

# BULLETIN D'INFORMATION



UpToDate

Auteur :  
Harold N. Rosen, MD

Éditeurs de section :  
Clifford J Rosen, MD,  
Kenneth E Schmader,  
MD

Réimpression  
officielle provenant  
d'UpToDate® et/ou de  
ses partenaires. Tous  
droits réservés.



Date de diffusion

JUILLET  
2021



Type de contenu

REVUE DE  
LITTÉRATURE



Nombre de pages

27



Temps de lecture

2 MIN

L'utilisation des IPP est largement répandue au Canada. En 2016, plus de 33 millions d'ordonnances ont été exécutées.<sup>(2)</sup> Dans ce contexte, nous aimerions vous aider à choisir le bon sel et la bonne forme de calcium, afin d'optimiser la prévention et le traitement de l'ostéoporose chez vos patients.

## SUPLÉMENTATION EN CALCIUM ET EN VITAMINE D EN CONTEXTE D'OSTÉOPOROSE

L'apport optimal en calcium et en vitamine D n'est pas connu de façon précise. Chez les femmes en postménopause atteintes d'ostéoporose, on conseille un apport quotidien (régime alimentaire total plus supplément) de 1 200 mg de calcium et de 800 unités internationales de vitamine D.

Bien que l'apport optimal (régime alimentaire plus supplément) n'ait pas été clairement établi chez les femmes préménopausées ou chez les hommes atteints d'ostéoporose, on suggère généralement un apport quotidien (total du régime alimentaire et du supplément) de 1 000 mg de calcium et 600 unités internationales de vitamine D.

Si l'apport alimentaire en calcium est inférieur aux niveaux recommandés, une consommation accrue de produits laitiers ou d'aliments riches en calcium devrait être encouragée. Si cela n'est pas possible, nous suggérons de supplémenter en calcium et en vitamine D les patients atteints d'ostéoporose dont l'apport alimentaire est inadéquat.

**« Nous recommandons cependant d'opter pour le citrate de calcium chez les patients qui prennent des inhibiteurs de la pompe à protons (IPP) ou des antagonistes des récepteurs H2, de même que dans les cas d'achlorhydrie. Les recommandations indiquées ci-dessus réfèrent à la quantité de calcium élémentaire dans le supplément de calcium. »**

Les suppléments de calcium les plus largement disponibles sont le carbonate de calcium et le citrate de calcium. Un supplément de carbonate de calcium pris avec les repas convient à la plupart des individus, et constitue une option peu coûteuse. Nous recommandons toutefois d'opter pour le citrate de calcium chez les patients qui prennent des inhibiteurs de la pompe à protons (IPP) ou des antagonistes des récepteurs H2, de même que dans les cas d'achlorhydrie. Les recommandations indiquées ci-dessus réfèrent à la quantité de calcium élémentaire dans le supplément de calcium.

L'apport total en calcium (régime alimentaire plus supplément) ne devrait pas dépasser 2 000 mg / jour. La limite supérieure jugée sécuritaire pour la vitamine D est de 4 000 unités internationales par jour, mais cette recommandation repose sur des données limitées.

**Pour plus d'informations ou avoir une copie originale, veuillez communiquer avec**

Nom du conseiller :

Numéro de téléphone :

Courriel :

<sup>(2)</sup> <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/medeffet-canada/examens-innocuite/inhibiteurs-pompe-protons-evaluation-risque-associe-type-reaction-cutanee.html>