

> Enrouement de l'adulte



Enrouement de l'adulte

Publié le 14/10/2008 par VIDAL - Dernière mise à jour le 08/12/2023

NAVIGATION

[Quels sont les symptômes de l'enrouement ?](#)

[Quelles sont les complications éventuelles de l'enrouement ?](#)

[Quelles sont les causes de l'enrouement ?](#)

[Que faire lorsqu'on est enrôué ?](#)

[Quand faut-il consulter un médecin pour un enrouement ?](#)

[Que fait le médecin en cas d'enrouement ?](#)

[Comment prévenir l'enrouement ?](#)

[Comment soulager l'enrouement ?](#)

Quels sont les symptômes de l'enrouement ?

L'enrouement est une altération du timbre de la voix. Celle-ci devient plus basse, rauque et parfois quasi inaudible (extinction de voix). Souvent, l'enrouement s'accompagne d'une toux plus ou moins forte ou de douleurs de la gorge.

Quelles sont les complications éventuelles de l'enrouement ?

S'il s'agit d'un simple rhume, l'enrouement provoque généralement peu de complications. Toutefois les cordes vocales, en l'absence de précautions ou de ménagements, peuvent subir des lésions qui retardent la guérison et modifient la voix. Un simple enrouement peut aboutir à une extinction de voix, plus

gênante encore et – s'il n'est pas traité – à une lésion durable des cordes vocales.

Quelles sont les causes de l'enrouement ?

L'enrouement correspond à un trouble des cordes vocales, qui ne vibrent plus normalement. Ce phénomène peut avoir plusieurs origines.

- Une laryngite (inflammation du larynx) à la suite d'un refroidissement. Dans ce cas, l'enrouement peut s'accompagner d'un mal de gorge, d'une gêne respiratoire ou de fièvre. Attention, lorsque la voix devient blanche ou éteinte chez un enfant, il s'agit d'une forme sérieuse de laryngite qui nécessite la consultation d'un médecin en urgence.
- Une irritation des cordes vocales à cause d'une atmosphère enfumée ou trop sèche.
- Une fatigue des cordes vocales après avoir parlé, crié ou chanté trop longtemps. Dans ces cas-là, appelés dysphonies fonctionnelles, il faut parfois recourir à une rééducation orthophonique.
- Des nodosités (épaississements des tissus) bénignes sur les cordes vocales en raison d'une sollicitation trop forte (appelées communément « nodules des chanteurs »).
- Des causes psychiques telles que la nervosité, le trac ou une timidité excessive.
- Une paralysie des nerfs qui actionnent les différents muscles du larynx, après une opération de la thyroïde par exemple. La voix n'est alors pas enrouée au sens propre, elle produit un double son (diphonie).

Que faire lorsqu'on est enroué ?

- Si vous êtes victime d'un enrouement après avoir parlé longtemps ou à voix forte, votre technique d'élocution est sans doute en cause. Certains métiers (enseignant, formateur ou chanteur, par exemple) nécessitent l'apprentissage de nouvelles méthodes basées sur la respiration, chez un phoniatre, un orthophoniste, dans un cours de diction ou auprès d'un professeur de chant.
- Humidifiez l'atmosphère de votre domicile ou de votre lieu de travail (par exemple avec un linge mouillé posé sur un radiateur).
- Buvez beaucoup : l'eau aidera vos cordes vocales à rester humides.
- La principale précaution à prendre lorsqu'on est enroué consiste à ménager ses cordes vocales. Mais attention, parler à voix basse en chuchotant de manière forcée les sollicite plus fortement que parler normalement.

Quand faut-il consulter un médecin pour un enrouement ?

Appelez immédiatement le service d'aide médicale d'urgence (SAMU) en composant le 15 ou le 112 :

- si l'enrouement s'accompagne d'une forte fièvre, d'une toux violente ou de difficultés respiratoires.
- s'il s'agit d'une voix blanche ou inaudible chez un jeune enfant.

Consultez un médecin dans les jours qui viennent :

- si l'enrouement subsiste pendant plusieurs semaines.
- si l'enrouement s'est produit après une opération dans la région du cou.
- si l'enrouement s'accompagne de maux d'oreille, d'une déglutition pénible, ou d'un gonflement du cou.
- si l'enrouement s'accompagne d'une difficulté à prononcer les voyelles.

Que fait le médecin en cas d'enrouement ?

Il cherche à déterminer l'origine de l'enrouement. Le cas échéant, il pratique une exploration visuelle des cordes vocales (laryngoscopie) ou demande le concours d'un spécialiste ORL. Le traitement passe par celui de l'origine des troubles. Lorsque les cordes vocales sont le siège d'une inflammation importante, le médecin peut prescrire des médicaments anti-inflammatoires pour les aider à retrouver un fonctionnement normal.

Comment prévenir l'enrouement ?

- Prenez les mesures de prévention qui permettent d'éviter un refroidissement.
- Évitez si possible les locaux enfumés ou surchauffés.
- Faites ce qui est en votre pouvoir pour arrêter de fumer.

Comment soulager l'enrouement ?

En cas d'irritation ou de mal de gorge associé à l'enrouement, les pastilles pour la gorge et les collutoires contenant des substances antalgiques ou adoucissantes peuvent apporter un soulagement. La plupart de ces produits associent plusieurs substances.

 [Nez, gorge et oreilles](#)