

## Les maux d'estomac

### QU'EST-CE QUE C'EST ?

Un mal d'estomac est tout simplement une **douleur abdominale**. Il est par contre difficile d'en identifier la cause. Un mal d'estomac est parfois associé à des brûlures, des ballonnements, des nausées ou même des vomissements.

### QUELLES SONT LES CAUSES ?

Les douleurs abdominales ont des origines très diverses, mais je ne vais en mentionner que quelques-unes. Il y a tout d'abord le **reflux gastro-œsophagien**. C'est la remontée d'une partie du contenu de l'estomac dans l'œsophage. La paroi de l'estomac est tapissée par un gel, que l'on appelle mucus, et ce gel le protège de l'acidité des sucs gastriques. En revanche, notre œsophage ne possède pas une telle protection, il est donc irrité lorsque le contenu de l'estomac remonte.

Il y a aussi l'**ulcère gastro-duodéal**. C'est une plaie ouverte qui se forme lorsque la paroi de l'estomac ou du duodénum est détruite par les sucs digestifs. Ces sucs sont acides et peuvent donc attaquer la paroi du tube digestif.

La **gastrite** peut aussi être à l'origine de maux d'estomac. C'est une inflammation de la muqueuse de l'estomac, qui peut être provoquée par une infection bactérienne ou même par des anti-inflammatoires s'ils sont consommés sur une longue durée.

Il faut aussi savoir que si l'on consomme un repas très riche en graisse, le foie synthétise une grande quantité de sels biliaires. S'il n'y parvient pas, on souffre de troubles digestifs tels que des douleurs abdominales et une diarrhée. C'est la fameuse **crise de foie**.

## Les maux d'estomac

---

Le mal d'estomac est une...

- douleur abominable
  - douleur fantôme
  - douleur abdominale
- 

Un reflux gastro-œsophagien, c'est une remontée d'une partie du contenu de l'estomac dans...

- le côlon
  - l'œsophage
  - la bouche
- 

Je ressens une sensation de brûlure lors de remontées gastriques car l'œsophage n'est pas recouvert de...

- mousse
  - salive
  - mucus
- 

La gastrite est...

- une inflammation
- une production de gaz
- un plat gastronomique

La gastrite est une inflammation de la muqueuse...

- des poumons
  - de l'œsophage
  - de l'estomac
- 

Une crise de foie est provoquée par la production en grande quantité...

- de sels minéraux
  - de sels biliaires
  - d'enzymes
- 

La production de sels biliaires en grande quantité a lieu en réponse à un repas...

- bien arrosé
- riche en protéines
- riche en graisses

## Réponses

---

### Le mal d'estomac est une...

**douleur abominable**

*Faux ! C'était un piège.*

**douleur fantôme**

*Faux ! Bien essayé !*

**douleur abdominale**

*Bravo ! C'est exact.*

---

### Un reflux gastro-œsophagien, c'est une remontée d'une partie du contenu de l'estomac dans...

**le côlon**

*Faux ! Le côlon est séparé de l'estomac par l'intestin grêle.*

**l'œsophage**

*Bravo ! C'est exact.*

**la bouche**

*Faux ! C'est un peu plus bas.*

---

### Je ressens une sensation de brûlure lors de remontées gastriques car l'œsophage n'est pas recouvert de...

**mousse**

*Faux ! Dommage, ce n'est pas la bonne réponse.*

**salive**

*Faux ! Ce n'est pas exact.*

**mucus**

*Bravo ! Le rôle du mucus dans l'estomac est de le protéger contre l'agressivité des sucs gastriques. L'œsophage en est dépourvu.*

---

### La gastrite est...

**une inflammation**

*Bravo ! C'est en effet une inflammation de la muqueuse de l'estomac.*

**une production de gaz**

*Faux ! Ce n'est pas exact.*

**un plat gastronomique**

*Faux ! Ce n'est pas la bonne réponse.*

---

### La gastrite est une inflammation de la muqueuse...

**des poumons**

*Faux ! Les poumons ne font pas partie du système digestif.*

**de l'œsophage**

*Faux ! Ce n'est pas exact.*

**de l'estomac**

*Bravo ! La gastrite est à l'origine de maux d'estomac.*

---

### Une crise de foie est provoquée par la production en grande quantité...

**de sels minéraux**

*Faux ! Les sels minéraux ne peuvent pas provoquer une crise de foie.*

**de sels biliaires**

*Bravo ! La crise de foie est provoquée par la production de sels biliaires en grande quantité.*

**d'enzymes**

*Faux ! Ce n'est pas exact.*

---

### La production de sels biliaires en grande quantité a lieu en réponse à un repas...

**bien arrosé**

*Faux ! Bien essayé.*

**riche en protéines**

*Faux ! Ce n'est pas exact.*

**riche en graisses**

*Bravo ! Les sels biliaires sont produits pour digérer les graisses.*

---