

Bronchite aiguë

Les bronches transportent l'air que nous respirons jusqu'aux alvéoles de nos poumons. Parfois, il arrive que ces bronches ne parviennent plus à chasser sans problème toutes les poussières contenues dans l'air; elles peuvent être envahies par des microbes (virus, bactéries).



Elles réagissent alors en produisant davantage de mucus : ces sécrétions emprisonnent les intrus à éliminer. Et afin de débarrasser l'organisme de ces glaires, une toux apparaît.

Quant à la fièvre, elle contribue à neutraliser virus et bactéries, qui n'aiment pas les chaleurs trop élevées. Pour ceux que le sujet intéresse, nous proposons la lecture complémentaire d'un article paru dans la revue [Equilibre](#)

La plupart du temps, cet épisode infectieux désagréable ne dure que quelques jours (moins de 2 à 3 semaines).

On parle alors de bronchite aiguë. Cette affection, très fréquente, survient principalement en hiver et en automne.

Feu vert: généralement, la bronchite aiguë guérit seule, spontanément, en moins de 15 jours.

Les signes parlants de la bronchite

Un malaise général, des frissons, de la fièvre, une sensation de faiblesse, des maux de tête et des courbatures, le nez qui se bouche, qui coule, la gorge qui fait mal, un enrrouement : tout débute souvent par des signaux faisant penser à la grippe, à un rhume ou à un refroidissement. Puis soudain, une toux, souvent sèche au départ, apparaît. Elle devient grasse et s'accompagne de glaires et de crachats.

Bon à savoir : les personnes souffrant d'autres maladies respiratoires, comme l'asthme ou la bronchite chronique (BPCO), présentent des symptômes de bronchite aiguë encore plus prononcés. La vaccination contre la grippe est recommandée à ces personnes.

Feu vert : pour réduire le risque d'un rhume et d'une grippe qui affaiblissent les organismes et ouvrent la porte aux bronchites aiguës, pensez à vous laver fréquemment les mains.

Des risques augmentés

Le **tabac**, et l'exposition passive à la fumée de cigarettes, est un **ennemi pour les bronches**. Il les fragilise et les rend plus vulnérables aux facteurs qui provoquent les bronchites.

L'exposition à des produits chimiques irritants ou à une forte pollution atmosphérique agit de même. Par ailleurs, les risques de bronchite aiguë augmentent chez les personnes dont le système de défense est affaibli par une ou plusieurs maladies ou par le grand âge.

Feu vert : la prévention des bronchites aiguës passe en premier lieu par le fait de s'abstenir de fumer.

Bronchite: des traitements selon les symptômes

Dans une immense majorité des cas, ce sont des **virus** qui sont responsables des **bronchites aiguës**. Or les antibiotiques ne sont pas actifs contre les virus.

Il n'y a donc pas de traitement qui permette de guérir plus vite d'une bronchite. Par contre, certains médicaments peuvent en soulager les symptômes :

- des antitussifs, si la toux est excessive et fatigante,
- des médicaments contre la fièvre, si celle-ci est trop élevée et gênante mais n'oubliez pas que la fièvre est aussi une alliée

- éventuellement, des fluidifiants ou des expectorants, pour liquéfier le mucus et aider à dégager les sécrétions.

Chez les personnes fragiles (nourrissons, enfants, personnes âgées ou asthmatiques ou atteintes de BPCO), le médecin sera attentif à prévenir l'apparition d'éventuelles complications, par exemple une insuffisance respiratoire.

Si le médecin suspecte une surinfection, il prescrira un traitement à base d'antibiotiques. Ce sera surtout le cas en présence d'une affection chronique (cœur, diabète, BPCO, troubles de l'immunité, alcoolisme, etc), ou encore chez les personnes âgées, chez lesquelles il importe d'éviter un risque de pneumonie.

Attention : l'**appel au médecin généraliste** s'impose lorsque la fièvre est importante et persistante, si un malaise général ou un essoufflement apparaît - surtout s'il est renforcé en position allongée - ou encore au cas où des douleurs à la poitrine surviennent. L'auscultation des poumons est primordiale. Une radiographie des poumons sera alors souvent proposée car une éventuelle pneumonie doit être identifiée pour être traitée rapidement.

Bon à savoir : la coloration jaune ou parfois verdâtre des expectorations n'est pas un signe d'une infection bactérienne.

Feu vert : boire beaucoup (eau, thé, tisane, décoction à base de thym, bouillons...) permet de fluidifier les expectorations. De manière générale, l'humidification et l'aération des pièces de la maison, y compris en hiver, limite la réceptivité des bronches aux virus.

Photo © Danel

Mise à jour 02/09/2021

Référence

Bronchite aiguë. Article ID: ebm00129(006.010). www.ebmpracticienet.be. Site réservé aux médecins.