



# TRAITEMENT THERAPEUTIQUE AVEC DES MEDICAMENTS CONTENANT DU CORTISOL

- A) Traitement de remplacement d'hormones  
= «traitement de substitution»  
(avec des comprimés d'hydrocortone p. ex.)
  
- B) Traitement d'une maladie inflammatoire  
= «pharmacothérapie»  
(avec des comprimés de Prednison p. ex.)

**Prof. Dr. med. Beat Müller,  
Bereichsleiter und Chefarzt Medizin  
Abteilung für Endokrinologie,  
Diabetologie und Klinische Ernährung  
Kantonsspital, Tellstrasse  
CH-5001 Aarau**

Tel +41 (0)62 838 68 18 Fax +41 (0)62 838 69 45

[happy.mueller@unibas.ch](mailto:happy.mueller@unibas.ch)

**Fachpflege Endokrinologie  
Abt. für Endokrinologie, Diabetologie & Metabolismus  
Medizinische Universitätsklinik  
Kantonsspital Aarau AG  
Tellstrasse H7  
CH-5001 Aarau**

Tel +41 (0)62 838 68 15 / 19 Zentrale +41 (0)62 838 41 41

Fax +41 (0)62 838 98 73

| Prof. Dr. med. Beat Müller, Directeur du département médical  
**Kantonsspital, Aarau**  
Ursula Schild, infirmière spécialisée en endocrinologie

## CONSIGNES A OBSERVER EN CAS DE TRAITEMENT PAR MEDICAMENT A BASE DE CORTISOL :

QUEL EST LE TYPE DE TROUBLE DONT JE SOUFFRE ?	5
QU'EST-CE QUE L'HYDROCORTONE? QUELS SONT LES EFFETS SECONDAIRES DE LA THERAPIE ?	6
QU'EST-CE QUE LE PREDNISON? QUELS SONT LES EFFETS SECONDAIRES DE LA THERAPIE ?	7
COMMENT EVOLUE LE TAUX SANGUIN DE CORTISOL CHEZ UNE PERSONNE EN BONNE SANTE ?	8
QUELS SONT LES SIGNES INDIQUANT UN MANQUE DE CORTISOL ?	9
QUE SE PASSE T-IL EN CAS DE STRESS ?	10
QU'EST-CE QUE LE STRESS ?	11
QUELLE QUANTITE DOIS-JE PRENDRE EN CAS DE STRESS ?	12
QUE DOIS-JE FAIRE EN CAS DE VOMISSEMENTS OU DE DIARRHEE ?	14
COMMENT REPASSER D'UNE QUANTITE ELEVEE A UNE QUANTITE NORMALE ?	15
POURQUOI AI-JE BESOIN D'UNE CARTE SANITAIRE D'URGENCE ? QUELLES MESURES DOIS-JE PRENDRE ?	16

## QUEL EST LE TYPE DE TROUBLE DONT JE SOUFFRE ?

Sur ordre de la glande située à la base du cerveau (hypophyse), l'hormone de cortisol est fabriquée dans la glande surrénale. La production de cette hormone augmente considérablement en cas de stress, pour compenser les besoins accrus du corps.

A) La **glande surrénale** est malade et produit trop peu ou pas de cortisol (p. ex. à la suite d'une réaction auto-immunitaire ou d'une tuberculose).

Ce trouble peut provenir de l'hypophyse. Après une tumeur ou une opération, l'hypophyse ne peut plus assurer le contrôle de la production de cortisol. Si la glande surrénale ou l'hypophyse ne fonctionne plus, il faut absolument effectuer un traitement de remplacement d'hormone.

Cette maladie est également appelée Morbus Addison, d'après la personne l'ayant décrite pour la première fois.

B) Le circuit de régulation entre l'hypophyse et la glande surrénale est perturbé durant, mais surtout immédiatement après une pharmacothérapie, c'est-à-dire par dosage élevé de cortisol, de Prednison ou autre thérapie aux stéroïdes. Il se peut alors que le circuit de régulation n'assure que partiellement ou plus du tout sa fonction. Votre hypophyse et votre glande surrénale «s'endorment» car votre corps, qui fabrique normalement le cortisol, reçoit maintenant cette hormone de l'extérieur.

**En particulier dans les situations de stress,  
votre corps ne dispose plus de la quantité  
vitale d'hormone de cortisol.**

## A) Traitement de remplacement d'hormone

### **QU'EST-CE QUE L'HYDROCORTISONE ?**

L'hydrocortisone (= «cortisol») est produite dans la glande surrénale sur ordre de l'hypophyse.

En cas de production insuffisante de cortisol, il est heureusement possible de substituer l'hydrocortisone fabriquée normalement par le corps, par un apport externe de comprimés d'hydrocortone.

### **QUELS SONT LES EFFETS SECONDAIRES DU TRAITEMENT DE REMPLACEMENT D'HORMONES AVEC DE L'HYDROCORTISONE ?**

Chaque personne a besoin d'un apport quotidien de 20 à 30 milligrammes (mg) de cortisol. Si la production n'est que partielle ou s'arrête complètement, il faut remplacer l'hormone manquante. On parle alors d'un **traitement de remplacement d'hormone**.

Le dosage correspond au besoin de base de votre corps. Cela signifie qu'aucun effet secondaire n'est à craindre. Au contraire : Si vous ne recevez pas assez de cortisol, des symptômes de carence peuvent apparaître, en particulier dans des situations de stress.

## B) Pharmacothérapie

### **QU'EST-CE QUE LE PREDNISON ?**

Le Prednison est une hormone stéroïde dont l'effet est quatre à cinq fois plus fort que le cortisol. Il est utilisé avec succès dans le traitement d'un grand nombre de maladies inflammatoires comme les rhumatismes, l'asthme, etc. Il existe, en outre, d'autres substances très puissantes, analogues au cortisol (p. ex. Dexamethasone, Betamethasone, Triamcinolone).

### **QUELS SONT LES EFFETS SECONDAIRES DE LA PHARMACOTHERAPIE AVEC DU PREDNISON ?**

Lors d'un traitement prolongé avec un dosage élevé<sup>1</sup>, il se peut que le circuit de régulation entre l'hypophyse et la glande surrénale soit perturbé. La production de cortisol dans votre glande surrénale est réduite, la glande «s'endort». En cas d'effort (= stress), le supplément de cortisol nécessaire n'est pas fabriqué en quantité suffisante dans la glande surrénale. La conduite à adopter dans une telle situation est expliquée en détail dans les pages suivantes. Dans le cas de traitements de courte durée, le risque d'apparition d'effets indésirables est réduit ; ce risque peut cependant se manifester de différentes manières en cas de traitement prolongé. Pour prévenir le risque de fragilisation des os (ostéoporose), nous vous recommandons de consommer suffisamment de calcium et de vitamine D, p. ex. un litre de lait ou deux litres d'eau minérale riche en calcium par jour (Valser, Eptinger). Votre médecin peut aussi vous prescrire des comprimés de Calcimagon à mâcher.

---

<sup>1</sup>En règle générale >7,5mg de Prednison ou >30mg d'hydrocortone pendant plus d'une semaine

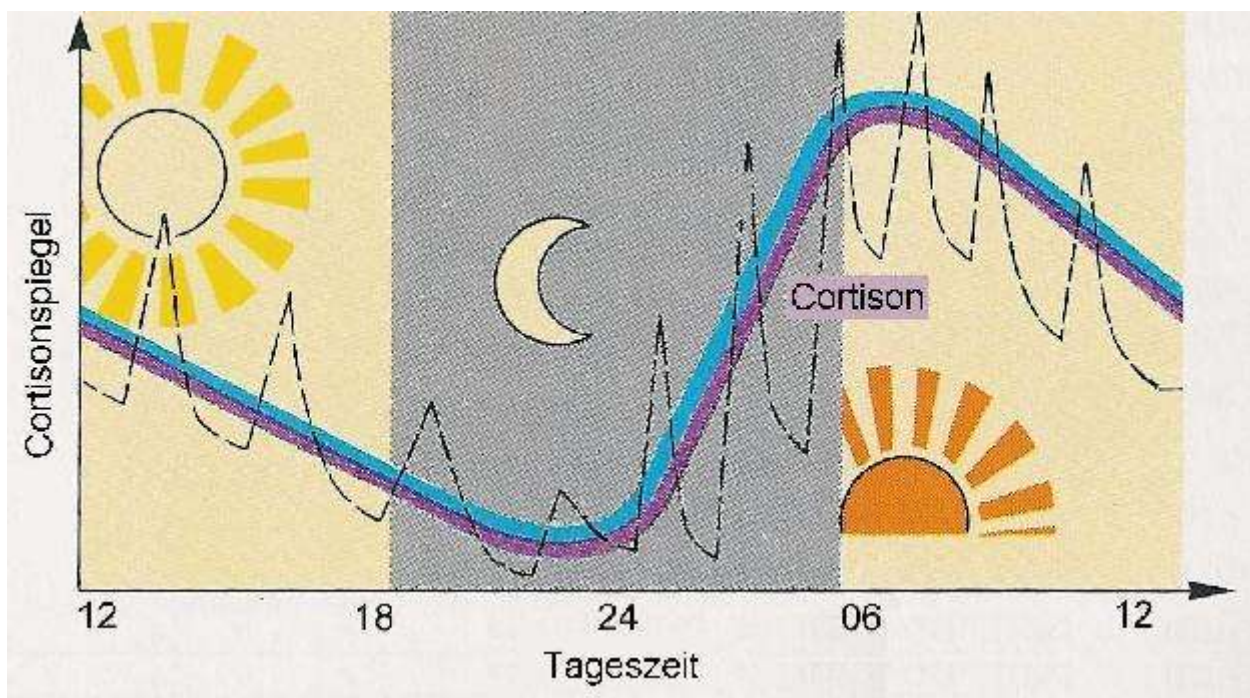
Comme tous les médicaments, les hormones stéroïdes ont aussi des effets secondaires. Veuillez-vous informer auprès de votre médecin traitant.

## COMMENT EVOLUE LE TAUX SANGUIN DE CORTISOL CHEZ UNE PERSONNE EN BONNE SANTE ?

Besoin quotidien au repos :

Le corps d'une personne saine produit et consomme quotidiennement de 20 à 30 mg de cortisol (= de 5 à 7,5 mg de Prednison). Il est impossible de vivre sans cortisol. Le cortisol sert à adapter l'organisme à des situations de stress.

Le graphique ci-dessous indique le rythme jour / nuit normal de production de cortisol:



### - Prise régulière de comprimés

A) Traitement de remplacement d'hormone

**- Première prise après le réveil, deuxième prise à midi ou l'après-midi**



## QUELS SONT LES SIGNES INDIQUANT UN MANQUE DE CORTISOL ?

- Au début, ces signaux sont très peu nombreux
- Plus tard, ils se manifestent par la fatigue et un épuisement général, surtout dans la deuxième moitié de la journée
- Vertiges au moment du lever
- Affaiblissement des performances
- Douleurs musculaires et des articulations
- Sentiment de malaise, fièvre

**Crise** (appelée crise Addison) en cas de situations anormalement fatigantes (situations de stress) :

- Vomissements, diarrhée
- Crampes d'estomac
- Hypoglycémie
- Déshydratation, hypotension, choc
- Egarement (delirium), évanouissement (coma)

**A l'apparition des troubles mentionnés, le patient ou la patiente suivant un traitement avec un médicament à base de cortisol doit toujours diagnostiquer un manque de cortisol et augmenter le dosage.**

## QUE SE PASSE T-IL EN CAS DE STRESS ?

Cortisol = hormone de stress

Sur ordre de l'hypophyse, l'hormone de cortisol est fabriquée dans la glande surrénale en cas de besoin. Le cortisol permet au corps de vaincre le stress en

- lui fournissant le glucose comme source d'énergie,
- augmentant la pression sanguine,
- protégeant le corps grâce à son effet anti-inflammatoire.

**Dans des situations de stress, la production de cortisol est doublée, voir triplée ; dans de rares cas, elle peut même être quadruplée, voir quintuplée.**

**Une patiente ou un patient suivant un traitement avec un médicament à base de cortisol doit apprendre à adapter la quantité à la situation dans laquelle elle/il se trouve.**

## QU'EST-CE QUE LE STRESS ?

Stress physique :

- Maladie, opération
- Accident
- Effort important
- Grande performance sportive
- Chaleur, déshydratation
- Différence d'altitude  
(p. ex. Bâle – Engadin)

Stress psychique :

- Examen à passer
- Problèmes sur le lieu de travail
- Heureux événement !

Dans de telles situations de stress, un corps sain fabrique des quantités de cortisol plus importantes, dans différentes proportions.

### **Il vaut mieux prévenir que guérir**

**Si vous vous attendez à vous retrouver dans une situation de stress**, prenez une petite dose supplémentaire de cortisol 30 minutes avant. Les effets du cortisol se font sentir environ 30 à 60 minutes après la prise.

**Si vous n'êtes pas sûr** que la situation sera stressante, augmentez la quantité de cortisol, en particulier si vous vous sentez mal.

Vous trouverez le processus à suivre dans les pages suivantes.

## QUELLE QUANTITE DOIS-JE PRENDRE EN CAS DE STRESS ?

Règle d'or : **Stress réduit : = quantité réduite**  
**Stress important = quantité importante**

**Stress réduit**

- long voyage (en avion)
- chaleur tropicale / froid glacial
- ménage de printemps
- réunion difficile
- fièvre, inférieure à 38,5 degrés

Quantité supplémentaire à la posologie quotidienne,  
une fois par jour:

⇒ A) Traitement de remplacement d'hormone  
**1-2 comprimés d'Hydrocortone à 10 mg**

⇒ B) Pharmacothérapie :  
**½ comprimé de Prednison à 5 mg ou**  
**½ comprimé de Fortecortin à 1mg**

En cas de stress pendant plusieurs jours:

⇒ **Doublement de la posologie quotidienne prescrite**



## Stress important

- Maladie grave
- Etat aggravé, maladie mortelle
- Accident, opération
- Diarrhée, grippe sérieuse
- Fièvre avec température supérieure à 38,5 degrés

## Appelez un médecin ! \*

Quantité, **immédiatement**:

⇒ A) Traitement de remplacement d'hormone :  
**5 comprimés d'Hydrocortone à 10 mg**

⇒ B) Pharmacothérapie :  
**2 comprimés de Prednison à 5mg ou  
2 comprimés de Fortecortin à 1mg**

## Mesures d'urgence en cas de stress vital

\* si vous ne pouvez joindre un médecin :

⇒ **A) 10 comprimés d'Hydrocortone à 10 mg**

⇒ **B) 20 mg de Prednison / 4 mg de Fortecortin**  
à prendre avec de l'eau,

ou:

⇒ **A) + B) 100 mg de SoluCortef (une ampoule)**  
s'administrer par piqûre sous la peau (s.c.)  
ou à se faire administrer par piqûre.

## QUE DOIS-JE FAIRE EN CAS DE VOMISSEMENTS OU DE DIARRHÉE ?

Du fait du passage accéléré dans le tube digestif, il se peut qu'une quantité insuffisante de médicament passe dans le sang à travers la muqueuse intestinale.

Il se peut également que, du fait de la maladie (= stress), le besoin de cortisol soit plus élevé que la normale.

- **Consultez un médecin** pour connaître le plus rapidement possible la cause de la maladie et la traiter au mieux.
- Assurez-vous que vous **buvez suffisamment et consommez assez de sel** (buvez du bouillon et mangez des biscuits salés p. ex.).

Ce que vous pouvez faire :

- **Avalez de manière répétée un comprimé avec du thé/coca cola (un peu de substance active passe quand même dans le sang)**
- **Si vous ne pouvez avaler**, donnez-vous par piqûre **une ampoule de cortisol (SoluCortef) ou faites-vous faire la piqûre.**
- Vous pouvez également faire préparer en pharmacie des suppositoires d'hydrocortisone au cas où vous n'avez que des vomissements.

## COMMENT REPASSER D'UNE QUANTITE ELEVEE A UNE QUANTITE NORMALE ?

### **Après un stress réduit :**

Si le stress a disparu le jour suivant

⇒ Quantité normale

Si votre état ne s'améliore pas

⇒ Appelez un médecin

### **Après un stress important :**

⇒ réduction de la quantité conformément aux prescriptions du médecin

## POURQUOI AI-JE BESOIN D'UNE CARTE SANITAIRE D'URGENCE ?

Chaque personne ayant une glande surrénale dont le fonctionnement est réduit, devrait toujours porter sur elle une carte sanitaire d'urgence.

Si à l'occasion d'un évènement inattendu, vous devez être traité médicalement, la carte sanitaire d'urgence informera immédiatement l'intervenant de la nécessité de remplacer le cortisol.

## QUELLES MESURES DOIS-JE PRENDRE ?

### Au quotidien :

- ⇒ toujours avoir sur soi une **boîte de comprimés de réserve** d'Hydrocortone, ou de comprimés de Prednison
- ⇒ toujours porter la **carte sanitaire d'urgence** sur soi

### Lors de sorties/pendant les vacances :

- ⇒ emporter avec soi **un kit d'urgence** (= une ampoule de SoluCortef, des seringues et des aiguilles)

Vous pouvez obtenir aiguilles et seringues pour ce kit d'urgence au service d'endocrinologie :

KSA Aarau: 062 838 68 15

USB Basel 061/265 50 70.

Votre médecin de famille ou votre endocrinologue vous donnera une prescription pour :

1 ampoule de SoluCortef à 100mg en réserve.

Veuillez contrôler de temps en temps la date limite de consommation de l'ampoule et des comprimés et faire renouveler votre ordonnance au besoin.





# CARTE SANITAIRE D'URGENCE

1. The treatment must not be stopped. 2. During an illness (especially fever, influenza) take take the dosage specified below. When you have completely recovered, return to your usual dose. 3. Inform your doctor immediately 4. If you have vomiting or diarrhoea, consult immediately your doctor to receive a hydrocortisone injection. 5. Remember to show this card when visiting a new doctor, pharmacist, dentist, gynaecologist especially if admitted to hospital (accident, illness, surgery). 6. The dose of Florinef and hormonal treatments other than glucocorticoids does not need to be changed.

1. La cura non può essere interrotta. 2. In caso di malattia (febbre, influenza) prendere il dosaggio indicato sopra. Tornare al dosaggio abituale dopo la guarigione. 3. Informare al più presto il medico curante. 4. In caso di vomito o diarrea, rivolgersi subito al medico curante per ricevere un'iniezione di idrocortisone. 5. Ricordate di mostrare questa scheda al farmacista, al dentista, al ginecologo. In caso cambio medico e soprattutto in caso di ospedalizzazione (incidenti, malattia, operazione). 6. Il dosaggio di Florinef nonché il dosaggio di altri eventuali ormoni prescritti non deve essere modificato.

Conception: Dr. M. Protopop, Nauchica

Prüfung und  
Abgabe:  
Ingrid

GED  
SEB

novo nordisk

**En urgence Im Notfall In case of an emergency**

**Hydrocortisone**

**Insuffisance surrénalienne Nebenniereninsuffizienz Adrenal insufficiency**

Le porteur de cette carte est sous un traitement de glucocorticoïdes qui ne doit pas être interrompu! Karteninhaber unter Glukokortikoidtherapie, darf nicht unterbrochen werden!  
The card owner is under glucocorticoid therapy, do not stop!

**Coordonnées personnels Karteninhaber Dati personali**

Nom Name Cognome \_\_\_\_\_

Prénom Vorname Nome \_\_\_\_\_

Date de naissance Geburtsdatum  
Data di nascita \_\_\_\_\_

Personne à prévenir en cas d'urgence  
Im Notfall zu benachrichtigen  
Informare in caso di emergenza

Médecin traitant Behandelnder Arzt  
Medico curante \_\_\_\_\_

**Indication au traitement Behandlungsgrund Treatment indication**

- insuffisance surrénalienne centrale (hypopituitarisme) Zentrale Nebenniereninsuffizienz (Hypopituitarismus) Hypopituitarism
  - isolée isoliert isolated
  - atteinte d'autres axes weitere Achsen betroffen other axes affected
- sevrage corticoïdtherapie en cours Glukokortikoidentzug im Gang  
treatment withdrawal ongoing
- insuffisance primaire (maladie de la surrenale) Primäre Insuffizienz (Nebennierendefekt) primary insufficiency (adrenal disease)

**Diagnostic Diagnose Diagnosi:** \_\_\_\_\_

**Traitement Behandlung Cura** \_\_\_\_\_

**Glucocorticoïde** \_\_\_\_\_

Autres traitements Weitere Behandlungen  
Altre cure \_\_\_\_\_

1. Le traitement ne doit jamais être interrompu. 2. Si vous êtes malade (fièvre, grippe) prenez la dose indiquée ci-dessous. Puis, si vous êtes complètement remis, revenez à votre dose habituelle. 3. Informez-en votre médecin rapidement. 4. En cas de vomissements ou de diarrhées, consultez immédiatement pour recevoir une injection d'hydrocortisone. 5. Pensez à montrer cette carte lors de visite chez un nouveau médecin, pharmacien, dentiste, gynécologue et surtout en cas d'hospitalisation (accident, maladie, chirurgie). 6. La dose de Florinef n'a pas besoin d'être modifiée de même que les autres hormones que vous prenez éventuellement.

1. Die Therapie darf keinesfalls unterbrochen werden. 2. Im Krankheitsfall (v.a. Fieber, Grippe) nehmen Sie die oben angegebene Dosis. Kehren Sie nach Ihrer Genesung zur normalen Dosis zurück. 3. Informieren Sie unbedingt schnell Ihren Arzt. 4. Bei Erbrechen oder Durchfall, wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt um Hydrocortison zur Injektion zu erhalten. 5. Denken Sie daran, diese Karte Ihrem neuen Hausarzt, Apotheker, Zahnarzt, Gynäkologen und v.a. beim Spitalbesuch (Unfall, Krankheit, Operation) vorzuzeigen. 6. Die Dosis Florinef sowie die Dosis der anderen evtl. Hormontherapien muss nicht modifiziert werden.

## Notes