



Thyroïdite chronique auto-immune

🕒 paru le 01/04/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

La thyroïde est une petite glande en forme de papillon qui se trouve à la base du cou, juste en-dessous de la pomme d'Adam.

Elle produit des hormones thyroïdiennes (T3 (triiodothyronine) et T4 (thyroxine)). Ces hormones jouent un rôle important, à toutes les étapes de la vie. Elles permettent

- une croissance et un développement normaux,
- la régulation de nombreux processus, dont le métabolisme (elles stimulent le métabolisme),
- et que la grossesse se déroule normalement.

La thyroïde peut connaître plusieurs types de problèmes :

- un fonctionnement anormal :
 - elle fabrique trop peu d'hormones thyroïdiennes (hypothyroïdie). Cela ralentit votre métabolisme,
 - elle fabrique trop d'hormones thyroïdiennes (hyperthyroïdie). Cela stimule votre métabolisme,
- une forme anormale (trop grosse et/ou formation de nodules),
- parfois, les deux types de problèmes en même temps.

La thyroïdite chronique auto-immune est une inflammation chronique bénigne de la thyroïde. La maladie est appelée auto-immune parce que le corps produit des anticorps contre sa propre thyroïde (anticorps anti-thyropéroxydase (anticorps anti-TPO)). La thyroïde s'abîme : elle s'enflamme et gonfle, et produit parfois trop peu d'hormones thyroïdiennes ([thyroïde paresseuse \(hypothyroïdie\)](#)). La thyroïdite chronique auto-immune est la cause la plus fréquente d'hypothyroïdie.

Une personne qui a une thyroïdite chronique auto-immune risque de développer d'autres maladies de la thyroïde, comme une hypothyroïdie pendant la grossesse et une thyroïdite après l'accouchement.

Quelle est sa fréquence ?

Dans la population globale, on retrouve des anticorps contre la thyroïde (anticorps anti-TPO) chez 5 à 20 personnes sur 100. Seule une petite partie développera des symptômes d'hypothyroïdie.

Comment la reconnaître ?

En général, il n'y a pas de symptômes. La maladie peut évoluer très lentement et passer inaperçue pendant des années. Une carence en hormones thyroïdiennes peut provoquer fatigue, prise de poids, dépression, sensation de froid, peau sèche, chute des cheveux, etc. La thyroïde est généralement gonflée et ferme à la palpation. Il arrive aussi

de sentir une ou plusieurs boules (nodules). La glande thyroïde peut devenir si grande qu'elle devient visible dans le cou (goitre).

Comment le diagnostic est-il posé ?

On déterminera la concentration en anticorps anti-thyropéroxydase lorsque le bilan sanguin montre une carence en hormones thyroïdiennes. On observe une augmentation du taux de ces anticorps en cas de thyroïdite chronique auto-immune. Puisque ces anticorps peuvent également être présents sans qu'il s'agisse forcément d'une inflammation de la thyroïde, il est inutile d'en déterminer la concentration dans le cadre d'un bilan sanguin de routine.

Que pouvez-vous faire ?

Vous ne pouvez rien faire vous-même pour prévenir un problème de thyroïde. Si vous avez une thyroïde paresseuse et que vous devez prendre des médicaments, il est très important de les prendre correctement.

Le traitement par hormone thyroïdienne se prend une fois par jour : le matin, à jeun. Certains médicaments, comme le fer et le calcium, perturbent l'absorption de l'hormone thyroïdienne. Vous devez donc prendre ces médicaments au moins 4 heures après l'hormone thyroïdienne. Si vous prenez d'autres médicaments, comme un traitement hormonal de substitution pendant la ménopause, la dose de l'hormone thyroïdienne doit être augmentée.

Si vous avez un problème de thyroïde et que vous aimeriez être enceinte ou que vous êtes déjà enceinte, parlez-en à votre médecin, car cela nécessite d'adapter votre traitement.

Que peut faire votre médecin ?

L'inflammation chronique de la thyroïde est une affection bénigne qui ne nécessite pas toujours de traitement. Si vous avez une thyroïde paresseuse (hypothyroïdie), le médecin peut vous prescrire de la thyroxine (une hormone thyroïdienne). La thyroxine est également utilisée lorsque le gonflement est trop important (goitre).

En règle générale, l'hypothyroïdie est temporaire et disparaît spontanément. Mais il arrive qu'elle devienne chronique et qu'un traitement permanent aux hormones thyroïdiennes soit nécessaire. Des analyses de sang régulières sont nécessaires pour déterminer la dose correcte du traitement. Un traitement à la cortisone n'est pas indiqué.

Si les cellules de la glande thyroïde sont endommagées, une trop grande quantité d'hormones thyroïdiennes peut se retrouver temporairement dans la circulation sanguine. Ceci provoque des symptômes d'une thyroïde hyperactive ([hyperthyroïdie](#)) qu'il faudra traiter avec des médicaments.

En présence d'un nodule dans la thyroïde qui ne diminue pas ou si la thyroïde reste assez volumineuse malgré un traitement aux hormones thyroïdiennes, le médecin généraliste vous orientera vers le radiologue pour une échographie et éventuellement une biopsie (prélèvement de tissu thyroïdien pour examen au microscope). Si nécessaire, il vous orientera vers un spécialiste des maladies des glandes endocrines et des hormones (endocrinologue).

En savoir plus ?

- [Hypothyroïdie : quand la thyroïde s'endort – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Hyperthyroïdie : quand la thyroïde s'emballe – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [L'échographie, ici](#), ou [à trouver sur cette page des Cliniques St Luc UCL](#)
- [La ponction de la thyroïde, ici](#), ou [à trouver sur cette page des Cliniques St Luc UCL](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Thyroïdite chronique auto-immune \(Hashimoto\)' \(2000\), mis à jour le 08.08.2017 et adapté au contexte belge le 24.06.2019 – ebpracticenet](#)