

Thalassémie

La thalassémie est une **maladie du sang héréditaire** (transmise des parents aux enfants). Elle perturbe la production normale d'**hémoglobine**, une protéine présente dans les globules rouges qui assure le transport de l'oxygène dans tout l'organisme (notamment vers les muscles, le cœur et le cerveau).

La thalassémie est plus fréquente dans certaines régions méditerranéennes, telles que l'Afrique du Nord, le sud de l'Espagne et l'Italie.

Il existe deux types de thalassémie : **alpha et bêta**, selon la chaîne de la protéine hémoglobine qui est touchée.

Les personnes atteintes de thalassémie peuvent avoir **un nombre réduit de globules rouges** (également appelés érythrocytes), et ces cellules sont **plus petites et moins efficaces**. Cela peut entraîner une anémie.

Contrairement à l'anémie ferriprive, le problème ne réside pas dans un manque de fer, mais plutôt dans le fait que les gènes contrôlant la production d'hémoglobine ne fonctionnent pas correctement.

La gravité de la thalassémie dépend du nombre de gènes affectés.

- **Thalassémie mineure** (porteurs ou forme légère) : un seul gène est affecté ; les patients ne présentent généralement aucun symptôme et ne nécessitent pas de traitement.
- **Thalassémie intermédiaire ou modérée** : davantage de gènes sont affectés ; une anémie modérée peut se développer, accompagnée de symptômes (fatigue, pâleur, problèmes de croissance chez les enfants, etc.). Des transfusions peuvent être nécessaires.
- **Thalassémie majeure ou anémie de Cooley** : il s'agit de la forme la plus grave, caractérisée par une anémie sévère, une fatigue extrême, un retard de croissance, des problèmes osseux et d'autres complications. Les patients ont besoin de transfusions régulières, de traitements visant à éliminer l'excès de fer et, dans certains cas, de greffes de moelle osseuse.

Vivre avec la thalassémie

Si vous souffrez de thalassémie :

- Suivez le traitement recommandé par votre médecin.
- Adoptez une **alimentation équilibrée** et évitez de consommer en excès des aliments riches en fer.
- **Évitez les compléments alimentaires à base de fer, sauf s'ils vous ont été spécifiquement prescrits.**
- Menez une vie active et pratiquez une **activité physique modérée.**
- Consultez votre médecin ou votre pharmacien avant de prendre tout médicament.



Conseil génétique

Si vous êtes atteint de thalassémie ou si vous en êtes porteur et que vous envisagez d'avoir des enfants, pensez à consulter un conseiller en génétique afin de connaître les risques de transmission de cette maladie à vos enfants.

N'oubliez pas qu'avec des soins médicaux adaptés, la plupart des personnes atteintes de thalassémie peuvent mener une vie épanouie et active.