



Que faire en cas d'extinction de voix ?

Si certains excès (trop parler, trop crier, trop fumer, trop boire) peuvent suffire à vous « casser la voix », c'est plus souvent une laryngite aiguë d'origine virale qui est en cause. Le larynx, organe de la voix, situé entre la gorge et la trachée, est irrité par l'infection. Au 2^{ème} ou 3^{ème} jour d'un rhume ou d'un mal de gorge, la voix devient rauque (dysphonie) puis atténuée (aphonie). La toux est généralement pénible et peut s'accompagner de maux de gorge et de ganglions douloureux. La guérison se fait le plus souvent de façon spontanée en quelques jours. Les antibiotiques sont rarement utiles.

Chez l'adulte ou le grand enfant, le traitement consiste surtout à mettre les cordes vocales au repos jusqu'au rétablissement complet de la voix. Evitez au maximum de parler ou exprimez-vous le plus doucement possible sans forcer votre voix. Dans tous les cas, la gorge doit être bien hydratée et adoucie : buvez beaucoup d'eau, aérez les pièces, humidifiez l'atmosphère, supprimez les irritants (tabac et alcool).

Un traitement médicamenteux simple est parfois nécessaire : sirop pour adoucir la toux et faciliter l'expectoration, paracétamol contre la douleur et la fièvre, collutoires...

Une consultation n'est indispensable que si les symptômes persistent au-delà de 3 semaines. Un arrêt de travail peut être nécessaire pour certains métiers qui fatiguent la voix.

Source : Open Rome.



Le Dico du doc Taureau

Animal mammifère domestique herbivore ruminant, pourvu de cornes. Le taureau est aussi une constellation et un signe astrologique, attribué aux personnes nées entre le 21 avril et le 21 mai.

Dans le nord du Gers, les médecins se sont aperçus que les personnes allergiques aux pollens de pin sont souvent nées sous le signe du taureau. Influence des astres ? Certains y croient. D'autres, plus tournés vers les réalités terrestres, émettent une hypothèse plus rationnelle fondée sur un constat : le Gers jouxte le Département des Landes, caractérisé par une immense forêt de pins. Chaque année, pendant quelques semaines, les pollens de pins sont emportés par les vents d'ouest et envahissent l'atmosphère dans le nord du Gers.

Les allergies aux pollens semblent apparaître surtout à certaines époques de la petite enfance. Chez les enfants nés sous le signe du taureau, la période où une allergie pollinique peut se constituer coïnciderait donc avec la pollinisation des pins, comparativement aux autres enfants, nés à d'autres périodes de l'année.

Source : Open Rome, enquête auprès des médecins généralistes du Gers, BigPro study group, 1993.

Météo antibio

Risques

- Grippe très faible
- Bronchiolite faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite moyen
- allergies pollens forte hausse

Source : <http://www.grog.org>
et <http://www.pollens.fr>

Quels pollens ?

Les pollens font comme les cloches ! Ils vont, ils viennent ! Les conditions météorologiques très médiocres du week-end Pascal ont laissé encore tranquilles certains allergiques. Mais attention, les arbres sont prêts à polliniser.

BOULEAU

Pollen le plus à craindre sur une bonne partie du territoire pour les allergiques, son potentiel allergisant est très élevé.

GRAMINEES

Surtout en Aquitaine et Pays de la Loire

AUTRES POLLENS D'ARBRE

Cyprés, aulne, charme, frêne, platane, saule. Ils vont se répandre dans les jours qui viennent, en raison de la douceur printanière qui s'installe.

Source : <http://www.pollens.fr>