïdes***

Le terme est souvent employé pour tous les symptômes provenant de l'anus. Bien qu'ils soient « mal placés » et malgré la légitime pudeur de montrer cette partie du corps, ces troubles doivent conduire à consulter un gastroentérologue pour mettre en route le traitement adapté.

Insistons sur le fait qu'une hémorragie par l'anus, de sang rouge ou noir, avec ou sans caillots, même de petite abondance, même une seule fois et seulement sur le papier, avec ou sans douleur, doit toujours être signalée au médecin et conduire à faire des investigations spécialisées.

### ***Troubles urinaires***

Ils sont eux aussi « fonctionnels », c'est-à-dire qu'on ne trouve pas d'infection urinaire et que le médecin ne décèle aucune anomalie. Aussi bénins que gênants, ce sont des pesanteurs sur la vessie ou des envies fréquentes d'uriner certains jours ou dans certaines circonstances.

### ***Douleurs gynécologiques***

Des douleurs ovariennes et des règles douloureuses se produisent plus souvent chez les femmes souffrant de colopathie fonctionnelle.

### ***Maux de tête***

Il existe aussi, fréquemment associés, des maux de tête ou de véritables migraines

## **Circonstances favorisant les poussées**

### ***Alimentation***

La première réaction d'une personne qui a mal au ventre, ayant ou non une colopathie fonctionnelle, est de se demander quel aliment pourrait en être la cause. Et les écrits ne manquent pas sur les intolérances et il existe d'innombrables pourvoyeurs de conseils et d'interdictions. À côté de susceptibilités individuelles, certains aliments sont incriminés par la plupart des patients atteints de colopathie fonctionnelle. Nous commencerons par ceux-là.

### Aliments riches en fibres

Ils contiennent des hydrates de carbones (glucides) dont la structure chimique est telle qu'ils ne sont pas digérés dans l'intestin grêle. De ce fait, ils arrivent non modifiés dans le côlon, mais ils n'iront pas plus loin. Ils sont en effet attaqués par les bactéries qui s'y trouvent, munies des enzymes qui nous font défaut. Cette digestion par les bactéries (fermentation) produit des dérivés pouvant être absorbés par le côlon, des gaz et d'autres substances accroissant le volume contenu dans le côlon, stimulant son péristaltisme.

Les fibres sont utilisées pour le traitement de la constipation, comme on le décrira plus loin. Cependant, chez les sujets qui ont une colopathie fonctionnelle, les fibres déclenchent des douleurs et des ballonnements. La réaction douloureuse se produit à partir d'une quantité seuil qui varie d'un sujet à l'autre.

### Lait et laitages

Le lait contient un hydrate de carbone, le lactose, pour lequel le nourrisson est pourvu d'une enzyme intestinale, la lactase. Grâce à elle, le lactose est scindé chez lui en deux molécules de nutriments qui sont absorbées dans l'intestin grêle et qui lui fournissent l'énergie dont il a besoin.

Cette enzyme diminue au cours de la croissance et elle fait défaut chez beaucoup d'adultes. L'absence de lactase a été constatée chez environ dix pour cent des individus des pays occidentaux et chez quarante à cinquante pour cent des adultes au Japon et en Thaïlande.

Les personnes qui ont mal au ventre après avoir bu du lait ont presque toujours une insuffisance en lactase de leur intestin grêle, ce qui n'est pas pathologique. Une sensibilité excessive du côlon réduit la tolérance au lait.

Les laitages, yaourts et fromages, ont subi une fermentation par des bactéries lactiques et ils ne contiennent plus de lactose ou très peu. Il est recommandé de ne pas en réduire sa ration alimentaire car ils sont notre source principale de calcium.

### Aliments allégés en sucre

Des aliments ou friandises contiennent des produits simulant le goût du sucre sans en contenir dans le but de réduire la teneur en calories. Les produits dont l'édulcorant est l'aspartam n'offrent aucun inconvénient dans la colopathie fonctionnelle. En revanche, les aliments allégés contenant des hydrates de carbone non absorbés par l'intestin grêle accroissent les fermentations dans le côlon. Les boissons, les confiseries et les chewing-gums ainsi allégés peuvent entretenir les douleurs chez le sujet souffrant de colopathie.

### Épices

Les épices fortes comme le poivre, la harissa, le piment piquant ou le curry, etc. peuvent provoquer des douleurs associées ou non à de la diarrhée par irritation intestinale. Il nous semble excessif de les exclure systématiquement. Nous pensons que chacun doit, se connaissant, simplement en limiter la consommation.

### Chocolat

Il provoque une constipation chez beaucoup de personnes.

### Alcools

Les alcools étant absorbés par le tube digestif dès qu'ils arrivent dans l'estomac et dans l'intestin grêle. Ils n'ont pas de répercussion sur la colopathie fonctionnelle.

## Eau

Certains sujets atteints de cette maladie préfèrent les eaux plates aux eaux gazeuses qu'ils accusent d'augmenter leur ballonnement.

## Médicaments

Les sujets qui souffrent de colopathie peuvent tolérer plus mal que d'autres les anti-inflammatoires. Chez eux le choix pourrait être d'avoir mal au ventre pour avoir moins de douleur rhumatismale, lombalgies ou autres : un dialogue avec le médecin est conseillé.

## Stress

Il paraît évident que les intestins réagissent au stress comme tout l'organisme. Le stress peut donc accentuer les douleurs du sujet atteint de colopathie.

## Répercussions psychologiques de la colopathie

La maladie procure une altération notable de la *qualité de vie* qui a été reconnue et évaluée dans plusieurs études.

Lorsqu'une dyspepsie, des céphalées, des douleurs rhumatismales ou autres se surajoutent aux symptômes de la colopathie fonctionnelle, elles accentuent les soucis de santé sans solution, qui encombrent déjà la vie de ces patients.

De plus, sans anomalie objective, les plaintes occasionnent souvent dans l'entourage l'évocation d'une origine psychologique. Une fois qu'on s'est entendu dire que « c'est dans la tête » puisqu'on n'a « rien » trouvé, on n'a en général pas envie de se plaindre à nouveau. Il en résulte une impression de solitude et même d'incompréhension par la médecin que peuvent éprouver ces sujets, enfermés en quelque sorte avec leur maladie.

## Consultation médicale

Étant donné l'intensité de la gêne occasionnée par cette maladie, le médecin est consulté à plusieurs reprises par certains de ces patients. Il arrive aussi que plusieurs praticiens soient successivement consultés.

Le médecin récapitule l'histoire de la maladie et il se fait assez rapidement une idée sur la nature fonctionnelle des troubles. Cependant, même si l'examen clinique est rassurant, il ne peut pas exclure une maladie sous-jacente sans le concours d'investigations complémentaires. Les examens demandés le plus souvent sont l'échographie abdominale et la coloscopie, dont la prescription, ainsi que celle d'autres examens, est motivée par la recherche d'une cause tangible, organique. La coloscopie est faite dans l'hypothèse d'une maladie pouvant donner des symptômes similaires à ceux de la colopathie fonctionnelle : chez le sujet jeune, c'est la maladie de Crohn, et chez le sujet âgé, le cancer colique.

Les investigations complémentaires proposées au patient peuvent amener à la découverte d'anomalies fortuites dont le médecin aura à juger de la relation de cause à effet avec les symptômes et l'ensemble des signes cliniques. Les polypes rectocoliques ne donnent aucune douleur.

La chronicité des symptômes auxquels le malade s'est habitué peut retarder le diagnostic d'une maladie récente.

## **Traitement**

Il n'en existe pas qui soit capable de guérir la maladie ; les médicaments visent seulement à soulager les symptômes. Cela signifie que le traitement est à adapter aux troubles du patient et qu'il nécessite de sa part patience et participation. Car le traitement est à prendre tous les jours, tout au moins pendant la poussée.

Nous aborderons séparément le traitement des symptômes : constipation ou diarrhée, douleurs abdominales, et la prise en charge de l'anxiété.

### ***Traitement de la constipation***

La constipation accentue tous les symptômes : douleurs abdominales de toutes sortes et ballonnement, et elle est le symptôme sur lequel les médicaments ont le plus d'efficacité. Il convient donc, de notre point de vue, de s'en préoccuper.

Comme le traitement agit seulement lorsqu'il est pris, il doit l'être de façon quotidienne. Il ne faut pas craindre que l'organisme ne « s'habitue » ; les médicaments de la constipation n'entraînent

pas d'accoutumance. N'étant pas absorbés et restant dans l'intestin, ils ne peuvent pas non plus provoquer d'effets indésirables pour l'organisme lorsque la dose prescrite est respectée.

### Objectif du traitement

L'idéal est d'avoir une selle ou deux tous les jours ou tous les deux jours, et d'obtenir une impression de soulagement du ventre après être allé aux toilettes. Il faut plusieurs jours à ces médicaments pour être efficaces ; ce ne sont pas des purges.

### Régime

Nous ne pensons pas raisonnable d'édicter un régime pour une maladie susceptible de durer toute la vie. Nous savons qu'aucun régime n'est suivi s'il n'est pas pratique et de plus adapté aux goûts et aux conditions de vie de la personne.

Les fibres sont contenues dans les légumes, les fruits, le pain et les céréales. La quantité de fibre est à adapter soi-même.

### Médicaments

Tous les médicaments ont pour objectif de ramollir le contenu du côlon et d'en accroître le volume. Ce faisant, ils stimulent le péristaltisme et favorisent l'expulsion des excréments.

#### *Lubrifiants*

C'est l'huile de paraffine dont il existe plusieurs présentations : liquide, gelée ou solide, pure ou aromatisée. Non absorbée dans le tube digestif, elle lubrifie le contact entre les matières et la muqueuse colique. En fait, elle réduit l'absorption de l'eau tout au long du tube digestif et d'accroître ainsi le volume fécal.

#### *Laxatifs osmotiques*

Certains sont des hydrates de carbone non digérés dans l'intestin grêle (lactitol, lactulose, sorbitol, etc.), qui servent de substrat, de nourriture, aux bactéries du côlon comme nous l'avons vu pour le lactose du lait et les fibres alimentaires.

Le macrogol, molécule synthétique non absorbée par l'intestin grêle ni par le côlon, a une forte capacité de garder l'eau et elle accentue le volume du contenu colique. Elle est d'ailleurs prise en grande quantité dans des solutions ingérées en quelques heures pour le lavage des intestins avant la coloscopie.

### *Mucilages*

En augmentant le volume du contenu colique, les mucilages provoquent en réaction un péristaltisme qui aboutit à la défécation.

Peu attaqués par les bactéries intestinales, les mucilages ont l'avantage sur les fibres alimentaires de ne pas provoquer de fermentation et ni d'augmentation de la production de gaz.

### *Laxatifs irritants, appelés aussi stimulants*

Il existe plusieurs extraits de plantes (séné, casse) et plusieurs molécules de synthèse capables de favoriser la défécation. Pris sous forme de comprimés, ils sont d'utilisation facile.

Leur usage prolongé à des doses excessives dans l'espoir fallacieux de maigrir est dangereux, comme c'est d'ailleurs le cas de beaucoup de médicaments.

### *Laxatifs à usage rectal*

Les suppositoires permettent d'évacuer les selles qui stagnent dans le rectum. Des micro-lavements, présentés en capsules, ont le même effet. Certaines personnes ont recours à ces méthodes ; nous préférons agir sur l'ensemble du côlon dans le cas du traitement au long cours de la colopathie fonctionnelle.

## Les petits conseils

Beaucoup de personnes se sont fait une opinion sur la meilleure façon de libérer les intestins et elles les préconisent volontiers à leur entourage ces petits moyens.

### *Boire beaucoup*

L'organisme d'une personne déshydratée a tendance à retenir l'eau disponible, même aux dépens de celle contenue dans

les intestins. Cette situation de crise ne concerne pas notre propos car dans ce cas la constipation est une conséquence accessoire.

Chez un sujet normalement alimenté, un apport d'eau supplémentaire, si abondant soit-il, n'accroît pas l'hydratation des matières fécales : l'eau est absorbée principalement dans l'intestin grêle, accessoirement par le côlon et elle ne se retrouve pas dans les excréments. Aucune eau minérale n'a le pouvoir d'hydrater les selles ni d'accélérer le transit intestinal. L'eau bue en supplément est captée par les reins et passe dans les urines. C'est un bon traitement préventif de la cystite et des calculs urinaires. Ce n'est pas un traitement de la constipation.

#### *Huile d'olive le matin*

La prise d'huile évacue la vésicule biliaire. La bile ainsi déversée dans l'intestin peut, chez certaines personnes, déclencher le besoin d'aller à la selle. Mais, cette recette n'a pas de pouvoir spécifique : un petit-déjeuner a le même effet.

#### *Se présenter aux toilettes à heures fixes*

Aller aux toilettes tous les jours à la même heure est inutile en plus d'être fastidieux.

#### *Fumer une cigarette au petit-déjeuner*

Certains fumeurs attribuent à la première cigarette de la journée l'envie d'aller aux toilettes.

#### *Exercice physique le matin*

L'exercice comporte des contractions des muscles de l'abdomen et peut de ce fait déclencher un besoin d'aller aux toilettes chez une personne qui a un transit normal.

Certains patients tirent profit des massages de l'abdomen. Aucune étude à notre connaissance n'a démontré l'efficacité des massages chez le constipé.

#### *Lavements*

Les grands lavements à l'eau ont été depuis des siècles, avec la saignée, le principal traitement de tous les maux qu'on ne savait pas définir, au temps où l'examen physique du malade

n'existait pas, où le médecin examinait longuement les urines, la langue, le teint et parfois palpait le pouls.

Ces lavements n'ont pas leur place dans le traitement des maladies au long cours que sont la constipation et la colopathie fonctionnelle.

Leur usage pour évacuer des prétendues toxines ou autres miasmes sont de pure fantaisie. Ils sont édictés par de grands imaginatifs épris de propreté pour des personnes en quête de croyances.

### ***Traitement des douleurs***

Le traitement de la douleur est très important ; il faut cependant reconnaître qu'il n'est pas très efficace dans la colopathie fonctionnelle.

### Antispasmodiques

Ces médicaments sont très utilisés. Bien qu'ils méritent d'être à portée de main du patient, leur efficacité est assez limitée car les symptômes de la colopathie fonctionnelle ne sont pas seulement dus à des spasmes, contractions excessives, mais plutôt à l'excès de perception d'un péristaltisme pouvant être normal.

Certains parmi eux peuvent être achetés sans ordonnance.

### Psychotropes

On a démontré une certaine efficacité des anxiolytiques et des antidépresseurs à petites doses sur de longues périodes.

On comprend que certains patients soient réticents à utiliser des médicaments pour soigner leur esprit alors que leurs symptômes sont intestinaux.

### Sommeil

Le sommeil met l'intestin au repos. Le ballonnement douloureux du soir ne trouve souvent sa solution que lorsque le sujet est au lit et que son ventre s'apaise avant ou par l'assoupissement.

### Bouillotte

Beaucoup de patients ont constaté, et cela de longue date, que le fait de se coucher et d'appliquer sur le ventre une bouillotte

était un moyen simple de soulager une crise de douleur et de ballonnement.

### ***Traitement de la diarrhée***

Le fait d'avoir des selles liquides ou déchiquetées à plusieurs reprises dans la journée est qualifié de diarrhée. Il est utile de comprendre que les résidus déversés par l'intestin grêle dans le côlon (voir Structure et fonction des organes digestifs, page XXX) sont liquides et que celui-ci réduit leur volume en les déshydratant tout au long de leur parcours jusqu'à l'expulsion. Il suffit que le transit dans le côlon soit rapide pour que la selle soit liquide.

Inversement, irrité par des excréments qui ont stagné trop longtemps à son contact, non loin de la sortie, le côlon réagit en sécrétant du mucus et expulse des matières déchiquetées ou molles, re-liquéfiées et qu'on appelle aussi diarrhée.

### Diarrhée alternant avec une constipation

C'est le plus fréquent des troubles du transit. Le traitement consiste à faire appel aux médicaments de la constipation capables de régulariser le transit, à prendre tous les jours, comme cela a été décrit plus haut.

### Diarrhée sans constipation

Dans le cas d'une diarrhée faite d'une ou plusieurs selles jaunâtres et quotidiennes, le malade sait que son transit est rapide car il a trouvé des débris végétaux dès le lendemain.

Il vaut mieux prendre l'avis du médecin car il existe de nombreuses causes à l'accélération du transit, la colopathie n'étant pas la seule. Un spécialiste des maladies digestives est souvent consulté par la suite.

On conseille souvent dans ce cas de faire l'essai d'un régime sans fibres alimentaires. La consultation du tableau I permet de faire son choix en fonction de ses goûts.

### ***Traitement de la tension psychique***

Nous abordons là un domaine où a cours un grand nombre d'opinions, d'influences, de méthodes et de modes. Toutes visent à rétablir un équilibre convenable entre le corps et l'esprit et à évacuer ou gérer ce qu'il est convenu d'appeler le stress.

### ***Relation médecin malade***

Le médecin se pose forcément à un moment ou à un autre la question d'une maladie qui prendrait le masque de la colopathie et qu'il ne faut pas manquer de diagnostiquer. Nous en avons vu plus haut les principales.

Le patient peut déduire qu'il n'a « rien » ou que sa maladie est imaginaire lorsque les examens complémentaires sont normaux, ce qui est faux. Car, la colopathie, bien que de cause inconnue, n'est pas une maladie mentale.

La relation avec son généraliste est à nos yeux la première et la plus importante des étapes pour le patient. Le persuader que sa maladie est fonctionnelle et l'aider à cesser de croire que seule une maladie grave peut faire autant souffrir, relèvent des qualités de communication du médecin. Elle implique aussi la confiance accordée par le patient.

### ***Autres méthodes médicales et paramédicales***

Ce sont des méthodes destinées à réduire les perceptions nocives et à donner aux sujets un bien-être confondant le corps et l'esprit. Nous ne ferons que citer l'hypnose ericksonnienne, la relaxation, le yoga, etc.

D'autres méthodes comme l'homéopathie, l'acupuncture, le traitement par ostéopathie, la médecine chinoise, ne sont pas développées faute de compétence de notre part. Les spécialistes de ces thérapies voudront bien nous en excuser.

Nous devons insister cependant sur le fait que l'indication de méthodes à visée psychothérapeutiques ne découle pas à notre avis du seul fait de souffrir de colopathie fonctionnelle.

La colopathie fonctionnelle est une maladie chronique très fréquente associant douleurs abdominales, troubles du transit et ballonnement. Elle perturbe la vie du patient, surtout au cours des poussées, mais ne met en aucune façon sa vie en danger. Elle n'a aucune cause lésionnelle que recherchent en vain des examens de plus en plus efficaces. Elle est rapportée trop souvent à des troubles psychologiques même lorsqu'ils ne sont apparents pour personne et ne sont pas admis par le patient.

Le traitement de la constipation est une mesure simple et qui a une certaine efficacité.

La relation de confiance entre le patient et son médecin est souhaitable.