

## APPENDICE 8 - EXPLICATION DU TRAITEMENT DE LA TOUX CHRONIQUE

Ce document est spécialement conçu pour les patients qui souffrent de toux chronique et de raclement de gorge ou dérhumage. Il peut être utile de comprendre la nature de la toux lorsque vous essayez de contrôler la toux.

Le diagramme suivant (figure 1) montre une image du larynx qui est parfois appelé «boîte vocale». Les plis vocaux (figure 2), qui font partie du larynx, s'ouvrent lorsque vous respirez afin que l'air puisse entrer et sortir librement des poumons. Les plis vocaux se ferment lorsque vous parlez. L'air passe à travers les plis vocaux, ce qui les fait vibrer et produire la voix. Lorsque vous tousssez ou vous raclez la gorge, les plis vocaux claquent ensemble. La toux ou les raclements de gorge fréquents peuvent être très dommageables pour les plis vocaux. Lorsque vous avalez, vos plis vocaux se ferment également mais ils le font avec un mouvement doux. Ils se ferment pour empêcher la nourriture, le liquide ou la salive de pénétrer dans vos voies respiratoires.

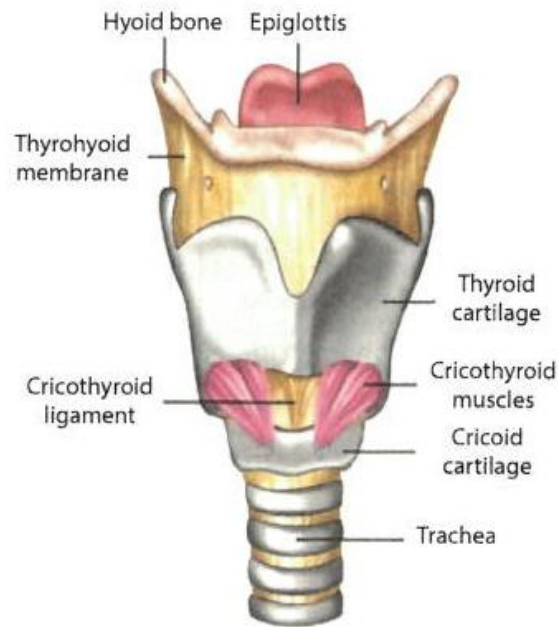


Figure 1: The larynx.

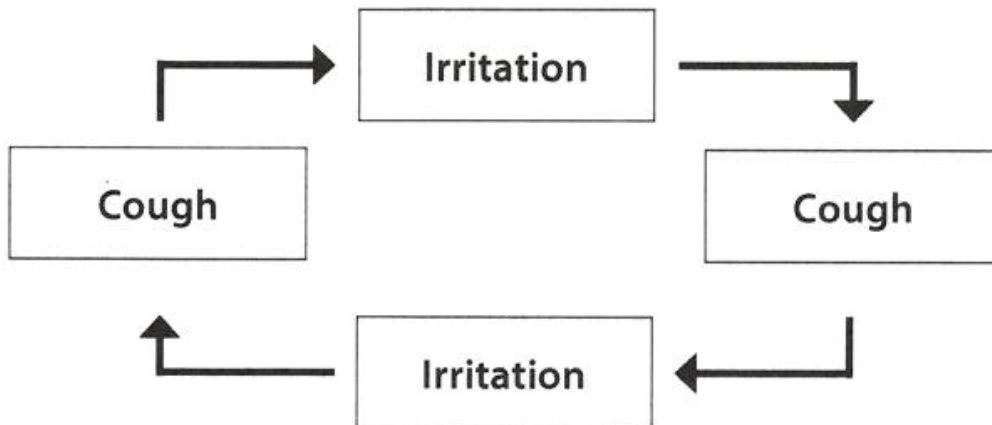
### SIX FAITS SUR LA TOUX

1. Une toux peut être déclenchée par une irritation du larynx, de la gorge ou des voies respiratoires menant aux poumons. Un grand nombre de personnes toussent également délibérément en réponse à une irritation de la gorge. La toux peut devenir un cercle vicieux où l'irritation entraîne la toux, la toux provoque plus d'irritation et l'irritation conduit à plus de toux.



Figure 2. Les plis vocaux en position ouverte.

## APPENDICE 8 - EXPLICATION DU TRAITEMENT DE LA TOUX CHRONIQUE



2. Une toux protège le corps en nettoyant les poumons et les conduits, des éléments qui irritent le corps ainsi que des sécrétions telles que les mucosités. Par conséquent, dans certains cas, une toux peut être bénéfique. Cela est particulièrement vrai lorsque vous avez avalé des aliments dans le mauvais « trou » ou lorsque vous avez une infection pulmonaire.
3. Votre toux n'est pas toujours nécessaire. Dans le cas d'une toux chronique, la toux survient souvent en réponse à une irritation plutôt que parce que quelque chose doit être éliminé de vos poumons ou de votre poitrine. En d'autres termes, la toux ne présente aucun avantage. En effet, il y a beaucoup d'effets secondaires négatifs à la toux, comme l'augmentation de l'irritation de la gorge et l'incontinence urinaire.

« Le sentiment est réel mais le besoin de tousser ne l'est pas. »

Dre Florence Blager, 2003

4.

Tousser est à la fois automatique et sous contrôle volontaire. La toux, comme tout ce que nous faisons, est contrôlée par le cerveau. Le cerveau est composé de nombreuses sections différentes (figure 3). La section inférieure, entourée de gris, contrôle toutes les fonctions automatiques de notre corps telles que la respiration et le maintien de la température corporelle. Cette partie du cerveau est appelée la *Medulla* et joue un rôle important dans la toux. La partie supérieure de notre cerveau, qui est entourée de blanc, est responsable des actions volontaires, par exemple marcher, parler, conduire une voiture, jouer au golf, penser, etc. Cette section est appelée le *Cortex cérébral*. La recherche a montré que le Cortex cérébral est activé pendant la toux. Ainsi, bien que la toux se produise souvent automatiquement, il existe toujours un élément de contrôle volontaire. C'est pourquoi nous pouvons parfois supprimer une toux et que nous pouvons aussi tousser délibérément. Dans le traitement orthophonique, nous visons à renforcer votre contrôle volontaire de la toux.

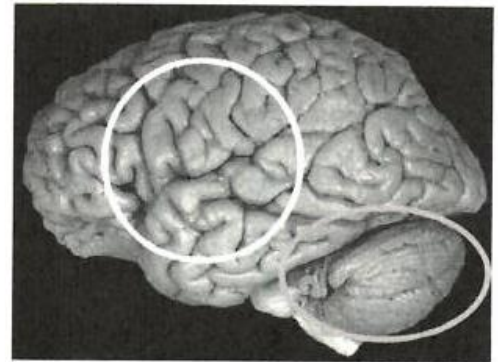


Figure 3. Contrôle de la toux

## APPENDICE 8 - EXPLICATION DU TRAITEMENT DE LA TOUX CHRONIQUE

- Les causes de toux les plus courantes sont l'asthme, le reflux gastro-œsophagien, l'écoulement nasal postérieur, la bronchite à éosinophiles, le tabagisme, les pathologies pulmonaires et le dysfonctionnement des plis vocaux. Chez environ 10% des patients, aucune cause ne peut être identifiée. L'intervention en orthophonie est conçue pour les patients qui (1) n'ont pas de cause connue pour leur toux, (2) ont un dysfonctionnement des plis vocaux et (3) ont une toux persistante malgré le traitement de l'asthme, de la rhinite et du reflux gastro-œsophagien.
- Le traitement médical est efficace pour la plupart des personnes souffrant de toux chronique (figure 4). En fait, 80% des patients atteints de toux chronique sont aidés par un traitement médical. Cependant, 20% des personnes souffrant de toux chronique ne répondent pas à un traitement médical. En d'autres termes, pour 100 personnes souffrant de toux chronique, 80 s'améliorent et 20 ne s'améliorent pas après un traitement médical. Le traitement en orthophonie est conçu pour ces personnes.

### LE TRAITEMENT EN ORTHOPHONIE PEUT AIDER VOTRE TOUX DE DEUX MANIÈRES :

- Augmenter le contrôle volontaire de la toux.** Le traitement en orthophonie augmente votre capacité à contrôler volontairement votre toux. Bien que l'irritation puisse réapparaître dans la gorge, il vous sera éventuellement possible d'apprendre à contrôler votre toux. Il est également possible de contrôler ou de supprimer la toux lorsque vous sentez que quelque chose doit être craché.
- Réduire l'irritation qui déclenche la toux.** Le traitement en orthophonie réduit également le degré d'irritation de la gorge et des voies respiratoires. Une toux est déclenchée une fois que l'irritation atteint un certain niveau. L'augmentation de l'irritation peut déclencher une toux, tandis que la réduction de l'irritation réduit la toux. Donc, si l'irritation peut être ralentie, alors une toux est moins susceptible d'être déclenchée. Le traitement en orthophonie s'est avéré bénéfique pour les personnes souffrant de toux chronique. Une vaste étude a examiné 87 patients souffrant de toux chronique qui persistait malgré un traitement médical intensif. Ces patients ont été sélectionnés au hasard pour recevoir un traitement orthophonique et un traitement placebo. Parmi ceux qui ont reçu le traitement en orthophonie, 88% se sont améliorés, tandis que 14% d'entre eux qui ont reçu le traitement placebo se sont améliorés (voir figure 5).

Medical treatment for cough

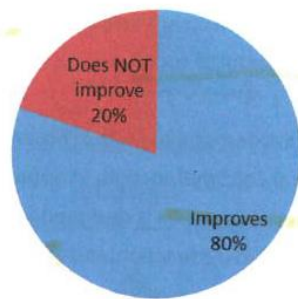


Figure 4: Outcomes of medical treatment for cough.

Outcomes of treatment

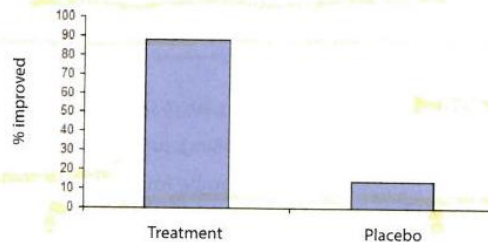


Figure 5: Outcomes of speech pathology treatment for chronic cough.