FICHE CONSEIL SANTE

Partenaire de votre santé, votre pharmacien vous conseille et vous délivre des produits adaptés à votre cas.

Les éléments d'information supplémentaires apportés par cette fiche ne peuvent se substituer à l'avis d'un professionnel de santé connaissant votre situation particulière.

PHARMACIE DE L'EUROPE
23, rue d'Avignon
62510 ARQUES
www.europe-pharma.com
----- Votre pharmacien ------

O.R.L

Nez qui coule, nez bouché : chercher la cause

De quoi parle-t-on ?

Le nez bouché (obstruction nasale) et le nez qui coule (rhinorrhée) sont, avec les éternuements, les trois symptômes typiques d'une **rhinite**, c'est à dire d'une irritation et inflammation de la muqueuse des fosses nasales.
S'y associe parfois une perte d'odorat, témoignant de l'atteinte des cellules olfactives.

Les causes les plus évidentes des rhinites sont les rhumes, dûs à des virus déclenchant une inflammation aiguë passagère.
Mais bien d'autres causes de rhinite existent et mieux vaut savoir de quoi l'on souffre plutôt que de prendre un traitement au hasard.

Que peut-on faire ?

Savoir évoquer une rhinite allergique

Les allergies respiratoires sont une grande cause de rhinites aiguës comme chroniques.
Certains allergènes sont en effet "saisonniers" (pollens, moisissures, ...), d'autres sont présents toute l'année dans l'environnement (poussière, poils d'animaux ...).

Typiquement, la rhinite allergique se manifeste par :

- des **démangeaisons** du nez,
- des crises d'**éternuements souvent "explosifs", en salve**,
- suivis d'un **mouchage clair et abondant**, comme de l'eau,
- et d'une **obstruction nasale**.

S'y associent parfois :

- une conjonctivite (les yeux sont rouges, larmoyants, démangent),
- d'autres symptômes respiratoires (toux, maux de gorge,...),
- une fatigue, des maux de tête, etc.

Un traitement spécifique sera prescrit par le médecin après une enquête allergologique permettant d'identifier le(s) "agresseur(s)".
Pour la faciliter, tâchez de repérer les lieux et circonstances dans lesquelles les symptômes surviennent (exposition à l'allergène).
Signalez aussi au médecin les contextes qui, à l'inverse, vous sont favorables.

Informations de publication
Médecin rédacteur Dr Laurence MIR McCann Santé Multimédia

FICHE CONSEIL SANTE

Partenaire de votre santé, votre pharmacien vous conseille et vous délivre des produits adaptés à votre cas.

Les éléments d'information supplémentaires apportés par cette fiche ne peuvent se substituer à l'avis d'un professionnel de santé connaissant votre situation particulière.

PHARMACIE DE L'EUROPE
23, rue d'Avignon
62510 ARQUES
www.europe-pharma.com

----- Votre pharmacien ------

O.R.L

Nez qui coule, nez bouché : chercher la cause

(Suite)

Attention à l'automédication en cas de rhinite chronique

Les causes de rhinites chroniques sont variées.
La muqueuse respiratoire est notamment sensible :

- aux variations de température et d'humidité de l'air ambiant,
- aux fluctuations des hormones féminines,
- aux irritants et polluants atmosphériques,
- à l'effet de certains médicaments (neuroleptiques, anti-hypertenseurs,…).

Quoi qu'il en soit, la raison d'un "nez bouché en permanence" ou d'une "goutte au nez" constante doit être identifiée par le médecin qui donnera un traitement adéquat.



A éviter :
Prendre n'importe quelles gouttes au hasard, en "plongeant" dans la pharmacie familiale, sans conseil du pharmacien.
Cela peut s'avérer **dangereux**, surtout si :

- Les gouttes contiennent des vasoconstricteurs ou des corticoïdes,
- Vous avez des problèmes oculaires, cardiaques, thyroïdiens,
- Vous prenez déjà d'autres traitements.

Prendre de façon prolongée des gouttes contre l'obstruction nasale (décongestionnants), ce qui peut entraîner une véritable **dépendance** et une rhinite iatrogène médicamenteuse.

Toujours consulter en cas de rhinite unilatérale

Des symptômes unilatéraux sont généralement en rapport avec une **cause locale** à rechercher dans la fosse nasale ou le sinus du côté qui mouche et est obstrué.
Cela peut être un polype, un problème dentaire à l'origine d'une sinusite, une déviation de la cloison nasale après un traumatisme, une tumeur,...
Un examen ORL sera nécessaire et parfois des radiographies des sinus et dentaires.

Informations de publication
Médecin rédacteur Dr Laurence MIR McCann Santé Multimédia