

Angine virale de l'adulte

Les points clés

Il s'agit d'une inflammation des amygdales et de l'oropharynx causée par un virus. Elle atteint surtout les enfants lors d'épidémies hiverno-printanières. Dans 90% des cas, l'angine est d'origine virale.

> LES SIGNES

- Les jeunes enfants ont souvent de la fièvre, des maux de tête et de ventre. Ils peuvent baver, avoir du mal à avaler leur salive et à déglutir, vomir et/ou tousser. Les enfants plus grands se plaignent toujours de maux de gorge.

- Leurs amygdales sont gonflées avec parfois un enduit blanchâtre ou des points rouge vif. La gorge est rouge. Les ganglions à proximité peuvent être visibles, sensibles et douloureux.

> LE DIAGNOSTIC

Il dépend de l'examen clinique et selon les cas, d'un frottis de dépistage rapide si votre médecin l'a jugé utile. Son but est de rechercher une bactérie au niveau des amygdales (le streptocoque A). Si le test est négatif, l'angine est sans doute d'origine virale.

Son traitement ne nécessite donc pas d'antibiotiques.



> L'ÉVOLUTION

Les virus se transmettent lors de la toux, de crachats. Le temps d'incubation va de 24 heures à quelques jours. L'angine guérit en une semaine. Si ce n'est pas le cas, il peut s'agir d'une mononucléose infectieuse. Une prise de sang permettra de faire le diagnostic.

> LES COMPLICATIONS

- La surinfection bactérienne (sinusite; otite...).
- Les angines à répétition.

Le traitement

> CONTRE LES SIGNES

Contre la fièvre et les douleurs

- **PARACETAMOL** : 1 gr toutes les 4 à 6 heures (maxi: 4 fois/jour).
- **BOIRE** davantage pour compenser les pertes d'eau.

Contre les maux de gorge

- Sucrer des pastilles, des bonbons au miel ou mâcher des chewing-gums pourrait aider en produisant de la salive.
- Certaines plantes pourraient atténuer l'inconfort: la sauge (infusions), le thym (infusions, gargarismes, bains de bouche), le bouillon blanc.

En cas d'amygdales très irritées

Les bains de bouche, l'alimentation en bouillie pourraient aider.

NB : les pastilles sans sucre pourraient entraîner des gaz et de la diarrhée. Il est préférable d'éviter les anti-inflammatoires, ils favorisent les surinfections.

Les précautions

> **Hygiène** : bien se laver les mains. Mettre la main devant la bouche et le nez en cas d'éternuements. Eviter de partager son verre et d'embrasser l'entourage. Vous êtes contagieux avant l'apparition des symptômes et pendant la maladie.
> **Evitez de fumer.**

Quand reconsulter ?

- Si la fièvre persiste ou réapparaît au bout de quelques jours.
- Si les signes durent plus de 7 à 10 jours.
- Si apparaissent: une gêne respiratoire, une douleur au thorax, des douleurs articulaires, des difficultés pour ouvrir la bouche...