

Agaçant et pas toujours la conséquence d'une maladie organique

Toux fonctionnelle chronique

La toux fonctionnelle ou habituelle se caractérise par des quintes de toux aboyantes répétitives et fortes sur une longue période de temps. Cette forme de toux interfère avec les activités quotidiennes normales et limite la qualité de vie. Pour poser le diagnostic de toux fonctionnelle, il est essentiel que la toux s'arrête complètement pendant le sommeil. Cette forme de toux survient généralement à l'âge de 4 ans et peut durer jusqu'à la fin de l'adolescence, 85% des cas sont âgés de 8 à 14 ans. Une toux similaire à l'âge adulte est rare. Le traitement pharmacologique reste sans effet.

Les caractéristiques diagnostiques sont: toux forte et répétitive, absence de toux pendant le sommeil, présente surtout chez les enfants et les adolescents, affectant les filles et les garçons, durée de plusieurs semaines à plusieurs mois, réfractaire à toute pharmacothérapie, visites fréquentes au cabinet et aux urgences, signes cliniques normaux après l'examen, maladie respiratoire initiale, par exemple de nature virale, souvent interprétée à tort comme de l'asthme, absentéisme fréquent à l'école en raison de la toux. Sur le plan thérapeutique, la thérapie par suggestion chez le généraliste combinée avec des exercices de 15 minutes à domicile amène, chez 95% des patients, à la disparition complète de la toux. Les éléments individuels sont: – Aborder le patient avec la confiance que la toux va disparaître. – Expliquer que la toux est un cercle vicieux suite à une irritation initiale qui a maintenant disparu, de sorte que la toux elle-même déclenche la toux. – Instruire le patient sur comment supprimer le besoin de tousser dès le début pendant une courte période, d'abord pendant une minute, et de boire de l'eau tiède pour apaiser l'irritation. – Informer et convaincre le patient que pour chaque seconde où la toux est retardée, il sera plus facile de ne pas tousser à l'avenir. – Après les premiers succès il s'agit de soutenir le patient en exprimant

de la confiance approuvée d'un signe de tête, ce qui l'encourage dans sa capacité de résister à l'envie de tousser: « Il est plus facile de retenir la toux, n'est-ce pas? » – Si le patient réussit à supprimer la toux environ 10 minutes, posez la question rhétorique: « Vous commencez à sentir que vous pouvez résister au stimulus de la toux, n'est-ce pas? ». – Si le patient est capable de ne pas tousser pendant 5 minutes, demandez-lui plusieurs fois s'il sent qu'il peut maintenant résister à l'irritation de la toux. S'il l'affirme à plusieurs reprises, la session peut être terminée avec la certitude que le patient pourra répéter les mêmes exercices à la maison s'il a de nouveau la toux (autosuggestion).

La détection précoce de la toux fonctionnelle est importante pour éviter les examens et les traitements inutiles ainsi que la morbidité des symptômes de longue durée.

Conclusion

Le diagnostic d'un dysfonctionnement comme la « toux habituelle » peut être facilement posé de par ses caractéristiques cliniques uniques. Le traitement en une seule séance de suggestion thérapeutique par le médecin traitant a l'avantage de sa simplicité thérapeutique et son succès immédiat et à long terme. Pour la majorité des patients, une anamnèse attentive, une spirométrie et une radiographie thoracique devraient suffire pour assurer au médecin et à la famille du patient qu'une cause organique à l'origine de la toux est peu probable. L'arrêt de la toux avec une séance de suggestion thérapeutique est alors aussi une confirmation pour les parents les plus sceptiques. La détection précoce de la toux habituelle est essentielle pour prévenir les traitements inutiles inappropriés et la morbidité prolongée en prolongeant la toux pénible.

▼ Dr Hans Kaspar Schulthess

Source: Weinberger M et al.: When is cough functional, and how should it be treated? *Breathe* 2017;13:22-30