

Des professionnels à votre écoute

Vous n'êtes pas seul dans ce parcours. Cherchez du soutien auprès de vos proches ou de groupes de soutien. Des professionnels sont à votre écoute pour mettre en place une stratégie de prise en charge concrète, basée sur un accompagnement pluridisciplinaire. Votre santé est une priorité, et il est important de prendre soin de vous.



**ANOREXIE BOULIMIE
INFO ÉCOUTE**

09 69 325 900
Service anonyme

Nouveau numéro non surtaxé (mai 2023)

Une ligne téléphonique

pour les patients, familles, proches et professionnels...

“entre 16h00 et 18h00, des spécialistes des troubles des conduites alimentaires répondent à vos questions”

 Psychologues LUNDI	 Associations, de familles et d'usagers MARDI
 Médecins JEUDI	 Ensemble des spécialistes en alternance VENDREDI

Conception, réalisation et impression : ANET Paris - 01 53 54 20 30

RÉSEAU
TCA
FRANCIEN
www.reseautca-idf.org

FFAB
Fédération Française Anorexie Boulimie
French Federation Anorexia Bulimia
www.ffab.fr

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France
FNA-TCA
Fédération Nationale Anorexie Boulimie
www.fna-tca.org

Pour en savoir plus

- **Haute Autorité de Santé (HAS)**
Boulimie et hyperphagie boulimique.
Repérage et éléments généraux de prise en charge - Méthode Recommandations pour la pratique clinique.
Paris : HAS ; 2019.
- **Haute autorité de santé (HAS)**
Anorexie mentale : prise en charge.
Document d'information destiné aux familles et aux patients.
Paris : HAS ; 2011.
- **Institut Fédératif des Addictions Comportementales (IFAC)** : Les troubles du comportement alimentaire, comment engager une démarche de soins ? et Annuaire des centres de soins en France.

Bibliographie conseillée



Service de Psychiatrie - addictologie CHU Angers

Quartier violet, bâtiment H5
La Colline
02 41 35 32 44

4 rue Larrey - 49000 Angers
www.chu-angers.fr

CHU
ANGERS
CENTRE HOSPITALIER
UNIVERSITAIRE

Les vomissements dans les TCA*

Voici quelques conseils et informations utiles pour vous aider.



Si vous êtes confronté à des vomissements liés à un trouble des conduites alimentaires, il est essentiel de prendre soin de votre santé physique et mentale.

* TCA : Troubles du Comportement Alimentaire

Service de Psychiatrie - addictologie CHU Angers

www.chu-angers.fr



Direction communication CHU Angers - 04/2026 - © Freepik - Impression : Reprographie CHU Angers.

Les conséquences dentaires



La sphère bucco-dentaire est atteinte par les vomissements avec l'apparition de **caries**, **d'érosions de l'émail**, **une sensibilité thermique et des gingivites** à cause de l'acidité des sécrétions provenant de l'estomac. L'état des dents peut devenir précaire et les dents se colorent en jaune ou deviennent transparentes.

Les conséquences cardiaques



Les vomissements peuvent également entraîner une **malnutrition**, **une faiblesse musculaire**, **une déshydratation** et de multiples carences.

Les perturbations métaboliques peuvent provoquer un dysfonctionnement des reins et des troubles du rythme cardiaque, de l'hypotension et des palpitations.

À noter

Les vomissements peuvent avoir un **impact dermatologique, gynécologique et/ou digestif**.

Ce qu'il est conseillé de faire

1. Prévenir et soigner les lésions bucco-dentaires

Il est conseillé de **consulter régulièrement** un dentiste et d'appliquer quelques conseils pratiques :

- **ne pas se brosser les dents** juste après les vomissements, effectuer un brossage dans un délai de 20 min après avoir vomi ;
- utiliser un **dentifrice renforcé au fluor** et une brosse à dents à poils souples ;
- **se rincer la bouche** à l'eau plate ou réaliser un bain de bouche au bicarbonate de sodium ;
- **éviter les aliments acides** (fruits, boissons gazeuses, etc.) après les vomissements.

Pour préserver l'efficacité des traitements, la prise de médicaments doit s'effectuer à distance des périodes de vomissements afin qu'ils puissent être correctement absorbés.

2. Après les vomissements

Hydratez-vous : buvez de l'eau pour compenser les pertes de liquides. Évitez les boissons gazeuses et les jus acides qui peuvent irriter l'estomac.

Reposez-vous : accordez-vous du temps pour vous reposer après un épisode de vomissements. Écoutez votre corps.

3. Des surveillances biologiques à réaliser

Consultez votre médecin pour discuter des analyses sanguines nécessaires, comme les électrolytes, la fonction rénale et d'autres paramètres de santé.

Un **suivi régulier** est crucial pour surveiller votre état de santé général et prévenir des complications.

