

La toux,

La toux, un symptôme observé dans des pathologies diverses, a de nombreuses causes possibles.

Si certaines pathologies sous-jacentes sont bénignes et se résolvent spontanément, d'autres peuvent entraîner des complications... à connaître, pour mieux les éviter !

Chronologie des mouvements de la toux

La toux est caractérisée par 3 phases successives :

une phase d'inspiration profonde, avec la glotte ouverte, déclenchée sous l'effet d'un stimulus

une phase de compression, avec fermeture de la glotte et contraction des muscles expiratoires, qui induit une forte pression dans le thorax, la trachée et les bronches

une phase d'expiration : la glotte s'ouvre, suivie d'une brutale expulsion de l'air, qui entraîne l'élimination du mucus et des particules étrangères.

Quelles sont les causes de la toux ?

Les causes possibles

Les causes d'une toux aiguë peuvent être d'origine infectieuse, touchant différents sites de l'appareil respiratoire (pharyngite, bronchite aiguë, pneumonie...).

On trouve aussi des causes non infectieuses : présence de corps étrangers sur la muqueuse respiratoire, inhalation de produits irritants.

La toux chronique peut pour sa part être liée à des affections ORL (laryngite chronique), à des maladies chroniques des bronches ou des poumons, ou à des pathologies allergiques ou digestives (reflux gastro-œsophagien).

Les facteurs déclenchants

Après une rhinite ou en cas d'infection, la toux est essentiellement provoquée par l'écoulement des sécrétions nasales dans le pharynx, l'irritation de la muqueuse respiratoire (notamment liée à l'inflammation) ou la présence de mucus.

Certaines toux peuvent être déclenchées par une « fausse route », un fou rire, un effort physique, certaines circonstances climatiques (froid, humidité, vent), ou la position couchée (sieste, début de nuit).

Le cycle de la toux dans la bronchite aiguë

La distinction entre toux sèche et toux grasse n'est pas toujours nette, comme on le voit lors d'une bronchite aiguë.

La bronchite, une inflammation des bronches généralement causée par une infection virale, s'accompagne d'une toux sèche au départ. D'autres symptômes l'accompagnent souvent : une fièvre peu élevée et variable au cours de la journée, des courbatures, un malaise général, et une sensation de brûlure dans la poitrine au niveau du sternum.

Dans un deuxième temps, la toux sèche devient grasse et les autres signes disparaissent : la toux est alors accompagnée d'expectorations collantes de couleur claire, jaunâtre ou verdâtre, que l'on nomme glaires.

Avec le temps, les sécrétions diminuent.

La toux est plus importante en position couchée, à l'extérieur lorsque l'air est froid et sec, et si l'air est chargé de substances irritantes, comme de la poussière ou de la fumée de cigarette.

Les complications possibles de la toux

Les complications possibles d'une toux sont de différents ordres : la plupart du temps, elles se limitent à de la fatigue, de l'insomnie, ou une gêne occasionnée dans la vie de tous les jours (gêne de l'entourage). Il arrive qu'elle engendre un enrouement, une altération de la voix, voire une aphonie temporaire.

Cependant, la toux est parfois aussi à l'origine de douleurs, comme des douleurs thoraciques et des maux de tête.

Dans certains cas, une toux violente peut engendrer des troubles plus gênants, voire sérieux : transpiration, malaises et vertiges, incontinence ou troubles digestifs ; sans compter l'anxiété parfois liée à une toux persistante et non expliquée...

En cas de persistance ou d'aggravation des symptômes (difficultés à s'alimenter ou s'hydrater, fièvre, crachats ou vomissements de sang), consultez rapidement votre médecin.

<https://www.mon-partenaire-sante.com/thematiques/voies-respiratoires/articles/les-causes-et-les-complications-possibles-de-la-toux>