



## Syndrome de Gilbert

🕒 paru le 16/12/2019 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

Les globules rouges ont une durée de vie limitée. La moelle osseuse doit donc produire de nouvelles cellules tout au long de notre vie. La dégradation des globules rouges entraîne la formation de bilirubine. Le foie transforme la bilirubine et l'élimine en grande partie via les intestins. La bilirubine donne aux selles leur couleur brunâtre.

Le syndrome de Gilbert se caractérise par une carence, en partie congénitale, de la protéine qui assure la transformation de la bilirubine. Le taux de bilirubine non transformée augmente donc dans le sang. Il s'agit d'une affection héréditaire mais sans danger.

### Quelle est sa fréquence ?

Le syndrome de Gilbert est une affection très courante qui touche 3 à 7 personnes sur 100. Mais seulement 1 personne concernée sur 3 développe des symptômes.

### Comment le reconnaître ?

- L'augmentation du taux de bilirubine dans le sang peut entraîner de la [jaunisse](#). Un épisode de jaunisse survient généralement pour la première fois chez les jeunes adultes (20-30 ans) en bonne santé après une période de jeûne, la consommation d'alcool, un effort physique, un affaiblissement de la résistance ou une maladie. On reconnaît cette [forme légère de jaunisse](#) à la coloration jaunâtre du blanc de l'œil.
- Une [forte augmentation de la bilirubine](#) peut aussi entraîner le jaunissement de la peau. Les urines peuvent devenir plus foncées, et les selles plus claires. Il arrive que la personne ait des vagues maux de ventre, des [nausées](#) ou qu'elle soit [plus fatiguée que d'habitude](#), mais en général, l'affection ne cause aucun symptôme.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin généraliste peut diagnostiquer l'affection après un bilan sanguin qui montre une légère élévation du taux de bilirubine non transformée, alors que les autres examens de la fonction du foie sont normaux. Il ne faut pas passer d'autres examens techniques.

### Que pouvez-vous faire ?

- Si vous remarquez un jaunissement du blanc de l'œil ou de votre peau, consultez votre médecin généraliste. Il commencera par demander un bilan sanguin pour trouver la cause de la [jaunisse](#).
- Le syndrome de Gilbert est une affection bénigne, héréditaire et la personne atteinte en est sans doute affectée à vie. Il est donc impossible de le prévenir.
- Et comme l'affection est bénigne, il est inutile d'envisager des [adaptations du mode de vie](#). En revanche, il est conseillé d'éviter la [consommation excessive d'alcool](#), car cela peut déclencher des symptômes.

### Que peut faire votre médecin ?

Il est important que le médecin identifie le syndrome de Gilbert pour éviter de devoir inutilement vous orienter vers un autre spécialiste, ou devoir vous traiter ou vous surveiller sans motif apparent. Comme il s'agit d'une affection qui ne présente aucun danger, le médecin va avant tout vous rassurer.

### En savoir plus ?

- [Alcool, le point sur votre consommation – Stop ou encore ?](#)

### Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Syndrome de Gilbert' \(2000\), mis à jour le 12.05.2017 et adapté au contexte belge le 02.07.2019 – ebpracticenet](#)