

Sinusite aiguë



Une sinusite aiguë guérit le plus souvent spontanément. Un antibiotique n'est utile que dans certains cas.

- Les sinus sont de petites cavités osseuses remplies d'air qui communiquent avec le nez. Une sinusite est une inflammation des sinus. Elle est le plus souvent due à un virus, parfois à une bactérie. Des médicaments du rhume tels que les vasoconstricteurs en pulvérisation nasale causent parfois des sinusites.
- Une sinusite se manifeste comme un rhume ou une rhinite (écoulement nasal, difficultés à respirer par le nez) avec parfois de la fièvre, de la toux, des maux de tête accentués quand on se penche en avant.
- En général, une sinusite guérit au bout de 1 à 2 semaines sans utiliser d'antibiotique. Les complications sont rares. Une consultation médicale est nécessaire en cas de fièvre très élevée, de douleurs intenses du visage ou de la tête non soulagées par les médicaments antidouleurs.
- Pour ne pas contaminer l'entourage, il convient de couvrir la bouche ou le nez en cas de toux ou d'éternuements, de jeter les mouchoirs et de se laver souvent les mains.

D'abord des mesures simples et du paracétamol

- Pour diminuer la gêne, il semble utile de boire souvent, de faire des lavages de nez au sérum physiologique et d'éviter la fumée de tabac.
- En cas de fièvre ou de douleur, le *paracétamol* est le médicament de premier choix. Les effets indésirables du *paracétamol* sont rares quand la dose recommandée n'est pas dépassée. En cas de prise de plusieurs médicaments, vérifier leur composition pour éviter une surdose, car de nombreux médicaments portant des noms différents contiennent du *paracétamol*.
- Quand le *paracétamol* est insuffisant, l'*ibuprofène*, un anti-inflammatoire, est à envisager. Aux doses usuelles, les effets indésirables de l'*ibuprofène* sont surtout des troubles digestifs. Les anti-inflammatoires ne doivent pas être utilisés chez la femme enceinte.

Un antibiotique dans certains cas

- Dans les sinusites sans signe de gravité ou chez les personnes en bonne santé par ailleurs, les antibiotiques ont peu d'effet sur la durée et l'intensité des symptômes. Quand la fièvre ou les douleurs sont intenses et persistantes ou chez les personnes à risque élevé d'infection, un antibiotique est nécessaire.

- L'*amoxicilline* par voie orale est l'antibiotique de premier choix. La *spiramycine* est une alternative en cas d'allergie à l'*amoxicilline*.

Des médicaments à écarter

- Divers médicaments sont peu efficaces pour soulager une sinusite. Certains peuvent causer des effets indésirables graves même ceux disponibles sans ordonnance.
- Les vasoconstricteurs par voie orale ou nasale n'ont qu'un effet transitoire. Leurs risques, même rares, sont disproportionnés : infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral.
- Les antihistaminiques dits sédatifs sont peu efficaces. Ils provoquent de la somnolence et parfois une difficulté à uriner et des convulsions.
- Les dérivés de la *cortisone* par voie orale ou nasale sont peu efficaces et le risque d'effets indésirables augmente avec la dose et la durée du traitement.

©Prescrire - février 2016

.....
Sources :

- "Sinusite aiguë infectieuse" Premiers Choix Prescrire, actualisation décembre 2015 : 5 pages.