Vivre au quotidien

Lévodopa et protéines

La molécule de lévodopa demeure le « nec plus ultra » des traitements pour la maladie de Parkinson et elle est prescrite à presque tous ceux qui en sont atteints.

La lévodopa compte de nombreuses combinaisons, dont :

- lévodopa et carbidopa, qu'on appelle lévocarb ou lévodopa/carbidopa (Sinemet® et Sinemet®CR);
- lévodopa et bensérazide (PrProlopa®);
- levodopa/carbidopa/entacapone (Stalevo®).

Chez certaines personnes, la lévodopa devient moins efficace lorsqu'elle est prise en même temps (ou presque) qu'un repas ou une collation à forte teneur en protéines. Pour ces personnes, la consommation d'aliments à forte teneur en protéines en même temps que la prise de la lévodopa nuit en effet à l'absorption et à l'efficacité du médicament. Toutefois, ce n'est pas tous les gens atteints de la maladie de Parkinson qui présentent ce problème.

POURQUOI LES PROTÉINES NUISENT-ELLES PARFOIS À L'ABSORPTION DE LA LÉVODOPA?

Lors de la digestion, les protéines se décomposent en acides aminés, leurs éléments de base. La muqueuse du tube digestif contient de nombreux récepteurs conçus pour les faire passer dans la circulation sanguine, et ensuite permettre la transmission des acides aminés au cerveau.

Le tube digestif contient un nombre limité de récepteurs. Comme les acides aminés et la médication antiparkinsonienne sont absorbés par les mêmes récepteurs, une compétition a lieu. L'efficacité des médicaments peut alors être diminuée.

QU'EST-CE QUE CELA SIGNIFIE ?

L'efficacité des médicaments pourra diminuer différemment d'une personne à l'autre. Certaines personnes peuvent trouver que l'effet de leurs médicaments tarde à se faire sentir. D'autres sentiront que les symptômes sont moins bien contrôlés par la médication. Dans certains cas, il se peut même que vous sentiez que la dose que vous avez prise n'a pas fonctionné du tout.

Si vous pensez avoir des problèmes d'absorption de la lévodopa, nous vous recommandons d'en discuter avec votre équipe de soins de santé. Avant votre rendez-vous, prenez des notes sur l'efficacité de vos médicaments.

Quand vous prenez vos médicaments, notez :

- si vous prenez vos médicaments avec de la nourriture et ce qu'a été votre repas principal ou collation;
- quand vous avez pris vos médicaments par rapport à votre repas;
- l'efficacité de vos médicaments avant et après avoir mangé.

© Parkinson Québec, 2015

Même si vous soupçonnez que les protéines nuisent à l'absorption de la lévodopa, n'ajustez pas l'horaire de votre médication sans en parler d'abord avec votre médecin. La gestion efficace des médicaments contre la maladie de Parkinson exige le respect d'un horaire strict. Ajustez vos repas et collations et non vos médicaments.

DEVRAIT-ON PRENDRE UNE COLLATION AVEC LA LÉVODOPA ?

Les opinions divergent, mais en règle générale, on considère qu'il est prudent de consommer une légère collation sans protéines avec la lévodopa pour aider la digestion.

Aliments à considérer :

- fruits
- craquelins
- compote de pommes

ALIMENTS À ÉVITER LORS DE LA PRISE DE LÉVODOPA

Parmi les aliments à forte teneur en protéines à éviter en grande quantité, on retrouve :

- les produits laitiers à forte teneur en protéines, dont le yogourt, la crème glacée, le beurre, le fromage et le fromage cottage (une petite quantité dans le café ou le thé ou sur les céréales ne pose habituellement aucun problème);
- les laits d'amandes, de soya, de chanvre, ou de riz;
- les oeufs et substituts (il se peut qu'un oeuf ne pose pas de problème, mais ne mangez pas de bacon ou de saucisse);
- tous les types de viande, de volaille ou de poisson;
- les noix, y compris les tartinades comme le beurre d'arachides;
- les graines de tournesol et autres graines comme celles de citrouille, de lin ou de sésame;
- les fèves et les pois;
- les fèves de soya, y compris le tofu et le tempeh;
- les poudings et les poudings au lait;
- les suppléments alimentaires, tout comme le petit lait et les poudres de protéines (Ensure® et les autres produits semblables sont à forte teneur en protéines).

Les protéines sont essentielles pour une alimentation saine et une bonne santé. Si vous réalisez que les protéines nuisent à l'absorption de la lévodopa, n'en cessez pas la consommation à moins qu'un médecin ne vous le recommande. À la place, prenez vos repas et collations à un moment qui ne nuira pas à votre horaire de prise de médicaments. Vous pouvez prendre les quantités normales de ces aliments à forte teneur en protéines une heure avant ou après le moment prévu de prise de vos médicaments.

Source : Parkinson Society British Columbia
Adapté par Parkinson Québec

© Parkinson Québec, 2015