

Rhinopharyngite aiguë



Les points clés

La rhinopharyngite est une inflammation du nez et de la gorge causée par un virus. Elle s'étend parfois aux sinus frontaux et maxillaires. La production de « mucus » (substance qui protège les voies respiratoires) est accrue, ce qui entraîne les symptômes. Plus de 200 virus peuvent être en cause. Elle est très contagieuse.

> LES SIGNES

Tout d'abord : le nez pique ; vous éternuez ; vous avez des maux de tête et de la fièvre (38°-39°). Après quelques heures, le nez se bouche, coule abondamment (c'est le « mucus »), les yeux pleurent et l'odorat diminue. A 24 à 48 heures, l'écoulement de nez devient épais et jaunâtre. Il passe parfois dans l'arrière-gorge ce qui entraîne une toux. Parfois, une douleur diffuse apparaît en regard des sinus (pommettes, du front, dents).

> LA CONTAGIOSITÉ

Le virus se transmet par la respiration, la salive, la toux et les crachats. Les signes apparaissent entre 1 et 5 jours après le contact avec le virus.

> L'ÉVOLUTION SPONTANÉE

L'écoulement nasal devient épais, jaunâtre à verdâtre. La fièvre et la toux persistent quelques jours. La guérison survient en 7 à 10 jours.

> LES COMPLICATIONS

Lorsque l'épisode de rhinopharyngite traîne, une surinfection peut survenir. Les otites et sinusites aiguës sont les plus fréquentes.



Rédacteur : MSustersic. Juin 2007.

Relecteurs : Pr J-P. Stahl, Dr E.Boulat. Sources : E.Pilly 2006. Guide de thérapeutique Vidal 2006/2007. Dessin : ORoux. Contact: melanie.sustersic@gmail.com. Site: www.ficheinfopatient.com



La prise en charge

> LE TRAITEMENT des SIGNES

- *La fièvre* = PARACETAMOL toutes les 6 heures.
- *Le nez bouché* = LAVEZ-VOUS LE NEZ au SERUM PHYSIOLOGIQUE aussi souvent que nécessaire.
- *La toux* = elle n'est à traiter que si elle est très gênante et sèche.

Nb. Les antibiotiques et les sirops contre la toux sont inutiles. Ils ne permettent pas de guérir plus vite, ni d'éviter les complications.



La prévention

- Évitez le tabac
- Évitez de fumer en présence d'enfants
- Lavez-vous les mains, mettez-les devant le visage en cas d'éternuements ou de toux.

Contacter le 15/112 sans délai si

- Une gêne pour respirer
- Une fièvre > 4 jours (au thermomètre) ;
- Une toux > 10 jours et qui ne s'améliore pas
- Un écoulement nasal jaune d'un seul côté associé à une douleur de la pommette, du front ou de l'œil
- Un nez bouché > 10 jours
- Une oreille douloureuse ou qui coule
- Une paupière qui gonfle avec des maux de tête
- Une difficulté à avaler ou l'apparition d'une éruption cutanée.