

LA RHINOPHARYNGITE

NOTIONS CLÉS



Inflammation des fosses nasales et de la **gorge** pouvant toucher tout le monde et à tout âge. Les enfants, entre 6 mois et 7 ans, peuvent faire 5 à 8 épisodes par an. L'enfant développe ainsi son système immunitaire. Au-delà de cet âge, l'incidence diminue mais cela reste fréquent.

Elle est d'origine **virale** ! Plus de 200 virus sont susceptibles de provoquer cette maladie, ce qui en fait la maladie infectieuse la plus fréquente de l'enfant.

La transmission s'effectue par les gouttelettes de salive et les mains.

Les facteurs favorisants sont la vie en collectivité, le froid (moins de renouvellement d'air dans les habitations et muqueuse nasale plus fragile), le tabagisme (même passif), la pollution et la sécheresse de l'air ambiant.

CLINIQUE



Le tableau clinique associe de façon variable les symptômes suivants :

- Nez qui coule et/ou bouché
- Eternuements
- Fièvre
- Toux

SOURCES :
E.Pilly 2020, 27e édition
www.ameli.fr

www.sante.fr/

ÉVOLUTION



La rhinopharyngite est une pathologie bénigne.

Durées des symptômes :

- Fièvre : 2-3 jours, rarement plus de 4 jours
- Nez qui coule et/ou obstruction nasale : 7-10 j
- **Toux** : jusqu'à 6 semaines

Le changement d'aspect des sécrétions nasales fait partie de l'évolution normale et n'est **pas le signe d'une complication bactérienne**. La

rhinopharyngite peut éventuellement évoluer en :

- Otite moyenne aiguë (surtout chez l'enfant)
- Bronchite
- Sinusite aiguë (surtout chez l'adulte)

TRAITEMENT



Le traitement est principalement **symptomatique** :

- **Lavage du nez** avec du sérum physiologique ou une solution d'eau de mer qui contient des oligo-éléments, surtout avant les repas et au moment du coucher.
- **Humidification de l'air** et bonne hydratation.
- Utiliser un **antipyrétique** pour lutter contre la fièvre si mauvaise tolérance, en privilégiant le **paracétamol**. Les anti-inflammatoires n'ont pas leur place dans le traitement de cette pathologie. On peut également découvrir l'enfant pour lutter contre la fièvre.

Le traitement **antibiotique n'est pas justifié**. En effet, l'origine étant virale, les antibiotiques n'auront aucune action sur l'infection. Ils ne diminueront pas la durée des symptômes ni le risque de complications.

CONSEILS



- Se laver souvent les mains, à l'eau et au savon ou utiliser une solution hydroalcoolique
- Se couvrir la bouche lorsque l'on éternue ou tousse
- Préférer les mouchoirs à usage unique, à jeter après utilisation
- Eviter de se frotter les yeux, surtout si l'on ne s'est pas lavé les mains (les virus peuvent aussi passer par cette voie)
- Eviter d'embrasser un enfant quand on est enrhumé, surtout les plus jeunes
- Boire de l'eau en quantité suffisante et à température ambiante pour soulager le mal de gorge
- Arrêter le tabac
- Ne pas surchauffer le domicile : 20°C maximum et 17°C dans les chambres
- Aérer régulièrement



Copyright MedQual©
27/06/2023

CRAB MEDICAL