

Sinusite aiguë (Adultes)

➤ Introduction

- La sinusite est une inflammation des sinus qui fait généralement suite à un rhume.
- L'origine est souvent virale mais une surinfection bactérienne est relativement fréquente.
- Les sinusites peuvent également être d'origine allergique, voire provoquées par d'autres germes.
- Une douleur au-dessus des orbites (sinusite frontale) ou en-dessous des orbites (sinusite maxillaire) aggravée par la pression (tête penchée en avant) dans un contexte de rhume avec sécrétions font partie des symptômes classiques d'une sinusite.
- L'évolution d'une sinusite aiguë virale est généralement spontanément favorable.
- En cas de symptômes modérés un traitement de premier recours peut être proposé par un pharmacien.
- En cas de symptômes plus marqués, lors de fièvre, lorsque l'évolution n'est pas rapidement favorable ou en cas de doute, un médecin doit être consulté.
- En cas de surinfection bactérienne, un antibiotique est généralement prescrit.

➤ Traitement

Le traitement d'une sinusite aiguë dont l'origine virale est suspectée associe :

1. **Sinupret Forte** comprimés d'origine naturelle qui participe à la réduction de l'inflammation des sinus et des voies respiratoires.
2. **Sérum physiologique** sous forme de spray ou **sel d'Emser** pour rincer les fosses nasales et déboucher les sinus.

3. **Solmucol** (n-acetylcystéine) lors de sécrétions épaisses pour fluidifier celles-ci.
4. Si nécessaire, un anti-inflammatoire à base d'**ibuprofène** (Alges-X, Algifor, etc.) peut être recommandé en cas de douleurs, en tenant compte des limitations des anti-inflammatoires.
5. (sur avis médical) : corticostéroïde en application nasale (spray).

➤ Médecines alternatives

Parmi les options en médecine alternative, nous pouvons citer :

▪ Aromathérapie



ODORAN GOUTTES INHALATION

Huile essentielle de pin, de niaouli, d'eucalyptus, camphre, thymol et menthol.

Gouttes pour inhalation à base d'huiles essentielles. Effet décongestionnant, fluidifiant et antiseptique. Ne convient pas aux enfants < 6 ans ou en cas d'épilepsie



SPRAY RHINITE-SINUSITE

HE ravinstara, inule, menthe verte, eucalyptus radiata. HA myrte, thym, eucalyptus glob.

HE mucolytiques, décongestionnantes et anti-infectieuses (pour adultes).

▪ Homéopathie

Diverses souches homéopathiques peuvent être recommandées lors de sinusites. On peut citer notamment **Hydrastis canadiensis 9CH** en cas de sinusite avec sécrétions épaisses. **Kalium bichromicum 9CH** est également souvent proposé en association.

La spécialité **Euphorbium goutte/spray** est un complexe homéopathique du laboratoire Heel qui peut être conseillé en cas de sinusite aiguë ou chronique.