Hyperthyroïdisme et plongée

Q: Je suis une femme de 42 ans et j'ai environ 9 kg en trop par rapport au poids normal pour mon âge et ma taille. J'effectue un exercice physique régulier en roulant à vélo ou en utilisant un appareil de musculation. Il y a environ un an et demi, on m'a diagnostiqué de l'hyperthyroïdisme.

Pour soigner ma thyroïde, j'ai subi une radiothérapie il y a de cela 10 mois. Je prends actuellement du Synthroid(r), et mon niveau d'hormones thyroïdiennes est revenu à la normale. Je n'ai aucune restriction au niveau de mes activités quotidiennes et les symptômes d'hyperthyroïdisme ont disparu. Je souffre cependant de fatigue occasionnelle, que ni mon médecin ni moi-même ne parvenons à expliquer.
Mon mari et moi partons généralement en vacances deux fois par an, mais cela fait plus de deux ans maintenant que nous n'avons plus plongé.
Est-il risqué de plonger sous Synthroid ou après avoir subi une radiothérapie de la thyroïde?

Question posée depuis l'Ohio, aux États-Unis
R: Il est généralement considéré comme risqué de pratiquer la plongée récréative en scaphandre en cas d'hyperthyroïdisme actif non traité. La thyroïde est un organe vital qui sécrète une hormone intervenant dans la régulation du métabolisme. Si elle est produite en quantités excessives, cette hormone peut accroître le rythme cardiaque, provoquer des dysfonctionnements cardiaques et un essoufflement, altérer le poids corporel ou encore causer des angoisses sévères. En l'absence d'un traitement de l'hyperthyroïdisme, la sécrétion de l'hormone thyroïdienne peut augmenter soudainement et provoquer des symptômes aigus pouvant s'avérer très incapacitants s'ils se produisent chez un plongeur immergé. Dans votre cas, la surstimulation de la glande thyroïde (hyperthyroïdisme) a été traitée au moyen d'iode radioactif qui réduit la fonction thyroïdienne et diminue la quantité d'hormones produites. Suite au traitement de l'hyperthyroidisme, les niveaux d'hormones thyroïdiennes tendent à baisser en dessous du niveau normal (ce que l'on appelle hypothyroïdisme), mais les hormones manquantes peuvent être remplacées par la L-thyroxine (Synthroid(r)), un substitut synthétique qui restaure des niveaux hormonaux normaux dans la circulation sanguine. Vous pouvez reprendre la plongée si vous répondez aux conditions suivantes : si vos niveaux hormonaux sont revenus à la normale, si les symptômes d'hyperthyroïdisme ont disparu, si vous ne présentez pas d'autres problèmes de santé et si vous êtes capable d'effectuer un effort physique d'une intensité acceptable.
Quant à votre fatigue inexpliquée, il peut s'agir d'une séquelle restante, mais si vous avez l'approbation de votre médecin, suivre un programme d'entraînement physique et de réduction du poids corporel peut vous aider à retrouver votre niveau d'endurance normal.

Plonger ou ne pas plonger
Si l'hyperthyroïdisme non traité (tout comme d'autres affections ou maladies non soignées) constitue une contre-indication à la plongée, ce n'est pas le cas de l'hyperthyroïdisme traité et asymptomatique. La clé pour poursuivre ses activités de plongée en cas de diagnostic d'une affection comme l'hyperthyroïdisme est de suivre le traitement prescrit par votre médecin et de vous faire examiner périodiquement.

Vous avez des questions ?
Écrivez à medical@daneurope.org
Si vous faites l'objet d'une urgence de plongée, vous pouvez à tout moment appeler la ligne d'urgence de plongée de DAN disponible 24 h/24 au +39 06 4211
8685 / +39 06 4211 5685

Conseils santé

Si vous ne suivez pas déjà un programme de maintien de la santé, voici quelques suggestions pour commencer :

- Évitez ou limitez la consommation d'aliments à haute teneur en graisse dans votre régime quotidien.
- Ne fumez pas.
- Consommez les boissons alcoolisées avez modération.
- Suivez un programme d'exercice physique au moins trois fois par semaine.
- Demandez des conseils à votre médecin de famille à propos des changements que vous pourriez apporter dans votre style de vie et de la fréquence de vos visites.

Coûts et avantages

Le maintien d'une bonne santé a un coût financier : les visites périodiques chez votre médecin, les tests de laboratoire et les examens ne sont pas gratuits. Toutefois, les frais liés au maintien d'une bonne santé, comme les coûts associés à la pratique de la plongée en scaphandre, représentent un investissement

À propos de l'auteur

JOEL DOVENBARGER, vice-président des services médicaux de DAN Amérique, travaille auprès de DAN depuis 1985. Fort d'une expérience de 30 ans dans la profession médicale, Joel Dovenbarger a débuté sa carrière en tant qu'infirmier en 1976 et est actif dans le secteur de la médecine hyperbare et de la plongée depuis 1982, lorsqu'il a rejoint le laboratoire F.G. Hall du Centre médical de l'Université de Duke, aux États-Unis.