

## Toux et maux de gorge : quel conseil officinal ?

Nicolas CLERE

Maître de conférences

UFR des sciences  
pharmaceutiques et  
ingénierie de la santé,  
16 boulevard Daviers,  
49045 Angers cedex, France

**La toux et les maux de gorge sont des maux d'automne et d'hiver courants et souvent bénins. Le conseil officinal peut en général suffire à les prendre en charge. Toutefois, ces symptômes ne doivent pas être pris à la légère et il est indispensable d'analyser les plaintes des patients et de détecter les signes d'alerte qui justifient une consultation médicale.**

© 2013 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés - angine ; conseil officinal ; laryngite ; pharyngite ; toux

**Coughs and sore throats: what advice should be given?** Coughs and sore throats are common and often mild, autumn and winter complaints. The pharmacist is usually sufficiently equipped to provide advice for their treatment. However, these symptoms must not be taken lightly and it is essential to analyse the patients' complaints and detect any warning signs which justify a medical consultation.

© 2013 Elsevier Masson SAS. All rights reserved

Keywords - advice; cough; laryngitis; pharyngitis; tonsillitis

**F**réquemment sollicité pour des conseils en cas de pathologies ORL, le pharmacien d'officine joue un rôle clé dans le traitement de la toux et des maux de gorge.

### La toux

La toux est un symptôme extrêmement fréquent qui représente une des premières causes de consultations non urgentes. Sa prévalence dépend de nombreux facteurs environnementaux, notamment la pollution et le tabac. Le lien avec le tabac explique certainement qu'elle soit souvent négligée alors qu'elle doit en toutes circonstances être considérée comme anormale, même si elle doit être parfois respectée, voire amplifiée.

### Un phénomène réflexe

Phénomène réflexe à point de départ pulmonaire, la toux vise à protéger les voies aériennes des particules étrangères ou à éliminer les sécrétions produites. Physiologiquement, l'épithélium trachéal et bronchique assure la protection chimique et mécanique de la muqueuse respiratoire grâce au mucus et aux mouvements des cils

qui tapissent le pôle apical des cellules épithéliales bronchiques. Le mucus, synthétisé par les cellules caliciformes et les glandes péribronchiques, joue un rôle de défense mécanique, chimique (en mobilisant diverses enzymes) et immunologique. Les mouvements ciliaires font remonter le long de l'arbre bronchique les contaminants aériens expectorés ou déglutis lors de leur arrivée dans l'oropharynx. Le réflexe de toux est ainsi indispensable à la vie.

Par définition, la toux est considérée comme chronique quand sa durée dépasse trois semaines. Sous sa forme aiguë ou chronique, elle a différentes étiologies impliquant la sphère ORL, l'appareil broncho-pulmonaire et le médiastin (*encadré 1*).

Toutefois, certaines affections cardiovasculaires peuvent être à l'origine d'une toux plus ou moins gênante (œdème pulmonaire, péricardite, embolie pulmonaire, insuffisance cardiaque gauche, hypertension artérielle pulmonaire). Il convient donc, avant toute dispensation, de s'assurer de l'absence de ce type d'affections. Le cas échéant, une consultation médicale s'impose.

♦ **La toux sèche** est une toux non productive déclenchée le plus souvent par une irritation des zones tussigènes. Elle est quinteuse et souvent fatigante.

♦ **La toux grasse** est productive. Son rôle est d'expulser les corps étrangers pénétrant au niveau des voies respiratoires, mais également le mucus produit en excès par les

#### Encadré 1. Quand consulter en cas de toux ?

♦ **Chez un adulte**, il convient de consulter en cas de fièvre associée à la toux pendant plus de trois jours, de persistance avec aggravation des symptômes, de dyspnée ou encore d'expectorations sanglantes ou mousseuses.

♦ **Chez l'enfant**, les mêmes précautions doivent être prises en cas de toux chronique (de plus de 3 semaines), de dyspnée ou d'insuffisance respiratoire avec perte de poids ou refus de s'alimenter ou de boire.

Adresse e-mail :  
nicolas.clere@univ-angers.fr  
(N. Clere).

bronches. Il s'agit d'une toux utile qui doit être impérativement respectée et facilitée.

### Les règles hygiéno-diététiques

Avant d'envisager la mise en œuvre d'un traitement, quelques conseils peuvent être proposés pour tenter d'améliorer les symptômes :

- le tabac et la fumée de cigarette étant très irritants, il doit être conseillé d'arrêter de fumer jusqu'à la guérison ;
- l'air humide diminuant l'irritation des bronches et facilitant l'expectoration, il est recommandé d'humidifier l'atmosphère à l'aide d'un humidificateur ou d'un bol d'eau placé sur un radiateur (non électrique) ; d'une manière générale, il est conseillé de ne pas trop chauffer les pièces, en particulier les chambres ;
- afin de faciliter l'hydratation des glaires, il doit être conseillé de boire beaucoup de boissons chaudes (thé, tisane avec du miel) ;
- les changements brusques de température doivent être évités ;
- en cas de toux grasse particulièrement gênante, il peut être proposé de surélever la tête du lit.

### Les médicaments antitussifs

♦ **Les dérivés opiacés**, d'action centrale, agissent en inhibant le centre de la toux. Le dextrométhorphan (Vicks<sup>®</sup> toux sèche, Ergix<sup>®</sup> toux sèche) ne présente pas d'effet dépresseur respiratoire ; il doit donc être privilégié dans le traitement de la toux du sujet âgé. La codéine (Néo-Codion<sup>®</sup>, Euphon<sup>®</sup>), qui a peu d'effet dépresseur respiratoire mais un effet antalgique plus marqué, est souvent détournée de son usage par les toxicomanes en substitution de l'héroïne. La pholcodine (Clarix<sup>®</sup>, Humex<sup>®</sup> toux sèche), antitussif plus puissant que la codéine, peut être

conseillée en raison de son faible effet dépresseur respiratoire.

♦ **Les antitussifs antihistaminiques** (Toplexil<sup>®</sup>, Fluisedal<sup>®</sup>) sont des antagonistes compétitifs des récepteurs à l'histamine H<sub>1</sub>. Ces molécules bloquent les effets de l'histamine, en particulier au niveau des fibres musculaires lisses bronchiques.

♦ **Les antitussifs non opiacés** non antihistaminiques d'action périphérique peuvent être utilisés chez la femme enceinte (Hélicidine<sup>®</sup>). Ils sont contre-indiqués chez les enfants de moins de 30 mois, les femmes allaitantes et peuvent être associés à des effets indésirables de type constipation, somnolence, vertiges et nausées.

### Les médicaments mucolytiques

Le chef de file de cette famille est la N-acétylcystéine dont le mode d'action s'explique par la rupture des ponts disulfures des glycoprotéines du mucus entraînant une diminution de la viscosité et de l'élasticité des sécrétions bronchiques, ce qui empêche leur expectoration. Bien que cette molécule ne présente que peu d'effets indésirables, elle reste contre-indiquée chez les personnes présentant des troubles de l'expectoration et les femmes enceintes durant le premier trimestre de grossesse. Il est également conseillé de respecter un délai d'au moins quatre heures entre la prise de N-acétylcystéine et

#### Conseils d'hygiène

La délivrance des molécules indiquées en cas de toux pourra être accompagnée de celle de quelques conseils d'hygiène. L'écoulement nasal postérieur étant l'une des principales causes d'entretien de la toux grasse, un mouchage régulier et un lavage nasal à l'aide de sérum physiologique ou de solutions d'eau de mer (Physiodose<sup>®</sup>, Sterimar<sup>®</sup> ...) sont conseillés.



© Fotolia.com/JPC-Prod

La toux sèche, non productive et fatigante, est déclenchée le plus souvent par une irritation des zones tussigènes.

le coucher afin d'éviter "l'inondation" broncho-alvéolaire.

### Les médicaments mucokinétiques

Les mucokinétiques présentent des mécanismes d'action variables selon les molécules. Ainsi, la carbocystéine (Humex<sup>®</sup> expectorant, Broncoclar<sup>®</sup>, Médibronc<sup>®</sup>...) agit en régulant la sécrétion du mucus tandis que l'ambroxol (Muxol<sup>®</sup>, Surbronc<sup>®</sup> expectorant) le rend plus fluide et favorise le mouvement ciliaire, donc son évacuation. Ces molécules sont préférées aux mucolytiques lorsque les sécrétions sont plutôt fluides. Elles présentent peu d'effets indésirables mais sont contre-indiquées chez la femme enceinte durant le premier trimestre de grossesse.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2475459>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2475459>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)