

GOUTTE

La pathogénie de la goutte est, à l'heure actuelle, aussi obscure que l'est celle du diabète. Cependant certains points paraissent définitivement établis, notamment le rôle joué par l'uricémie dans la production des diverses manifestations goutteuses. Depuis que Tennant et Pearson, en 1795, ont découvert la présence de l'acide urique dans les articulations des goutteux, depuis que Garrod a démontré l'existence d'urate de soude en proportion surabondante dans le sang des malades, tous les médecins ont admis que la goutte est due à la production d'acide urique en quantité exagérée dans l'organisme et à la rétention de cet acide, et proclamé que le dépôt d'urate dans les articulations et les divers tissus est la cause de la plupart des manifestations goutteuses, notamment des manifestations articulaires, des tophi.

En réalité, le problème est beaucoup plus complexe et l'interprétation du rôle attribué à l'uricémie paraît discutable : il est à remarquer d'abord que la présence d'acide urique en excès dans le sang n'est pas exclusive à la goutte ; on la constate en d'autres états morbides, la leucémie, le mal de Bright, sans que l'on observe au cours de ces affections des troubles comparables à ceux qui surviennent chez les goutteux, sans qu'il y ait notamment dépôt d'urates dans les articulations. D'autre part, si dans la goutte aiguë il y a diminution très nette de l'excrétion urique, au début de l'accès tout au moins, cette excrétion se comporte chez les goutteux, en dehors des attaques aiguës, comme chez les sujets sains.

On a voulu mettre, avons-nous dit, toutes les manifestations goutteuses sur le compte de l'uricémie, mais si les accès de goutte articulaire sont déterminés par le dépôt d'urates dans les articulations, il s'en faut de beaucoup que les autres manifestations reconnaissent la même cause ; on ne trouve qu'exceptionnellement des dépôts d'urates dans les lésions viscérales qui sont cependant si fréquentes dans la goutte chronique.

Ajoutons que l'acide urique n'est plus considéré aujourd'hui comme un degré intermédiaire d'oxydation entre l'albumine et l'urée, produit dû à un ralentissement de la nutrition. Il paraît provenir, non de l'albumine, mais des nucléo-protéides qui existent dans le foie, le rein, les ganglions, le thymus (ris de veau), dans quelques légumes secs (haricots, lentilles, pois) et probablement aussi des cellules de l'organisme constituées en partie par des nucléines. Kolish admet que l'acide urique est le résultat de la destruction exagérée de la nucléine, et cette opinion est celle qui est le plus en faveur aujourd'hui. On ne conteste pas d'ailleurs le rôle de l'alimentation carnée excessive dans la genèse de la goutte.

Les fluctuations de l'opinion au sujet de la pathogénie de la goutte n'ont pas eu, fort heureusement, de répercussion sensible sur le traitement de cette maladie. Divisés sur le terrain de la théorie, les médecins s'accordent sur celui de la pratique ; ils restent unanimes à proclamer que le traitement de la goutte, comme celui du diabète, doit consister avant tout dans un traitement hygiénique, dans l'observation d'un régime alimentaire approprié. L'expérience clinique montre, en effet, que la goutte acquise est la conséquence d'infractions répétées à l'hygiène alimentaire, d'une alimentation trop exclusivement azotée et surabondante et de l'abus des spiritueux, surtout si les effets nocifs d'une vie sédentaire s'ajoutent à ceux de l'intempérance : est menacé de goutte quiconque n'établit pas de bilan exact entre ses dépenses et ses recettes organiques ! Le même traitement possède une valeur préventive incontestable lorsqu'on y soumet ceux qui, par hérédité, sont prédisposés à la goutte.

A. — Régime alimentaire.

Si nous accordons la première place au régime alimentaire, c'est qu'effectivement il joue dans le traitement de la goutte, comme dans celui du diabète, le rôle le plus important.

Le goutteux qui se médicamente, sans s'astreindre aux prescriptions relatives à l'alimentation et à l'hygiène générale, ne peut retirer aucun bénéfice de son traitement.

Les prescriptions doivent porter sur la quantité et la nature des aliments. Les goutteux sont doués en général d'un excellent appétit, et c'est pour eux une véritable souffrance que de restreindre leur nourriture.

Il faut aux malades une énergique volonté, que peu d'entre eux possèdent, pour ne pas se laisser aller, dans les périodes de calme, à quelque écart de table, en apparence insignifiant, parfois cependant si funeste. On ne peut évidemment indiquer d'une façon précise quelle est la quantité maxima d'aliments permise. Cette quantité varie d'ailleurs beaucoup suivant l'âge du malade, et surtout suivant la nature de ses occupations. S'il exerce une profession sédentaire, l'obligation de manger modérément est plus étroite que s'il mène une vie active, nécessitant la marche et le séjour au grand air.

Le régime du goutteux doit être mixte, mais les végétaux doivent entrer pour une large part dans l'alimentation, tandis que les aliments azotés et notamment la viande ne doivent être pris qu'en quantité modérée, puisque le régime animal apporte plus de nucléo-albumines.

La plupart des viandes sont permises ; la distinction entre les viandes blanches et rouges n'a pas de raison d'être, car les unes et les autres donnent sensiblement la même proportion d'acide urique. Ce qu'il faut proscrire, ce sont le gibier, la charcuterie, — sauf le jambon, — les viscères et notamment le ris de veau ou thymus, les rognons, la cervelle (très riche en acide urique et nucléine), le foie.

Parmi les poissons, il faut donner la préférence aux poissons de rivière ; les poissons à chair grasse comme le thon, le maquereau, le saumon, etc., ne conviennent pas aux goutteux.

L'interdiction doit être absolue pour les crustacés et les coquillages.

Les œufs sous toutes les formes, le lait doivent figurer pour une large part dans l'alimentation, le régime lacté donne très peu d'acide urique.

Les graisses et les aliments gras d'une façon générale ne sont pas particulièrement nuisibles ; toutefois les goutteux éviteront d'en abuser, car ce sont des aliments de digestion difficile.

Tous les condiments, épices, hors-d'œuvre (cannelle, poivre, muscade, piment, pickles, radis, olives, champignons, truffes, etc.) sont interdits.

La plupart des légumes verts (chicorée, laitue, artichauts, pissenlits, choux-fleurs, scorsonères, endives, etc.) figurent au nombre des aliments permis. Il faut exclure seulement les asperges, les aubergines, l'oseille et les épinards, la tomate, le cresson et même les haricots verts (?) qui renferment de l'acide oxalique en plus ou moins grande proportion. Tous les légumes seront accommodés avec du lait ou du jus de viande dégraissé, sans beurre.