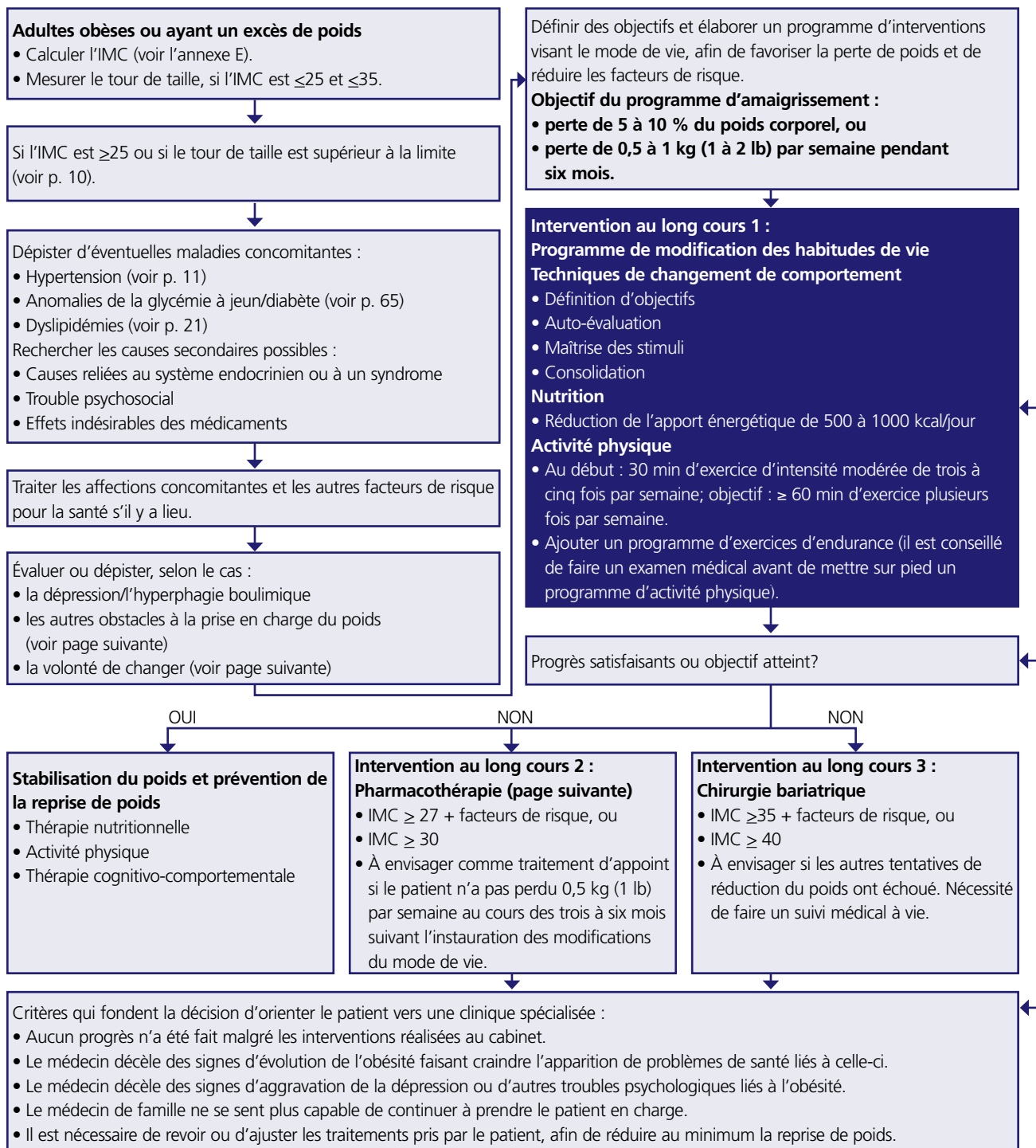




L'OBÉSITÉ ET LA PRISE EN CHARGE DU POIDS

Référence : D'après Lau DCW, Douketis JD, Morrison KM, Hramiak IM, Sharma AM, Ur E pour les membres du Groupe d'experts d'Obésité Canada sur les lignes directrices. Lignes directrices canadiennes de 2006 sur la prise en charge et la prévention de l'obésité chez les adultes et les enfants [sommaire]. CMAJ. 2007; 176(8): S1 – S14¹⁴.

L'excès de poids est une affection médicale chronique que l'on peut comparer à l'hypertension (à ceci près que sa prévalence est plus élevée que celle de cette dernière), en ce sens qu'il nécessite une prise en charge à long terme. Cela dit, contrairement à l'imposant arsenal thérapeutique dont on dispose pour l'hypertension, il n'existe que trois types de traitement au long cours de l'obésité : les modifications du mode de vie, la pharmacothérapie et la chirurgie bariatrique





COMPLÉMENT D'INFORMATION

AUTRES OBSTACLES ENTRAUVANT UNE BONNE PRISE EN CHARGE DU POIDS

Obstacles liés au patient lui-même

- Il n'est peut-être pas prêt à prendre en charge son problème de poids.
- Il souffre peut-être d'apnée du sommeil, une affection qui perturbe la capacité de planifier des activités saines et de se concentrer sur ces activités.
- Il est peut-être atteint d'hypothyroïdie.
- Il prend peut-être des médicaments qui entraînent un gain pondéral (par ex., antidépresseurs tricycliques, antidiabétiques ou corticostéroïdes).

Obstacles liés au professionnel de la santé

- Il y a peut-être des lacunes dans ses connaissances (complexité des causes de l'obésité, efficacité des traitements offerts et des stratégies thérapeutiques possibles).
- Il devra peut-être acquérir des compétences lui permettant d'évaluer la volonté de changer et de réaliser des interventions visant à influencer sur cet aspect.
- Il doit peut-être envisager une ligne de conduite semblable à celle qu'il adopterait en présence d'une maladie chronique, qui consiste à accompagner et à suivre le patient pendant tout le traitement.

EXEMPLES DE QUESTIONS À POSER LORS D'UNE BRÈVE CONSULTATION

« Pourrions-nous prendre quelques minutes pour discuter de votre santé et de votre poids? »

« Vous avez un IMC de _____. Or, toute personne dont l'IMC ou le poids est aussi élevé risque d'avoir des problèmes cardiaques ou le diabète. »

« Que pensez-vous de l'information que je viens de vous fournir? »

« Auriez-vous des suggestions à faire quant aux changements que vous pourriez apporter à votre mode de vie afin d'être en meilleure santé? »

« Dans quelle mesure êtes-vous disposé à passer à la prochaine étape? » (À évaluer sur une échelle allant de 0 à 10; voir l'échelle présentée ci-dessous).

ÉCHELLE DE 0 À 10

<p>De 0 à 3 : Pas prêt</p> <p>« Qu'est-ce qui pourrait vous motiver encore plus? »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tenir compte de la décision du patient. • Traiter les maladies concomitantes. • Reprendre la discussion à chaque consultation (cette décision revient au médecin). 	<p>De 4 à 6 : Presque prêt</p> <p>« Quelles seraient les étapes suivantes? »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Expliquer qu'une perte de 5 à 10 % du poids corporel est associée à des bienfaits considérables. • Discuter des solutions thérapeutiques (voir la section Ressources communautaires). • Discuter des objectifs prioritaires du traitement. 	<p>De 7 à 10 : Prêt</p> <p>« Que comptez-vous faire? »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aider le patient à définir les objectifs du traitement et à établir une stratégie. • Évaluer les lacunes à combler sur le plan des connaissances et les obstacles qui s'opposent à l'atteinte des objectifs. • Discuter de stratégies visant à accroître l'activité physique. • Discuter d'un plan de suivi.
--	--	---

PHARMACOTHÉRAPIE

- À envisager chez les adultes qui sont obèses ou qui ont un excès de poids, lorsque les modifications des habitudes de vie ne suffisent pas à elles seules pour entraîner une perte de poids d'importance clinique.
- À envisager chez les adultes qui sont obèses ou qui ont un excès de poids et qui, de surcroît, présentent un diabète de type 2, une intolérance au glucose ou d'autres facteurs de risque de diabète, lorsque la quantité de poids perdu n'est pas jugée d'importance clinique et qu'elle ne permet pas d'améliorer la maîtrise de la glycémie ni de réduire les facteurs de risque.



Nom	Classe	Posologie	Mode d'action	Effets indésirables
Sibutramine (Meridia, Reductil) * Non couvert par le Programme de médicaments de l'Ontario (PMO) coût : ~ 140 \$/mois	Inhibiteur du recaptage de la sérotonine et de la norépinéphrine	De 10 à 15 mg/jour le matin	<ul style="list-style-type: none"> Stimule la sensation de satiété Peut stimuler la thermogenèse Peut prévenir la baisse des dépenses énergétiques associée à la perte de poids 	<ul style="list-style-type: none"> Sécheresse de la bouche Constipation Étourdissements
Orlistat (Xenical) *Non couvert par le PMO coût : ~ 160 \$/mois	Inhibiteur des lipases gastro-intestinales	120 mg, 3 f.p.j. avec chaque repas	<ul style="list-style-type: none"> Inhibe les lipases pancréatiques Réduit l'absorption des graisses de 30 % 	<ul style="list-style-type: none"> Ballonnements Douleurs et crampes abdominales Stéatorrhée Incontinence fécale

TRAITEMENT CHIRURGICAL DE L'OBÉSITÉ MORBIDE

- Il s'agit d'une solution thérapeutique efficace et sans danger pour les patients qui souffrent d'obésité morbide (critères diagnostiques : IMC > 40, ou IMC > 35 en présence d'affections concomitantes).
- Communiquer avec la Clinique de gestion du poids de l'Hôpital d'Ottawa pour obtenir de l'information sur les demandes de consultation.

LES RESSOURCES COMMUNAUTAIRES – L'OBÉSITÉ ET LA PRISE EN CHARGE DU POIDS

PROGRAMMES SPÉCIALISÉS

Clinique ou programme :	Clinique de gestion du poids de l'Hôpital d'Ottawa Hôpital d'Ottawa Campus Civic, Pavillon Maurice Grimes, 3 ^e étage 1053, avenue Carling, Ottawa (Ontario) K1Y 4E9 Tél. : 613-761-5101 Téléc. : 613-761-5343 Site Web : www.ottawahospital.on.ca/programs/weightclinic/index-f.asp Directeur : Dr Robert Dent
Description :	Le programme de prise en charge du poids de l'Hôpital d'Ottawa est le seul programme de ce type de la région qui soit géré par des professionnels de la santé dans un milieu hospitalier. Les participants rencontrent ces derniers au cours de séances individuelles et de séances de groupe. Le Programme de base d'un an convient aux personnes dont l'IMC est supérieur à 30. Tous les aspects de la prise en charge du poids, du régime à l'exercice en passant par les changements de comportement, sont pris en compte dans le cadre des séances individuelles et de groupe.
Clientèle cible :	Personnes dont l'IMC est > 30.
Heures d'ouverture :	Du lundi au jeudi, de 8 h à 16 h
Langue :	Anglais
Coût :	Il varie en fonction du type de programme.
Recommandation :	Sur recommandation d'un médecin. Pour diriger un patient vers la clinique : remplir la demande de consultation (http://www.ottawahospital.on.ca/programs/weightclinic/pdf/wmc-referral-f.pdf) et la télécopier à la clinique, en prenant soin d'y joindre les résultats des analyses sanguines (cholestérol total, C-HDL, C-LDL, triglycérides, TSH, glycémie). Informer le patient que le personnel de la clinique communiquera directement avec lui.