



# La Rhinosinusite Chronique

Et la Polypose Naso-Sinusienne

**UN GUIDE POUR LES PATIENTS**

Développé par les équipes d'experts EUFOREA



## CONTENU

Qu'est-ce que la rhinosinusite chronique ?.....	4
Symptômes courants.....	4
Types de rhinosinusite chronique.....	5
Causes.....	5
Que sont les polypes nasaux ?.....	5
Tests et diagnostic.....	6
Traitements.....	8
Préparation de votre visite chez le médecin.....	12

### **Avis de non-responsabilité : CETTE DOCUMENTATION NE FOURNIT PAS DE CONSEILS MÉDICAUX**

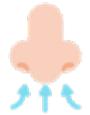
Les informations, en ce compris, mais sans s'y limiter, le texte, les graphiques, les images et tout autre matériel contenu dans ce guide sont fournies à titre informatif uniquement et ne remplacent pas un avis médical professionnel, un diagnostic ou un traitement et/ou un traitement médical par un médecin qualifié ou un fournisseur de soins de santé. EUFOREA n'est pas une organisation médicale et ne peut pas fournir de conseils médicaux spécifiques aux patients par Internet et/ou par e-mail. Tous les patients sont encouragés à poser leurs questions spécifiques à leur médecin traitant. EUFOREA présente ces informations aux patients afin qu'ils puissent comprendre et participer à leurs propres soins médicaux. EUFOREA insiste fortement sur le fait que les informations contenues dans cette ressource ne remplacent pas une évaluation et un traitement approfondis par un prestataire de soins de santé qualifié.



## Qu'est-ce que la rhinosinusite chronique (RSC) ?

La rhinosinusite chronique est une inflammation de la muqueuse interne du nez et des sinus paranasaux persistant depuis plus de 12 semaines et donnant lieu à 2 symptômes nasaux et sinusiens ou plus, lesquels peuvent avoir un impact significatif sur votre capacité à effectuer vos activités quotidiennes.

### Symptômes courants



**Nez bouché, obstrué**  
(congestion) qui peut rendre la respiration par le nez difficile



**Perte partielle ou totale de l'odorat**  
(hyposmie ou anosmie)



**Nez qui coule**  
(mucus épais)



**Mucus** qui s'écoule dans l'arrière-gorge (écoulement nasal postérieur)



**Douleur faciale / maux de tête**

#### Certains patients peuvent également ressentir :

des douleurs aux oreilles ou aux dents  
une mauvaise haleine  
des maux de gorge  
une irritabilité  
une dépression  
un manque d'énergie

## Il existe 2 types de rhinosinusite chronique

### 1. Rhinosinusite chronique sans polypes nasaux (RSCsPN)

Cette variante n'implique pas la croissance de polypes dans les voies nasales.

### 2. Rhinosinusite chronique avec polypes nasaux (RSCaPN ou polypose naso-sinusienne):

Dans cette variante, des polypes nasaux peuvent se développer dans les voies nasales.

### Causes

Bien qu'elle ne soit pas entièrement comprise, la rhinosinusite chronique est généralement causée par une combinaison de différents facteurs. Elle se produit en raison d'une interaction défectueuse entre les caractéristiques individuelles du patient (y compris les gènes) et les facteurs environnementaux.

#### Les causes ou déclencheurs possibles comprennent :

- Les infections respiratoires
- Les troubles du système immunitaire
- Les réactions allergiques
- L'inhalation de petites particules comme la fumée de cigarette ou les polluants
- La génétique

### Que sont les polypes nasaux ?

Les polypes nasaux sont **des excroissances molles, indolores et non cancéreuses** qui se développent dans les sinus des patients atteints de rhinosinusite chronique et éventuellement dans le nez en raison d'une inflammation de la muqueuse.



On ne sait toujours pas pourquoi certains patients développent des polypes nasaux et d'autres non.



## Comment la rhinosinusite chronique est-elle diagnostiquée ?

Votre prestataire de soins de santé peut poser un diagnostic de rhinosinusite chronique en fonction de la présence des principaux symptômes, d'une discussion sur vos antécédents médicaux et des résultats des tests diagnostiques, notamment :

### ● ANTÉCÉDENTS MÉDICAUX

Lors de votre premier rendez-vous avec votre prestataire de soins de santé, il vous posera des questions sur vos symptômes, y compris depuis combien de temps vous les ressentez et leur degré de gravité. Votre médecin vous posera également des questions sur les traitements antérieurs que vous avez peut-être essayés et sur vos problèmes de santé.

### ● RHINOSCOPIE ANTÉRIEURE

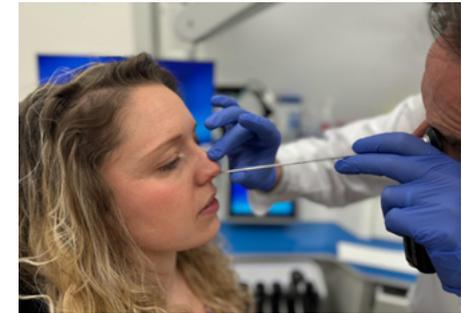
Lors d'une rhinoscopie antérieure, votre médecin utilisera un outil appelé spéculum nasal pour ouvrir doucement l'entrée du nez afin de visualiser la cavité nasale et de vérifier toute anomalie telle qu'un gonflement, une inflammation, des polypes nasaux ou des signes d'infection.

**Cette procédure ne prend que quelques minutes et ne nécessite pas d'anesthésie.** Bien que cette procédure soit généralement bien tolérée, il est important de communiquer tout inconfort au prestataire de soins de santé qui effectue la procédure afin qu'il puisse faire des ajustements pour assurer votre confort.



### ● ENDOSCOPIE NASALE

Lors d'une endoscopie nasale, un spécialiste insérera un tube mince avec une caméra (appelée endoscope) dans votre nez. Cela permet à votre prestataire de soins de santé d'examiner de près les structures à l'intérieur de votre nez et de déterminer si du mucus, de l'inflammation ou des excroissances telles que des polypes nasaux sont présents.



Avant la procédure, un décongestionnant nasal topique ou un anesthésiant local peut être appliqué pour ouvrir les voies nasales, mais cela n'est généralement pas nécessaire. Cette procédure ne dure que quelques minutes.

### ● SCANNER

La tomodensitométrie fournit des images détaillées des voies nasales et des sinus. Cela permet aux prestataires de soins de santé d'examiner les structures du nez et des sinus et de déterminer s'il y a une inflammation, des polypes nasaux ou d'autres excroissances.



### ● AUTRES TESTS

**Skin Prick Test :** pour tester les allergies

**Test d'odorat :** pour connaître votre degré de perte d'odorat

**Test sanguin :** pour connaître votre degré d'inflammation dans le sang

**Test de la fonction respiratoire :** en cas de suspicion d'asthme



# TRAITEMENT PAR UN MÉDECIN GÉNÉRALISTE ET/OU UN SPÉCIALISTE OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTE

## RINÇASE SALIN

Les **rinçages nasaux salins** peuvent aider à **rincer le mucus, les allergènes et les irritants** des voies nasales.

Cela peut soulager la congestion et favoriser la guérison des tissus nasaux enflés/enflammés. Les rinçages nasaux peuvent être utilisés seuls **ou avec d'autres traitements. Les rinçages nasaux peuvent être préparés à la maison avec de l'eau du robinet et du sel (9 grammes de sel/litre).**



**Pour :**

- Abordable
- Facile à préparer à la maison
- Peut être appliqué à l'aide d'un flacon ou d'une seringue
- Peu d'effets secondaires
- Améliore l'efficacité des corticostéroïdes nasaux et/ou des antihistaminiques



**Contre :**

- Peut être inconfortable au début

## QUE POUVEZ-VOUS FAIRE À LA MAISON ?

- Évitez les allergènes, les virus et les irritants (y compris la fumée de cigarette) lorsque cela est possible (portez un masque)
- Rincez-vous le nez tous les jours
- Utilisez vos médicaments tels que prescrits
- N'utilisez pas de gouttes nasales/spray nasal avec des décongestionnants

## CORTICOSTÉROÏDES

Les corticostéroïdes sont des médicaments qui réduisent l'inflammation dans le corps.

### CORTICOSTÉROÏDES NASaux (Spray nasal ou gouttes)



**Pour :**

- Bon contrôle des symptômes
- Peu d'effets secondaires
- Peuvent être utilisés à long terme



**Contre :**

- Irritation
- Peuvent provoquer une sécheresse nasale/des saignements de nez

### CORTICOSTÉROÏDES ORaux (Comprimé pris par voie orale)



**Pour :**

- Effet rapide et majeur sur les symptômes et la gravité de la RSC
- Efficace sur la RSC et les comorbidités
- Abordable



**Contre :**

- Traitement à court terme et bénéfices de courte durée
- Effets indésirables en cas d'utilisation à long terme/répétée et/ou contre-indications dans certains troubles médicaux

**Scannez le code QR ci-dessous ou cliquez sur l'icône jaune ci-dessous pour en savoir plus sur la façon d'utiliser correctement vos traitements !**





## TRAITEMENT PAR UN OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTE OU UN SPÉCIALISTE NEZ/SINUS

### CHIRURGIE DES SINUS



#### Pour :

- Bons résultats
- Bénéfices sur les voies aériennes supérieures et inférieures
- Meilleure administration de la thérapie intra-nasale post-opératoire



#### Contre :

- Chirurgie délicate sous anesthésie générale (ou locale)
- Les polypes peuvent réapparaître
- Des soins médicaux de longue durée et un suivi postopératoire sont nécessaires chez la plupart des patients

### PRODUITS BIOLOGIQUES

(Uniquement pour les patients atteints du syndrome des polypes nasaux/ CRSwNP)



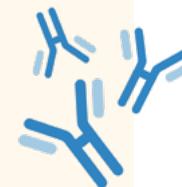
#### Pour :

- Bénéfices sur les voies aériennes supérieures et inférieures
- Considérés comme une option de traitement sûre avec un nombre limité d'effets indésirables
- Traitement à long terme avec de bons résultats
- Différentes options disponibles



#### Contre :

- Coût élevé
- Non disponibles dans tous les pays



### ANTIBIOTIQUES



#### Pour :

- Effets anti-inflammatoires



#### Contre :

- Créent une résistance aux antimicrobiens
- Peuvent avoir des effets secondaires



### RINÇAGE AU XYLITOL

(Uniquement pour les RSC sans polypes nasaux)



#### Pour :

- Efficace pour réduire les croûtes jaunes
- Bon marché



#### Contre :

- Pas toujours facile à obtenir
- Goût sucré



## PRÉPARATION DE VOTRE RENDEZ-VOUS CHEZ LE MÉDECIN

Lorsque vous présentez des symptômes de rhinosinusite chronique, **il est important de prendre rendez-vous avec votre prestataire de soins de santé** pour recevoir un diagnostic correct, un plan de traitement et/ou être référé à un spécialiste pour une évaluation plus approfondie.

**Voici plusieurs conseils pour vous aider à préparer votre rendez-vous** afin que vous puissiez :

- Jouer un rôle actif dans vos soins de santé
- Améliorer la communication
- Maximiser le temps passé avec votre médecin
- Éviter d'oublier des informations
- Communiquer et clarifier vos préoccupations concernant votre santé ;
- Minimiser le stress
- En apprendre davantage sur la façon de mieux gérer votre maladie

### AVANT votre rendez-vous

✓ **Rassemblez vos antécédents médicaux :**

- **Rassemblez des informations** sur vos antécédents médicaux, en particulier tout diagnostic, traitement et/ou intervention chirurgicale antérieur.
- **Énumérez tous les médicaments** que vous prenez actuellement, y compris les médicaments en vente libre et les suppléments.

✓ **Documentez vos symptômes :**

- **Faites une liste** de vos symptômes, y compris depuis combien de temps vous les ressentez et quelle est leur gravité. **Énumérez également** vos symptômes pulmonaires et d'allergie (toux, respiration sifflante, essoufflement)



✓ **Préparez une liste de questions ou de préoccupations.**  
(Pour en savoir plus, cliquez sur l'icône jaune ou scannez le QR Code !)

### LE JOUR DE VOTRE rendez-vous

✓ **Arrivez tôt :**

- Arrivez au rendez-vous un peu plus tôt pour remplir tous les documents nécessaires et prévoyez suffisamment de temps pour la consultation.

✓ **Apportez les documents pertinents :**

- Si vous avez déjà subi des tests de diagnostic, des résultats d'imagerie ou des rapports, veuillez apporter des copies de ces documents au rendez-vous.

### PENDANT votre rendez-vous

✓ **Posez des questions**

✓ **Demandez à enregistrer votre consultation sur votre téléphone portable**

✓ **Soyez honnête au sujet de l'utilisation des médicaments**

✓ **Discutez des facteurs liés au mode de vie qui ont un impact sur votre santé.** Cela comprend : régime alimentaire, tabagisme/vapotage, consommation d'alcool et consommation de drogues à des fins récréatives

### APRÈS votre rendez-vous

✓ **Achetez les médicaments prescrits**

✓ **Suivez le plan de traitement recommandé par votre médecin**

✓ **Planifier des rendez-vous de suivi**

## Vision

EUFOREA est une organisation internationale à but non lucratif qui forge une alliance entre toutes les parties prenantes engagées dans la réduction de la prévalence et du poids des maladies respiratoires chroniques grâce à la mise en œuvre de soins optimaux aux patients par l'éducation, la recherche et la promotion.

## Mission

En se basant sur ses compétences de base médicales et scientifiques, EUFOREA offre une plate-forme pour introduire l'innovation et l'éducation dans les soins de santé pour prodiguer les meilleurs soins aux patients.

EUFOREA décline toute responsabilité pour les soins de santé inappropriés qui seraient associés à l'utilisation de ce document, y compris toute utilisation ne respectant pas les réglementations ou directives locales ou nationales applicables.



[www.euforea.eu](http://www.euforea.eu)