

Consignes en cas de diverticulite simple

La diverticulite est une inflammation d'un diverticule du côlon. Dans votre cas, il s'agit d'une forme simple, confirmée par scanner, présentant les caractéristiques suivantes :

- inflammation limitée
- pas d'abcès
- pas de perforation
- pas de signe de septicémie.

Cette forme peut être traitée à domicile à condition de respecter les recommandations suivantes.

Traitements

1- Antibiotiques (si prescrits)

Les dernières recommandations autorisent, dans certains cas, une absence d'antibiotiques. Si une antibiothérapie est donnée, **elle doit être prise au complet et sans saut de dose même si la douleur diminue.**

2- Antalgie (antidouleurs)

- Paracétamol en première intention
- Antispasmodiques possibles selon tolérance
- Éviter les Anti-Inflammatoires Non Stéroïdiens ou AINS (ibuprofène, diclofénac...) car risque de perforation majoré
- Pas d'opiacés forts sauf avis spécialisé.

3- Alimentation

Phase 1 : 24 > 48 h

Diète douce

- Bouillons
- Riz, pâtes, purées
- Compote
- Yaourts nature
- Hydratation abondante

Phase 2 : 3 > 7 jours

Reprise progressive

Réintroduction douce des fibres
Pain blanc → complet selon tolérance

Éviter temporairement

- Crudités dures (chou, céleri)
- Fruits avec peau dure
- Fritures, alcool, plats épicés

Phase 3 : > 1 semaine

Reprise de l'alimentation normale



Surveillance

1- Signes normaux

- Douleur modérée en diminution
- Transit lent mais normal
- Fatigue légère.

2- Signes d'alerte

Si l'un de ces symptômes survient, présentez-vous immédiatement aux urgences :

- fièvre > 38 °C après 48 h
- douleur qui augmente
- vomissements répétés (plus de 3 fois)
- ballonnement important
- sang dans les selles
- sensation de malaise général.

Suivi

Médecin traitant

Dans les 48 à 72h pour :

- évaluer l'évolution
- ajuster le traitement
- confirmer la reprise alimentaire.

Gastro-entérologue

- Colonoscopie après cicatrisation (**6 à 8 semaines après l'épisode**) pour les patients de plus de 50 ans et n'ayant pas eu de colonoscopie dans les 5 ans.
→ Intérêt : exclure une autre pathologie, vérifier la cicatrisation.