



Bienvivre

avec le lupus:



Lupus Canada

Travaillons ensemble pour vaincre le lupus

Qu'est-ce que le lupus?

Le lupus est une maladie chronique avec un grand nombre de symptômes, causés par l'inflammation d'une ou plusieurs parties du corps. Il est estimé que plus que 50,000 des canadiens sont atteints du lupus.

Le lupus n'est ni contagieux, ni relié au SIDA ou au cancer. Il appartient à une famille de maladies qui comprend la polyarthrite rhumatoïde, la sclérose en plaques, le diabète juvénile et la sclérodermie.

Le type de lupus le plus répandu est le lupus érythémateux disséminé.

C'est une affection complexe et déroutante qui pourra affecter n'importe quel tissu ou organe du corps, y compris la peau, les muscles, les articulations, le sang et les vaisseaux sanguins, les poumons, le cœur, les reins et le cerveau.

Il y a d'autres types du lupus qui affectent seulement la peau. Certaines gens pourraient développer le lupus médicamenteux, causé par certains médicaments utilisés pour traiter d'autres maladies. De tels symptômes disparaissent lorsque la personne cesse de prendre le médicament.

Qui peut souffrir du lupus?

N'importe qui: les femmes, les hommes et les enfants. Entre les âges de 15 et 45, huit fois plus de femmes que d'hommes sont atteints. Chez les moins de 15 ans ou les plus de 45 ans, les deux sexes sont également touchés.

Qu'est-ce qui cause le lupus?

La cause demeure inconnue. Ce que nous savons, c'est qu'avec le lupus, le système immunitaire (qui protège le corps contre les virus et les bactéries) est incapable de différencier entre les organismes envahisseurs et les tissus sains. Alors, le système

s'attaque aux parties du corps, provoquant une inflammation et les symptômes du lupus.

Puisqu'il se produit plus souvent aux femmes en âge de procréer, il semble évident qu'il y a un lien entre le lupus et certaines hormones; cependant, le mécanisme en cause est encore incertain. Il semble également que certaines personnes sont plus vulnérables pour raison de facteurs héréditaires, mais là encore, ces rapports demeurent peu clairs.

Il est important de savoir que:

- même si le lupus est une maladie grave, il peut dans la plupart des cas être traité et maîtrisé
- le lupus évolue souvent par cycles et, durant certaines périodes, les symptômes peuvent disparaître complètement;
- le diagnostic et les traitements s'améliorent, ce qui permet aux personnes lupiques de mener des vies de plus en plus actives

Quels sont les symptômes du lupus?

L'expérience de chaque lupique sera toujours très particulière.

Le lupus pourrait attaquer n'importe quel tissu du corps, et c'est difficile à isoler ou à diagnostiquer. C'est pour ça qu'on l'appelle <<la maladie aux mille visages>>.

Le lupus pourrait commencer avec des symptômes grippaux, ainsi qu'une grande fatigue, des gains ou pertes de poids soudains et inexplicables, des maux de tête, une perte de cheveux, de l'urticaire, une hypertension artérielle ou des changements de la couleur des doigts exposés au froid.

Une personne lupique peut souffrir des symptômes suivants :

- douleur articulaires, parfois accompagnées d'enflure, de rougeur et de chaleur;
- éruption rouge sur les joues et l'arête;
- fatigue extrême;
- réaction inhabituelle à la lumière du soleil;
- éruption rouge et squameux;
- petites ulcérations à l'intérieur de la bouche ou du nez.
- douleurs thoraciques, plus prononcées en position couchée ou à l'inspiration;
- enflure des pieds et des jambes, gain de poids;
- crises ou symptômes graves psychologiques;
- anomalies de la chimie sanguine observées dans les analyses sanguines.

Cette liste de symptômes est loin d'être complète, et le diagnostic du lupus doit toujours être fait par un médecin.

Vivre avec le lupus: à quoi s'attendre?

Le lupus, une maladie chronique, est différent pour chaque personne, mais il évolue souvent par cycles, lesquels peuvent comporter :

- Une <<poussée>>, les symptômes étant graves et aigus et exigeant des soins médicaux
- Une phase <<chronique>> durant laquelle les symptômes peuvent continuer, mais diminuer d'intensité;
- Une <<rémission>>, où les symptômes peuvent disparaître pour longtemps, mais aussi revenir.

Durant une phase chronique, et surtout en période de rémission (alors qu'on oublie facilement de se soigner), une personne lupique doit éviter les situations qui provoquent une poussée – par exemple, la fatigue, les situations stressantes, une mauvaise alimentation ou d'autres facteurs relevés par le patient ou le médecin.