



FICHE PRATIQUE

LAVAGE DE NEZ

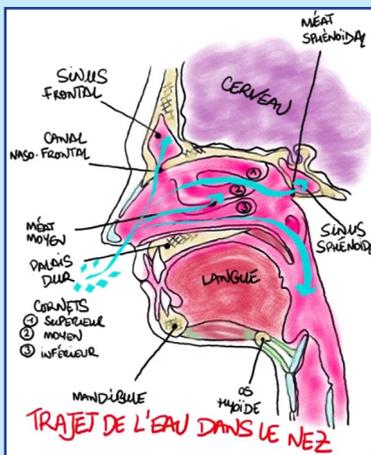
- **Granulomatose avec polyangéite GPA**
(anciennement maladie de Wegener)



- **Granulomatose éosinophilique avec polyangéite GEPA**
(anciennement syndrome de Churg & Strauss)

Dans la GPA, 70% des patients ont une atteinte ORL. Dans la GEPA 60% des patients ont des polypes naso sinusiens.

Le traitement local ORL le plus efficace dans ces pathologies est le lavage de nez abondant plusieurs fois par jour :



Pourquoi ?

- ✓ Lutter contre la chronicité des symptômes
- ✓ Prévention contre les séquelles et récurrences ORL de la maladie
- ✓ Limiter le portage nasal des potentielles infections
- ✓ Lavage en profondeur pour décongestionner le nez et évacuer les croûtes

Les **irrigations nasales** sont **indispensables** à la prise en charge des troubles rhino-sinusiens, et leur technique de réalisation est la **clé** de leur **efficacité** !

Avec quel dispositif ?



Dispositifs recommandés et dispensés en pharmacie ou sur internet sans ordonnance :

- Seringue de 60ml
 - ou Rhinohorn®
 - ou Rhinicur®
 - ou Physiomer®/Respimer®
- etc...

Il faut un volume et une pression suffisante.

Dispositifs déconseillés :

- Spray
- Dosette sérum physiologique

LAVAGE DE NEZ

- **Granulomatose avec polyangéite GPA**
(anciennement maladie de Wegener)

- **Granulomatose éosinophilique avec polyangéite GEPA**
(anciennement syndrome de Churg & Strauss)

Avec quel produit ?

- Eau du robinet ou flacon de sérum physiologique (250 ou 500ml dispensé en pharmacie)
+ gros sel non traité (sans nitrite)
+ éventuellement du bicarbonate (si bien toléré)
- Le sel peut être remplacé par une ampoule d'Actisoufre®

Quelle quantité et quelle fréquence ?

- 50 cl d'eau tempéré + 2 cuillères à café de gros sel + éventuellement 1 cuillère à café de bicarbonate
- 2 à 3 fois/jour, 60ml pour chaque narine.

Comment ?



Vous pouvez faire varier l'inclinaison de la seringue en mettant la tête en avant.

Se positionner au dessus d'un lavabo, inclinez la seringue vers le haut et l'arrière en visant le coin interne de l'œil. Relevez le coude et inclinez la tête. Appuyez progressivement sur le piston de la seringue en respirant par la bouche. La solution doit sortir par la narine opposée. Passez à l'autre narine, puis mouchez-vous délicatement.

Retrouvez ces explications sur le **lavage de nez** en **tutoriel vidéo** :



[Partie 1 \(Les recommandations générales\) :](https://youtu.be/cw28zmxXd_s)
https://youtu.be/cw28zmxXd_s



[Partie 2 \(les alternatives possibles\) :](https://youtu.be/NURyFHj1H7Q)
<https://youtu.be/NURyFHj1H7Q>

Ou sur notre site internet : <https://www.association-vascularites.org/> rubrique Vie quotidienne / Soins préventifs