

# IMPACT DU DÉSÉQUILIBRE DU MICROBIOTE INTESTINAL

Son impact sur la santé peut alors être multiple : fatigue, diarrhées, constipation, ballonnements, déficit immunitaire ou troubles de la digestion. La dysbiose peut aussi être impliquée dans certaines maladies plus sérieuses.

## LE SYNDROME DE L'INTESTIN IRRITABLE

Le syndrome de l'intestin irritable est un cas de déséquilibre du microbiote intestinal, c'est un trouble du tube digestif qui provoque des douleurs abdominales, une constipation ou une diarrhée. Les symptômes sont variables, mais incluent fréquemment des douleurs dans le bas du ventre, des ballonnements et des flatulences.



# MICROBIOTE INTESTINAL

## SOURCES

<https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/microbiote-intestinal-flore-intestinale>

<https://www.passeportsante.net/fr/parties-corps/Fiche.aspx?doc=flore-intestinale>

Vidéos disponibles dans l'espace classe

Othilie Anthier  
Amélia Robert  
1ST2S



# C'EST QUOI?

## DÉFINITION

Le microbiote est l'ensemble des micro-organismes - bactéries, virus, parasites, champignons non pathogènes, dits commensaux qui vivent dans un environnement spécifique mais surtout localisé dans l'intestin grêle et le côlon.

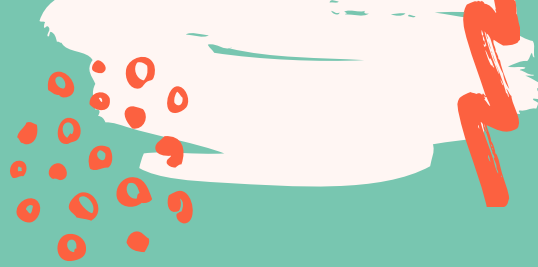
## COMPOSITION

Le microbiote est composé de plus de 100 000 milliards de micro-organismes, soit 160 espèces différentes qui composent le microbiote intestinal d'un individu sain.

## EXEMPLES DE MICRO-ORGANISMES

- *Eubacterium*
- *bacteroides*
- *Escherichia coli* ( espèces rare )
- *Clostridium*
- *Faecalibacterium*
- *Bifidodacterium*

<https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/microbiote-intestinal-flore-intestinale>



# RÔLES

Il joue un rôle dans les fonctions digestives, métaboliques, immunitaires et neurologiques. Notamment le rôle de barrière contre les micro-organismes pathogènes responsables de diverses maladies.

- Il facilite l'assimilation des nutriments grâce à un ensemble d'enzymes dont l'organisme elle toute seule n'a pas.
- Il participe à la synthèse de certaines vitamines (vitamine K, B12, B8).
- Il régule l'absorption des acides gras et contribue donc au maintien du poids.



# DÉSÉQUILIBRE DU MICROBIOTE INTESTINAL (AUSSI APPELÉ DYSBIOSE)

Elle se traduit par:

- un déséquilibre entre certains micro-organismes, notamment entre des agents pro-inflammatoires et des agents anti-inflammatoires.
- une augmentation des mauvaises bactéries au détriment des bonnes bactéries.
- les micro-organismes vont se trouver en nombre insuffisants.
- Les bons nutriments sont moins bien absorbés.
- Un état d'inflammation chronique peut aussi s'installer comme par exemple l'obésité.

