

Qu'est-ce que la candidose ?

LES CANDIDOSES SONT LES INFECTIONS LES PLUS FRÉQUENTES CHEZ LES PERSONNES SÉROPOSITIVES. ELLES SE DÉVELOPPENT SOUVENT AU NIVEAU DE LA BOUCHE, DE L'ŒSOPHAGE, DU VAGIN. LES AUTRES ATTEINTES (POUMONS...) SONT BEAUCOUP PLUS RARES.

LES CANDIDOSES SONT DUES À DES LEVURES (CHAMPIGNONS) : LES *CANDIDA*.

ELLE PEUVENT NOTAMMENT ÊTRE RESPONSABLES DE DIFFICULTÉS À S'ALIMENTER, ENTRAÎNANT UNE PERTE DE POIDS.

IL EST DONC IMPORTANT DE CONSULTER RAPIDEMENT UN MÉDECIN, POUR METTRE EN ŒUVRE UN TRAITEMENT ADAPTÉ.

Les *Candida* sont des levures (des champignons de très petite taille). Ils sont présents chez la plupart des gens, notamment dans la bouche. Les *Candida* profitent d'un déséquilibre local pour se développer et provoquer une infection (celle-ci fait donc partie des infections opportunistes).

Ainsi, avoir la bouche continuellement sèche, ou fumer, peut faciliter l'apparition d'une candidose. C'est également le cas d'une baisse de l'immunité, liée à un stress, à la fatigue ou à une évolution de l'infection à VIH. Les candidoses peuvent aussi être favorisées par d'autres infections ou par la prise de certains traitements (corticoïdes, antibiotiques...). Elles peuvent également se développer chez des personnes séronégatives dont l'immunité est affaiblie (personnes âgées, personnes ayant subi une greffe...).

Chez les personnes séropositives, les candidoses apparaissent surtout au dessous

de 200 T4/mm³. Mais des candidoses de la bouche (notamment chez les fumeurs) peuvent survenir à un taux de T4 plus élevé. C'est également le cas des candidoses vaginales (qui ne sont pas abordées ici, mais dans l'article : « Femmes : les principales infections génitales »). Les candidoses les plus fréquentes concernent la bouche, l'œsophage, le vagin. Mais il existe aussi des candidoses cutanées (de la peau), du gland, du cuir chevelu. Enfin, les candidoses touchant la trachée, les bronches et les poumons sont beaucoup plus rares.

Candidose cutanée (de la peau)

Ces candidoses se présentent généralement sous forme de rougeurs, d'irritation au niveau des plis de la peau.

Candidose de la bouche

Le terme exact est : candidose oropharyngée (de la bouche et du haut de la gorge). Les principaux signes sont : une bouche sèche,

des douleurs de type brûlure, une modification du goût.

On distingue trois types de candidose oropharyngée :

- Le plus fréquent est le **muguet** : plaques blanchâtres à l'intérieur de la bouche (sur la langue, les joues, les gencives...).

- **Candidose érythémateuse** : plaques rougeâtres, à l'intérieur de la bouche, qui peuvent démanger ou provoquer des douleurs.

- **Perlèche** : plaques au niveau des commissures des lèvres essentiellement, rouges à l'extérieur avec de petites croûtes jaunâtres. Ces plaques peuvent se prolonger à l'intérieur de la bouche.

Candidose de l'œsophage

Le principal symptôme de la candidose œsophagienne est la difficulté à avaler. On peut éprouver une douleur ou la sensation que les aliments se coincent dans la gorge. Cette candidose peut aussi provoquer des brûlures et parfois un hoquet ou encore

des douleurs au milieu de la poitrine ou des nausées. Mais une candidose œsophagienne qui débute peut parfois ne donner aucun symptôme.

Par ailleurs, lorsqu'une personne a une candidose œsophagienne, elle a souvent, en même temps, une candidose de la bouche.

La meilleure prévention : l'hygiène dentaire

Une bouche qui reste continuellement sèche favorise l'apparition et le développement d'infections, notamment des candidoses. Pour éviter cela, on peut boire régulièrement, sucer des glaçons, utiliser un brumisateur... Mâcher ou sucer des morceaux (ou des glaçons) d'ananas peut être utile, car ce fruit contient une substance, la papaine, qui « nettoie » un peu la bouche.

Les soins dentaires contribuent à la prévention des candidoses : brossage des dents, si possible après chaque repas ; utilisation du fil dentaire. Par ailleurs, les milieux sucrés et acides sont propices au développement des candidoses. Il est donc conseillé d'éviter les sucreries (bonbons acidulés...) ou tout au moins de se rincer la bouche, et, si possible, de se brosser les dents après dégustation. En revanche, il n'est pas raisonnable de recommander un régime sans sucre.

Par ailleurs, les *Candida* étant présents dans la bouche de la plupart des gens, il ne paraît pas nécessaire de

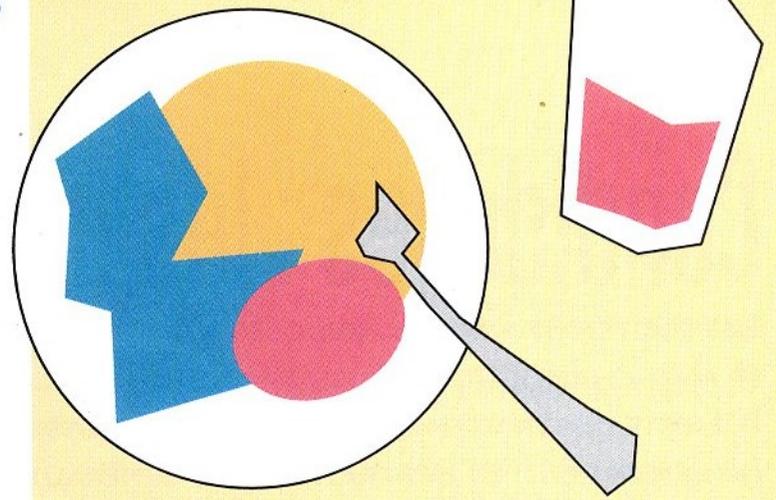
recommander de précautions particulières pour le baiser ou l'utilisation des objets quotidiens (verres, couverts...). Il ne semble pas non plus que la candidose puisse se transmettre lors des rapports bucco-génitaux.

En résumé

Lorsqu'apparaissent des symptômes qui font penser à une candidose (plaques blanches ou rougeurs dans la bouche, difficulté à avaler, douleur au milieu de la poitrine...), il importe de consulter rapidement son médecin. En revanche, l'automédication (le fait de se traiter soi-même, avec des médicaments restant d'un précédent traitement) risque d'avoir des conséquences défavorables : inefficacité (s'il ne s'agit pas d'une candidose), apparition de résistances (si on utilise le médicament à une dose ou pendant une durée inadaptée)...

Par ailleurs, lorsqu'on est atteint d'une candidose, il peut être utile d'adapter son alimentation (au besoin avec l'aide d'une diététicienne), afin de continuer à bien se nourrir, pour éviter de perdre du poids.

Philippe THOMAS
Remerciements au
Dr Flore LACASSIN



Adapter son alimentation

Les candidoses de la bouche et de l'œsophage peuvent entraîner des difficultés à s'alimenter. En effet, au niveau de la bouche, elles sont la source de sensations de brûlures, d'assèchement et modifient le goût, pouvant provoquer un rejet des aliments habituellement appréciés.

Lorsque la candidose atteint l'œsophage, elle provoque des difficultés à avaler, avec parfois des douleurs. Le risque principal est alors de diminuer son alimentation, ce qui peut conduire rapidement à un amaigrissement. Il convient donc de consulter son médecin dès les premiers symptômes, et d'adapter son alimentation :

- ◆ **En cas de douleurs de la bouche, on peut essayer de manger des plats tièdes ou froids plutôt que chauds. Il faut éviter les aliments trop épicés, trop sucrés, trop salés, trop acides (tomates, citrons...).**
- ◆ **Les yaourts « passent » souvent bien.**
- ◆ **Le pain ou les biscottes peuvent être difficiles ou douloureux à avaler, ainsi que tous les aliments secs ou durs. On peut alors les tremper (dans du lait, de la soupe, du thé...) ou les incorporer dans une purée en les mixant.**
- ◆ **De plus, on peut prendre des compléments nutritionnels. Une cinquantaine de produits, salés ou sucrés, de goûts et de textures variées, sont remboursés par la Sécurité sociale, pour les personnes séropositives « ayant perdu au moins 5 % de leur poids ». Il est possible de s'en faire livrer à domicile, sans avoir à avancer d'argent. Plusieurs sociétés proposent ce service :**

Caremark. ☎ (1) 69 33 79 00

Orkyn. ☎ (1) 48 10 64 70

West home care medical. ☎ 32 81 97 81 ...