

PAR ANNE DEBROISE

Fatigue, prise ou perte de poids, nervosité ou apathie... les symptômes des maladies thyroïdiennes se confondent facilement avec le mal-être généré par la vie moderne. Décryptage.

Les glandes !

Et si c'était la thyroïde ?

En 2008, la rappeuse Missy Elliott découvre la raison de son amaigrissement et de ses douleurs : une maladie de la thyroïde. Ce sont aussi des troubles de la thyroïde qui sont à l'origine des problèmes de poids des présentatrices de télévision Oprah Winfrey et Valérie Damidot. Des maladies dont elles ont souffert longtemps avant d'être diagnostiquées. L'histoire de ces femmes jette un certain trouble. Car nous sommes nombreux à ressentir les symptômes qu'elles décrivent. Des symptômes assez banals. La thyroïde est en effet un organe clé qui intervient dans le fonctionnement de tout l'organisme. Et pour cause, il gère son niveau de consommation d'énergie. S'il fonctionne à trop bas régime, les organes se mettent en mode "éco-

nomie d'énergie". La fatigue gagne, l'humeur est sombre, la libido au plus bas, le système reproductif paresseux. Les règles disparaissent, les femmes en âge de procréer ont du mal à concevoir. Parce que le corps ne brûle pas assez d'énergie pour maintenir la température corporelle, le malade a souvent froid. Comme l'organisme dépense peu d'énergie, une grande partie de ce qu'il ingère est stocké, et le poids grimpe. C'est l'hypothyroïdie. À l'inverse, si la thyroïde fonctionne de manière excessive, le cœur bat vite, le malade a chaud, se sent nerveux et agressif dans la journée, est insomniaque. Il a beau s'alimenter correctement, la dépense d'énergie est telle que son poids diminue. *"Soit il vous manque de l'essence" et tout se ralentit, soit vous en avez trop et tout va*

trop fort !", résume Alain Scheimann, endocrinologue, auteur du livre *Et si c'était la thyroïde ?* Les dysfonctionnements de la thyroïde sont relativement courants. En France, le suivi de la cohorte Suvimax (1994-2002) indique que chaque année, une dysthyroïdie est diagnostiquée chez 2 % de la population. Il s'agit le plus souvent (1,3 %) d'une hypothyroïdie.

PRISE DE SANG

Dans le monde, environ 200 millions de personnes souffriraient de dysthyroïdie. Et si, vous aussi, vous souffriez de la thyroïde ? Avant de vous alarmer, allez consulter votre généraliste ou un endocrinologue. Il suffira d'une prise de sang pour savoir si vous produisez des quantités anormales d'hormones thyroï-

