



Conjonctivite

🕒 paru le 20/11/2019 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

La conjonctivite est une inflammation de la conjonctive.

La conjonctive est la muqueuse qui tapisse le blanc de l'œil et l'intérieur des paupières. Cette muqueuse contient des petits vaisseaux sanguins. En cas d'irritation, ils gonflent et font rougir l'œil.

Une inflammation peut être causée par

- une infection (par une bactérie, un virus ou un champignon),
- une réaction allergique (au pollen, cheveux ou squames de chien ou de chat, gouttes oculaires, liquide à lentilles, produits cosmétiques, ...),
- une réaction physico-chimique (aux médicaments pour traitement local de l'œil, au chlore, dues au soudage, ...),
- une sécheresse de l'œil (sécheresse oculaire).

Quelle est sa fréquence ?

Environ 13 personnes sur 1 000 consultent leur médecin généraliste chaque année pour un œil rouge. La conjonctivite est la cause la plus fréquente d'un œil rouge.

Comment la reconnaître ?

Le symptôme le plus important est un œil complètement rouge, accompagné de picotements comme s'il y avait du sable dans l'œil. Souvent, un écoulement aqueux ou purulent fait coller la paupière le matin. Le pus indique généralement une infection. Les démangeaisons suggèrent plutôt une réaction allergique. Très rarement, une intolérance à la lumière (photophobie) se manifeste. La vue (acuité visuelle) est normale, bien que l'écoulement puisse provoquer une distorsion occasionnelle de l'image.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin commencera par inspecter votre œil et sa rougeur. Il cherche aussi un éventuel corps étranger dans l'œil. En cas d'écoulement fortement purulent, le médecin peut prélever un échantillon avec un coton-tige et l'envoyer au laboratoire pour examens complémentaires. Il peut éventuellement aussi vérifier si votre vue est correcte (mesure de l'acuité visuelle). Parfois, il déposera un colorant (fluorescéine) sur votre œil pour voir si la cornée est endommagée.

Si vous avez un écoulement purulent et une infection des voies respiratoires supérieures en même temps, il y a de fortes chances que la cause soit infectieuse. Chez l'adulte, le fait qu'un œil (ou les deux) soit collé(s) le matin indique plus que probablement une conjonctivite bactérienne.

S'il y a des symptômes allergiques en même temps (écoulement nasal, toux prolongée, eczéma atopique) ou si vous avez le rhume des foins, il s'agit vraisemblablement d'une conjonctivite allergique.

Si vous présentez un ou plusieurs des symptômes suivants, le médecin généraliste vous orientera vers un ophtalmologue pour des examens complémentaires : douleur intense, hypersensibilité à la lumière (photophobie), sensibilité à la pression, modification de l'acuité visuelle, cornée opaque, tachetée ou ulcérée, pupille de petite taille ou déformée.

Que pouvez-vous faire ?

Éliminez délicatement l'écoulement éventuel avec un coton ou une compresse propre que vous aurez mouillé(e) avec de l'eau du robinet. Partez toujours de l'extérieur du coin de l'œil vers l'intérieur. Ne portez pas de lentilles de contact si vos yeux sont irrités.

Le froid peut apporter un peu de soulagement. Humidifiez un gant de toilette propre à l'eau froide et appliquez-le sur vos yeux pendant quelques minutes.

N'utilisez pas de maquillage sur des yeux infectés. Cela peut ralentir la guérison.

Si vous savez à quoi vous êtes allergique, essayez d'éviter tout contact avec ces substances.

- En saison des pollens, il est préférable de garder les fenêtres fermées (également la nuit).
- En cas d'allergie aux acariens de la poussière, essayez qu'il y ait le moins de poussière possible dans la chambre et que l'air y soit bien sec.
- En cas d'hypersensibilité aux squames d'animaux, il vaut mieux rester le plus loin possible d'eux. Ne laissez pas rentrer d'animaux domestiques dans la chambre. Si vous êtes uniquement allergique à votre propre animal de compagnie (lapin, cobaye, chat ou chien), vous devriez penser à vous en séparer. N'oubliez pas qu'après le départ de votre animal, les squames peuvent rester dans votre maison pendant encore 6 mois, même si vous passez bien l'aspirateur.

Si vous avez reçu du produit chimique dans les yeux, rincez immédiatement vos yeux à l'eau tiède du robinet. Rincez-les pendant au moins 10 minutes.

- Vous pouvez immerger votre tête dans un récipient d'eau tiède. Écartez bien vos paupières et bougez votre tête de gauche à droite.
- Vous pouvez garder la tête sous le robinet et regardez dans le filet d'eau, même si c'est difficile.
- Vous pouvez aussi remplir d'eau tiède une bouteille vide et propre et la vider dans votre œil.

Que peut faire votre médecin ?

Il est possible de traiter une conjonctive purulente avec un antibiotique local. Pour ce faire, on utilise un gel d'acide fucidique, ou une pommade ou des gouttes (collyre) à base de tobramycine, 4 à 6 fois par jour. Le moyen le plus simple d'administrer la pommade consiste à en mettre une noisette dans le bord inférieur de la paupière. Le traitement doit être poursuivi jusqu'à ce que vous ne présentiez plus de symptômes pendant au moins 2 jours.

Une guérison spontanée est très fréquente en cas de conjonctivite purulente, il se peut donc que le médecin vous délivre une prescription différée. Dans ce cas, il vous demandera de commencer le traitement antibiotique uniquement si les symptômes durent plus de 3 à 4 jours de rinçage à l'eau.

Si les collyres antibiotiques n'apportent pas de résultats au bout d'une semaine, arrêtez-les et retournez chez le médecin généraliste pour un nouvel examen. Parfois, les collyres n'agissent pas à cause d'une infection virale, d'une bactérie résistante ou parce que vos yeux sont secs ou encore parce que le premier diagnostic n'était pas le bon.

Une conjonctivite aiguë associée à une infection virale des voies respiratoires peut être traitée avec des larmes artificielles.

Pour la conjonctivite allergique, on peut utiliser un traitement pour prévenir ou pour traiter les symptômes.

- Pour prévenir les symptômes, des gouttes (collyre) de cromoglycate de sodium sont proposées. Elles sont commencées au début de la saison des pollens. Ces gouttes rendent parfois les yeux secs ; occasionnellement, vous pouvez aussi avoir l'impression d'avoir un grain de sable dans l'œil. C'est pourquoi on ajoute des larmes artificielles au traitement.
- Pour soulager les symptômes, on peut utiliser un collyre anti-allergique. Si vous souffrez de rhume des foins, un

spray nasal à base de cortisone peut être prescrit pour diminuer les symptômes oculaires.

En savoir plus ?

- [Anatomie de l'œil \(image\) – Larousse](#)
- [Conjonctivite \(image\) – microbiologiemedicale.fr](#)
- [Acide fusidique – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Tobramycine – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Cromogliclate de sodium – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Collyres antiallergiques – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Corticostéroïdes à usage nasal – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Conjonctivite' \(2000\), mis à jour le 04.09.2017 et adapté au contexte belge le 17.04.2018 – ebpracticenet](#)
- www.cbip.be