



**Vous venez d'apprendre que vous avez ce problème de santé. Voici ce que vous devez savoir à son sujet.**

## Qu'est-ce que l'ascite ?

Un liquide s'accumule en trop grande quantité dans votre ventre.

Ce liquide n'est pas composé de sang. Il est fait surtout d'eau et contient des protéines.

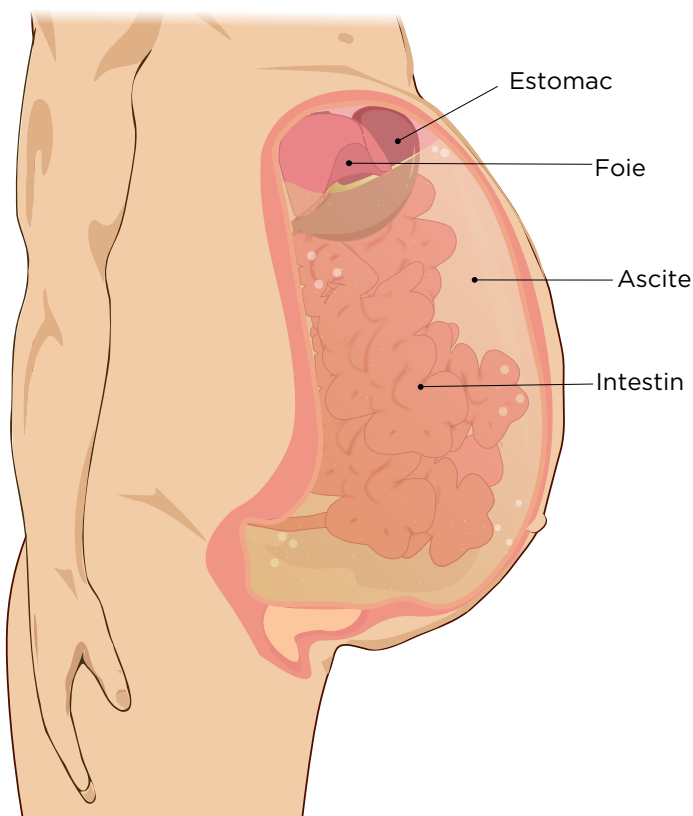
## Qu'est-ce qui me rend à risque ?

L'ascite touche surtout les personnes souffrant de l'un des problèmes suivants :

- Une maladie du foie, le plus souvent une cirrhose. Lisez la fiche santé [Vivre avec une cirrhose](#).
- Une insuffisance cardiaque
- Une insuffisance rénale
- Un cancer
- Une inflammation du pancréas
- Des caillots dans les veines du foie

En général, l'ascite est causée par une pression trop forte dans une grosse veine qui transporte le sang des intestins vers le foie. On appelle ce problème une hypertension portale.

**Ascite**



## Quels sont les symptômes?

Cela dépend de la quantité de liquide que vous avez dans le ventre.

- > Petite quantité : il n'y a pas de symptômes.
- > Quantité moyenne : le tour de taille et le poids augmentent.
- > Grande quantité : le ventre gonfle plus que celui d'une femme enceinte. Vous sentez votre ventre tendu. Cela peut créer un inconfort ou faire mal.

Quand l'ascite n'est pas traitée assez vite, les symptômes peuvent devenir plus graves.

Quand il est gonflé, le ventre peut faire une pression sur les organes suivants :

- l'estomac : cela peut causer une perte d'appétit.
- les poumons : cela peut vous faire perdre le souffle.
- le nombril : celui-ci est poussé vers l'extérieur et forme une bosse.

Dans certains cas, les chevilles enflent à cause de la trop grande quantité de liquide. Le scrotum peut aussi enfler chez les hommes.



## Quels examens dois-je passer?

On vérifie d'abord si vous avez de l'ascite à l'aide des examens suivants :

- Un examen clinique.
- Une échographie. Elle permet de voir dans le ventre avec des ultrasons.

Lorsque la présence d'ascite est confirmée, il est possible de faire une analyse du liquide. Cela permet de connaître la cause de l'ascite. On retire le liquide du ventre à l'aide d'une fine aiguille avant de l'analyser. Cela s'appelle faire une ponction. Pour en savoir plus, lisez la fiche santé [La ponction d'ascite](#).

Vous pourriez devoir passer de nouveau ces examens pour un suivi ou si vous avez de nouveau des signes d'ascite.

## Si j'ai de l'ascite, y a-t-il des risques que le problème s'aggrave ?

Dans certains cas, le liquide **s'infecte**. On appelle cela une **péritonite bactérienne spontanée**. Cette infection cause parfois :

- De la fièvre
- Un malaise
- Une douleur au ventre qui n'est pas habituelle
- Des nausées ou des vomissements
- De la difficulté à penser (confusion)
- Une envie de dormir (sommolence)

Si vous avez un ou plusieurs de ces signes, il faut consulter de façon urgente. Cette infection se traite avec des médicaments qui tuent les bactéries (antibiotiques).

Parfois, l'infection ne cause pas de symptômes. On peut tout de même la détecter quand on analyse le liquide retiré par la ponction.

## Comment diminuer la quantité de liquide ou éviter qu'elle augmente ?

### ALIMENTATION

Le sel favorise une accumulation de liquide dans le corps. La première chose à faire est donc de limiter le sel (sodium) dans votre alimentation.

Pour cela, **il ne faut pas** :

- ajouter du sel dans vos repas
- saler lors de la cuisson
- manger des aliments riches en sodium (par exemple les charcuteries, les pizzas, les aliments en conserve). Lisez le tableau de la valeur nutritive sur l'emballage. Optez pour des aliments dont la teneur en sodium est de moins de 10 % de la valeur quotidienne (VQ).



Dans la plupart des cas, il n'est pas nécessaire de boire moins d'eau que d'habitude. Votre équipe de soins vous dira si vous devez le faire.

### MÉDICAMENTS

On pourrait vous prescrire des médicaments appelés diurétiques. Ils aident les reins à éliminer l'eau et le sel en trop dans votre corps. Ils font aussi uriner plus souvent. Ils font parfois diminuer ou augmenter le potassium dans votre corps.

### PONCTION D'ASCITE

Si les médicaments ne suffisent pas, on retire du ventre tout le liquide qu'on peut avec une fine aiguille. Voir la fiche santé [La ponction d'ascite](#).

Cela se fait quand vous êtes dans l'une des situations suivantes :

- Vous avez de la difficulté à respirer
- Vous avez de la difficulté à manger
- Votre ventre tire au point de causer un grand inconfort
- On craint une infection
- On veut connaître la cause de l'ascite

Si le liquide continue de s'accumuler malgré le traitement, votre médecin pourrait vous proposer d'autres options.

## Quel sera mon suivi ?

Tant que vous prenez des diurétiques, adoptez les habitudes suivantes :

### > Pesez-vous chaque matin.

Faites-le après avoir uriné et avant de manger, de boire ou de prendre des médicaments.

Notez votre poids dans un carnet, dans une application de votre cellulaire ou dans le tableau à la page 5. Avisez votre équipe de soins si vous perdez plus qu'une livre (0,45 kg) par jour pendant 3 jours de suite.

### > Allez à vos rendez-vous pour vos prises de sang.

Elles permettent de vérifier si vos reins fonctionnent comme il faut. Grâce à elles, on peut aussi voir si vos taux de sodium et de potassium restent au niveau voulu.



## Y a-t-il des signes à surveiller ?

Appelez le **9-1-1** ou allez à l'urgence la plus proche si vous avez l'un des signes suivants :

- Vous avez une température de 38 °C (100,3 °F) ou plus
- Vous avez des frissons
- Votre douleur ou votre inconfort au ventre augmentent ou ne sont pas habituels
- Vous avez de la difficulté à penser (confusion)



Appelez une infirmière de la ligne Santé patient CHUM, au **514 890-8086**, si vous avez l'un des signes suivants :

- Vous perdez l'appétit ou sautez des repas parce que vous avez envie de vomir (nausée)
- Vous vous sentez étourdi (vertiges)
- Vous urinez moins que d'habitude
- Vous vous endormez plus souvent qu'avant (sommolence)
- Vous avez mal au dos
- Votre ventre continue de gonfler
- Vous prenez du poids plus vite que d'habitude pendant 3 jours de suite

## À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

Pour toute question liée à un souci de santé durant votre suivi, vous pouvez appeler une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM.

> **514 890-8086**

Ce service d'aide du CHUM est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.



## RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)



## BLOC-NOTES



### Questions




### Personnes-ressources et contacts


*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)

**Pesez-vous chaque matin.** Faites-le **après avoir uriné** et avant de manger, de boire ou de prendre des médicaments. **Notez votre poids** dans le tableau ci-dessous.

Appelez une infirmière de la ligne Santé patient CHUM, au **514 890-8086**, si votre poids :

- > Augmente de \_\_\_\_\_ ou plus par jour pendant 3 jours de suite
- > Augmente de \_\_\_\_\_ ou plus en une semaine
- > Diminue de plus de 0,5 kg (1 livre) par jour pendant 3 jours de suite

Exemples

Date jour/mois/année	Poids	Différence de poids par rapport au jour d'avant
03-05-2024	88,5 kg	
04-05-2024	88,4 kg	-0,1 kg

## ANNEXE : SUIVI DE VOTRE POIDS (SUITE)

Date jour/mois/année	Poids	Différence de poids par rapport au jour d'avant

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)