

Angine : quand on a mal à la gorge

Avoir « **mal à la gorge** », ce n'est pas une maladie mais un symptôme. Ce signe d'appel, généralement associé à d'autres (fièvre, nez qui coule,...), montre que l'organisme se défend contre une agression. L'inflammation des muqueuses qui en résulte provoque principalement une sensation de douleur plus ou moins sévère...



[Lire le résumé.](#)

Qu'on l'appelle **pharyngite**, **amygdalite** ou **angine**, le mal de gorge est un symptôme fréquent, qui touche les enfants, les adolescents et les adultes.

Le plus souvent sans aucune gravité, il guérit spontanément.

Parfois cependant, le virus ou la bactérie qui déclenche le mal de gorge peut aussi se propager à d'autres régions des voies respiratoires supérieures et provoquer une otite, une sinusite, une bronchite, etc.

Pour cette raison, le mal de gorge doit être pris au sérieux; il peut éventuellement nécessiter une consultation médicale.

Bon à savoir : en automne et en hiver, un air froid et sec favorise les maux de gorge.

Feu vert : un lavage des mains fréquent permet de se débarrasser de bien des microbes susceptibles d'entraîner des maux de gorge.

Mal a la gorge: de multiples causes

Dans une grande majorité des cas, les maux de gorge sont provoqués par l'un des nombreux **virus** à l'origine des rhumes et autres refroidissements ou parfois par le virus de la grippe ou de la mononucléose.

Plus rarement, les maux de gorge sont dus à des **bactéries**. Le plus souvent, il s'agit alors d'un streptocoque de type A, une bactérie susceptible de provoquer des complications. La plus redoutée, mais devenue assez rare, est le rhumatisme articulaire aigu, capable d'endommager les valves du cœur ou les reins.

Les infections bactériennes de la gorge peuvent également donner des sinusites, des otites, des abcès dans la gorge.

Vous pouvez lire sur ce site notre article consacré à la « [scarlatine](#) », cette infection due à un streptocoque.

Une irritation de la gorge peut aussi être due à un **reflux gastro-oesophagien** ou une **allergie**, à un contact avec des polluants ou à des irritants chimiques comme le **tabac** (y compris lors d'une exposition passive à la fumée).

Vous pouvez lire sur ce site notre article consacré au « [reflux gastro-oesophagien](#) » .

Les signes associés à l'angine

Le mot « **angine** » vient du latin « angere », qui signifie « étrangler » mais aussi « angoisser ».

On l'emploie pour désigner des maux de gorge, mais aussi des douleurs angoissantes dans la poitrine (lire notre article sur l'[angine de poitrine](#)).

Avaler, parler et parfois même respirer peuvent devenir douloureux en présence d'une angine. La gorge est irritée ou donne l'impression d'être en feu ; elle peut être rouge ou comporter des points blancs ou un enduit blanchâtre.

La voix est parfois enrouée si l'inflammation s'étend jusqu'au larynx ([laryngite](#)). Parfois, les ganglions de la gorge gonflent. Dans certains cas, de la fièvre accompagne ces symptômes ou un rhume avec tous les signes habituels d'un refroidissement (toux, éternuements, écoulement nasal, etc.). Une mauvaise haleine est possible, tout comme une sensation de malaise ou de fatigue générale.

Bon à savoir : la prise de boissons chaudes et de miel peut apporter un soulagement. Vous pouvez lire sur ce site « [Toux: le miel efficace](#) » .

Les remèdes du mal de gorge

Le **mal de gorge disparaît le plus souvent spontanément** en une dizaine de jours au maximum. S'il provient d'un virus, le traitement consiste à ...prendre patience, à se reposer et à tenter de soulager les douleurs, par exemple avec du paracétamol.

Des remèdes « maison », comme des gargarismes à base d'eau bouillie salée (1/2 cuillère à thé dans une tasse), la prise de boissons chaudes et de miel peuvent apporter un soulagement. De même que sucer des bonbons, des pastilles (sans sucre) ou tout simplement des glaçons.

Il est surtout conseillé de boire beaucoup, d'aérer et d'humidifier les pièces.

Une consultation chez son **médecin généraliste** est conseillée en cas de **douleur forte**, de **fièvre qui persiste** plus de 2-3 jours, de malaise général important, de rechute après quelques jours ou si d'autres signes apparaissent.

Le médecin généraliste pratique parfois un test de dépistage du streptocoque réalisé sur un prélèvement de gorge. Si ce test confirme l'origine bactérienne du problème et la présence d'un streptocoque du groupe A, le médecin peut prescrire des antibiotiques afin d'éviter des complications. C'est la seule indication qui justifie de prescrire des antibiotiques en cas d'angine. Des sécrétions nasales ou pharyngées purulentes ne sont pas un signe de surinfection bactérienne et ne justifient pas des antibiotiques.

Feu orange : si un traitement d'antibiotiques est prescrit, il doit être poursuivi jusqu'au bout même lorsque les symptômes ont disparu.

Attention : si des maux de gorges (douleurs, enrouements...) persistent ou se manifestent à répétition, une consultation chez le médecin généraliste est recommandée.

Bon à savoir : l'ablation des amygdales, par chirurgie, est parfois réalisée en cas d'angines à répétition. L'utilité de cette intervention est controversée. Pour les personnes intéressées, nous proposons une lecture complémentaire d'un [article](#) publié dans la revue Equilibre.

◆ Il y a de nombreuses causes possibles à un mal de gorge. Lorsqu'il est accompagné de fièvre ou de toux ou d'un nez qui coule, son origine est généralement infectieuse. Il s'agit alors le plus souvent d'un virus et le mal de gorge disparaît après quelques jours.

◆ **Le mal de gorge lié à une infection est appelé par les médecins angine, pharyngite ou amygdalite.**

◆ Il est conseillé de voir son médecin généraliste en cas de douleur ou de fièvre forte, de fièvre qui persiste plus de 2-3 jours, de malaise général important, de rechute après quelques jours ou si d'autres signes apparaissent.

Mise à jour le 14/06/2021

Référence

- Amygdalite et pharyngite chez l'enfant. Article ID: ebm00610(029.030). www.ebmpracticenet.be. Site réservé aux médecins.