

La face cachée des vomissements dans la boulimie : comment réduire les risques associés ?

La boulimie est une maladie qui se caractérise par des crises durant lesquelles le patient perd le contrôle et absorbe une grande quantité de nourriture en peu de temps. Ces pulsions sont suivies de comportements compensatoires, dont notamment les vomissements, pour environ la moitié des personnes atteintes.

Ces vomissements provoqués engendrent de nombreuses conséquences néfastes qui viennent s'ajouter aux complications de la boulimie sur le plan physique, psychique et social.

Les conséquences des vomissements dans la boulimie

Les vomissements provoqués après une crise de boulimie ont de lourdes répercussions sur la santé physique. Des complications apparaissent à de multiples niveaux.

La sphère bucco-dentaire est rapidement atteinte avec des caries, des érosions de l'émail, une sensibilité thermique et des gingivites à cause de l'acidité des sécrétions provenant de l'estomac lors des vomissements. L'état des dents peut devenir précaire et les dents se colorent en jaune ou deviennent transparentes.

Les vomissements peuvent également entraîner une malnutrition, avec de multiples conséquences. Parmi elles, citons la faiblesse musculaire, la déshydratation et de multiples carences. Les perturbations métaboliques peuvent provoquer un dysfonctionnement des reins et des troubles du rythme cardiaque, de l'hypotension et des palpitations.

Au niveau gynécologique, l'état physique d'une patiente souffrant de boulimie peut entraîner une aménorrhée, des troubles ovulatoires, une oligoménorrhée, une spacioménorrhée et des syndromes associés comme des ovaires polykystiques.

Les vomissements peuvent aussi déclencher de nombreux troubles du système digestif : douleurs pharyngées, ulcère du pharynx, œsophagite, gastrite, troubles du transit, douleurs abdominales, ulcère œsophagien ou encore reflux gastro-œsophagien. D'autres complications peuvent également se produire comme le syndrome de Mallory-Weiss, une achasie de l'œsophage, une rupture œsophagienne, de la diarrhée, une dilatation aigüe de l'estomac, une rupture gastrique...

Au niveau dermatologique, des callosités peuvent apparaître sur le dos des doigts et des pétéchies sur la peau du visage.

Enfin, la sphère ORL peut aussi être touchée, via une hypertrophie parotidienne ou une hémorragie sous conjonctivale à cause des efforts liés aux vomissements. Le volume des glandes salivaires peut augmenter au niveau des joues et de la mâchoire inférieure.

Les mesures à mettre en place

La première des étapes est de prendre conscience de la gravité des conséquences des vomissements provoqués. Certaines atteintes sont, en effet, très lourdes.

Pour prévenir et soigner les atteintes bucco-dentaires, il est conseillé de consulter régulièrement un dentiste et d'appliquer quelques conseils pratiques :

- Ne pas se brosser les dents juste après les vomissements ;
- Se rincer la bouche à l'eau plate ;
- Éviter les aliments acides : fruits, boissons gazeuses, alcool, produits marinés, jus... ;
- Terminer un repas avec des aliments alcalins (fromage et lait).

Pour préserver l'efficacité des traitements, la prise de médicaments doit s'effectuer à distance des périodes de vomissements afin d'éviter que la conduite de purge n'empêche l'absorption.

À noter que pour réduire la fréquence des crises et des périodes de vomissements, un traitement antidépresseur est habituellement prescrit.

Pour lutter contre les effets des vomissements provoqués, le plus efficace est évidemment de lutter contre les crises de boulimie en recherchant d'abord les éléments déclencheurs. Des professionnels sont à votre écoute pour mettre en place une stratégie de prise en charge concrète, basée sur un accompagnement pluridisciplinaire.

Des groupes de parole sont également proposés pour tous les types de troubles du comportement alimentaire.

Pour en savoir plus :

- Haute Autorité de Santé (HAS). [Boulimie et hyperphagie boulimique. Repérage et éléments généraux de prise en charge – Méthode Recommandations pour la pratique clinique](#). Paris:HAS ;2019.
- Haute autorité de santé (HAS). [Anorexie mentale : prise en charge. Document d'information destiné aux familles et aux patients](#). Paris: HAS; 2011.
- Institut Fédératif des Addictions Comportementales (IFAC) : [Les troubles du comportement alimentaire, Comment engager une démarche de soins ?](#) et [Annuaire des centres de soins en France](#)