

Lévothyroxine : à prendre le matin ou le soir ?

Les patients traités avec la lévothyroxine sont avertis de prendre celle-ci à jeûn afin d'éviter une perturbation de son absorption par l'alimentation. Pour cette prise « à jeûn », plusieurs moments de la journée sont envisageables. Le plus souvent, la prise recommandée est 30 minutes avant le petit-déjeuner.

Une étude menée par des endocrinologues américains a tenté de déterminer l'efficacité des apports en lévothyroxine en fonction des moments d'administration (à jeûn ou pas, matin ou soir).

Leurs conclusions sont les suivantes :

- L'absorption de la lévothyroxine est optimale quand elle est prise avec un estomac vide, 1 heure avant un repas ou 2 heures après.
- Les concentrations sériques en TSH (index thérapeutique de l'action de la lévothyroxine) sont beaucoup plus variables quand la prise a lieu avec un repas ou au coucher.

La lévothyroxine doit donc idéalement être prise à jeûn (1 h avant le petit déjeuner ou 2h après). Si ce n'est pas réalisable pour le patient, une prise au repas est possible mais impliquera une augmentation des doses de lévothyroxine pour atteindre le taux sérique de TSH ciblé. Cette prise au repas ainsi que la prise au coucher impliquent, en plus, une plus grande fluctuation des concentrations sériques de TSH, pouvant avoir des conséquences néfastes en terme de toxicité ou dans le traitement de patients ayant un cancer de la thyroïde.

TG Bach-Huynh and coll. "Timing of Levothyroxine Administration Affects Serum Thyrotropin Concentration". J Clin Endocrinol Metab, 2009, 94(10):3905-3912