

FICHE CONSEILS

# LES PATHOLOGIES HIVERNALES À L'OFFICINE

Tous les jours, le pharmacien d'officine est confronté à des patients qui se présentent avec les symptômes d'une pathologie ORL, plus fréquemment en hiver. Son objectif : savoir identifier les patients qui doivent être orientés chez le médecin.



01



## Reconnaître les principales pathologies

Il convient de savoir reconnaître et réagir face aux pathologies ORL suivantes, les plus fréquentes en hiver.

- Rhinite (allergique ou non) : elle se caractérise par un ou plusieurs symptômes dont l'obstruction nasale, le prurit nasal, les éternuements, la rhinorrhée, les douleurs, ou les troubles de l'odorat.
- Otite : il s'agit d'une des infections les plus fréquentes chez l'enfant. Elle se manifeste par la présence d'une douleur intense, parfois accompagnée d'une baisse brutale de l'audition. Les autres signes cliniques varient avec l'âge, mais une fièvre (autour de 38,5 °C) et des troubles digestifs sont souvent présents.
- Maux de gorge : au premier rang desquels les angines, très souvent d'origine virale.
- Toux (grasse ou sèche).

02



## Proposer des traitements

- Rhinite : les traitements locaux permettent de dégager le nez comme le sérum physiologique ou les solutés d'eau de mer.
- Otite : le traitement repose sur l'association d'antibiotiques sur prescription aux antipyrétiques et aux antalgiques.
- Maux de gorge et angines : antalgiques, anti-inflammatoires non stéroïdiens, comme alpha-amylase (Maxilase® à partir de 6 mois) ou le lysozyme (à partir de 6 ans).
- Les anti-inflammatoires non stéroïdiens sont à conseiller avec modération du fait de surrisque infectieux et du risque de syndrome de Reye.
- Toux : pour la toux sèche, choisir des antitussifs opiacés ou antihistaminiques. Pour la toux grasse, des traitements mucolytiques ou mucokinétiques.

Le paracétamol est le médicament le plus vendu en France, avec environ 500 millions de boîtes par an.

## 03

**Orienter vers le médecin**

Le pharmacien doit poser des questions pertinentes pour déterminer si le patient doit être orienté vers un médecin, ou si la prise en charge en officine suffit. Il convient de poser un certain nombre de questions pertinentes pour déterminer le cas du patient (à propos de son âge, la durée des symptômes, la fièvre, les signes respiratoires...).

- Chez les bébés, tout symptôme en hiver justifie rapidement une consultation chez un pédiatre. Chez l'enfant, on conseillera la consultation au bout de 24 à 48 h si des symptômes d'irritabilité et de fièvre, mais aussi la présence de signes comme la toux, l'obstruction nasale persistante, la conjonctivite purulente, les troubles digestifs, la gêne respiratoire persistent.
- Chez l'adulte, la consultation médicale est recommandée quand les symptômes durent depuis plus de 7 jours, surtout avec une fièvre élevée, une fatigue intense, des douleurs maxillaires ou auriculaires, des difficultés respiratoires, et/ou une toux importante. Bien différencier les toux productives ou grasses des toux sèches.

## 04

**Donner des conseils pratiques**

Au-delà des traitements, le pharmacien peut aussi proposer quelques conseils pratiques pour augmenter le bien-être du patient. Par exemple :

- Éviter le tabac et la fumée de cigarette, qui sont fortement irritants pour les bronches.
- Humidifier l'atmosphère : l'air humide diminuant l'irritation des bronches
- Boire beaucoup de boissons chaudes (thé, tisane avec du miel) pour faciliter l'hydratation des glaires.
- Limiter la consommation d'alcool, surtout durant un traitement avec un sirop contre la toux sèche
- Proscrire les changements brusques de température

## 05

**Se référer à des sources d'informations fiables**

- Site des professionnels de l'ORL : <https://www.orlfrance.org/>
- Pour en apprendre plus sur les différentes maladies et les traitements relatifs à l'ORL
- ORL Information : <https://orl-information.fr/patient/sinformer-sur-les-maladies/>
- Information grand public sur les maladies les plus courantes
- "Pathologies ORL : prise en charge et conseils à l'officine", de Benoît Darcel

# QUIZ

01

Les angines virales représentent :

- A. 50 % à 70 % des cas observés.
- B. 60 % à 80 % des cas observés.
- C. 70 % à 90 % des cas observés.

02

Le rhume dure le plus souvent :

- A. De 5 à 7 jours
- B. De 7 à 10 jours.
- C. Plus de 10 jours

03

L'otite séreuse touche jusqu'à :

- A. 30 % des enfants de 5 ans
- B. 40 % des enfants de 5 ans
- C. 50 % des enfants de 5 ans

04

Combien dénombre-t-on d'otites en France chaque année ?

- A. 8 à 9 millions de cas/an
- B. 10 millions de cas/an
- C. 12 millions de cas/an

05

Les pathologies laryngées chez l'enfant constituent une urgence médicale :

- A. Vrai
- B. Faux

## RÉPONSES

01. Réponse B - 02. Réponse B - 03. Réponse C  
04. Réponse A - 05. Réponse A