



## Ulcères de la bouche (aphtes)

🕒 paru le 25/09/2019 • 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 ?

Les ulcères de la bouche sont des affections ou des lésions de la muqueuse de la bouche (muqueuse buccale). Ils peuvent être subdivisés en 4 groupes en fonction de leur cause :

- les ulcères traumatiques. Ce sont des blessures dues à une cause mécanique (bords de dents tranchants, prothèse dentaire abrasive, morsure de la lèvre ou de l'intérieur de la joue), dues à la chaleur (nourriture trop chaude / boisson bouillante) ou dues à des substances chimiques (par exemple utilisées par le dentiste).
- les aphtes. Il s'agit d'une ulcération douloureuse précédée d'une vésicule (la vésicule se rompt et laisse place à un ulcère. Les aphtes peuvent se développer en réaction aux composants du dentifrice (laurylsulfate de sodium). Ils peuvent également survenir avec la maladie de Behçet (il s'agit d'une affection auto-immune rare où des aphtes apparaissent aussi sur la muqueuse des organes génitaux, avec des inflammations aux yeux ou aux articulations ainsi que des lésions cutanées). Le stress, l'alimentation, certains médicaments et des changements hormonaux peuvent constituer des facteurs d'influence, mais généralement, l'origine reste difficilement décelable.
- les ulcérations liées à des maladies systémiques : les ulcérations sont alors le symptôme d'une affection sous-jacente, telle que des déficiences dans le sang (fer, vitamine B12, acide folique), des maladies du sang, des maladies du système gastro-intestinal (par exemple, la maladie de Crohn), des maladies de la peau (par exemple, l'herpès), des infections (par exemple, la syphilis et le VIH).
- un ulcère peut être une tumeur maligne, cela s'observe le plus souvent chez les fumeurs.

### Quelle est leur fréquence ?

En moyenne, 12 personnes sur 1 000 consultent leur médecin généraliste chaque année en raison de problèmes dans la région buccale. Il s'agit d'aphtes chez 27 % d'entre eux. Les aphtes se développent principalement entre 15 et 40 ans, 48 % sont guéris dans la semaine.

### Comment les reconnaître ?

Les ulcères mécaniques de la muqueuse buccale ont généralement un aspect strié, sont rougeâtres et douloureux, et se situent sous ou sur le bord d'une prothèse.

Les aphtes font en général moins de 0,5 cm, sont couverts d'une couche blanchâtre avec un contour rouge. Ils peuvent se développer sur la muqueuse des lèvres, des joues, du plancher buccal, du palais, des gencives et de la langue. La plupart des aphtes guérissent spontanément dans la semaine. En l'absence d'amélioration après 2 semaines, il y a de fortes chances qu'une maladie soit à l'origine de ces aphtes.

Dans le cas de maladies systémiques, les lésions de la muqueuse buccale ressemblent à des aphtes. Par contre, ces aphtes ne guérissent pas spontanément, ils réapparaissent de manière chronique et sont également plus nombreux.

Les tumeurs malignes grossissent avec le temps. Ces ulcères sont plus durs à la palpation, et la lésion présente souvent un bord surélevé et irrégulier. Ils saignent aussi facilement quand on les touche.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Votre médecin vérifiera d'abord depuis combien de temps vous en souffrez, s'il y a d'autres plaintes, et les médicaments que vous prenez. Le diagnostic d'affections de la muqueuse buccale est posé le plus souvent à vue. Une biopsie est effectuée pour les lésions qui perdurent plus de 2 semaines sans amélioration notable. Un petit morceau de tissu est alors prélevé dans la lésion et envoyé au laboratoire pour analyse. En cas de suspicion de maladie sous-jacente, d'autres examens seront aussi pratiqués (test sanguin et examen du système digestif).

### Que pouvez-vous faire ?

Faites contrôler régulièrement vos dents chez le dentiste et veillez à une bonne hygiène buccale quotidienne. Buvez suffisamment. Signalez toujours les gênes d'une prothèse dentaire, même si elles ne sont pas forcément très marquées. Utilisez un dentifrice sans laurylsulfate de sodium. La composition de la pâte figure sur l'emballage. Si les ulcérations apparaissent après avoir pris un nouveau médicament, demandez à votre médecin si cela peut être la cause des symptômes. Si vous avez des lésions de la muqueuse depuis plus de 2 semaines ou si elles réapparaissent, il est préférable de vous rendre chez votre médecin.

### Que peut faire votre médecin ?

La plupart des affections de la muqueuse buccale sont bénignes et guérissent d'elles-mêmes. C'est pourquoi le médecin vous prescrira d'abord un traitement local : des bains de bouche avec un désinfectant (par exemple, de la chlorhexidine), une pommade avec de la cortisone ou de la lidocaïne, un analgésique local, etc. Des examens complémentaires seront réalisés seulement si toutes ces possibilités ne donnent pas de résultats. Les maladies sous-jacentes seront bien évidemment traitées. Il est possible qu'il faille arrêter (temporairement) un médicament et qu'il faille le remplacer par un autre de composition différente.

### En savoir plus ?

- [Aphte : le feu à la bouche – mongeneraliste.be](http://mongeneraliste.be) – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale
- [Conseils pour une hygiène bucco-dentaire hors pair – Mutualité chrétienne](#)
- [Rendre visite à son dentiste – Mutualité chrétienne](#)
- [Chlorhexidine, à trouver sur cette page du CBIP, dans la rubrique 'Oto-Rhino-Laryngologie' – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

### Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Ulcères de la muqueuse buccale' \(2000\), mis à jour le 23.03.2017 et adapté au contexte belge le 01.04.2017 – ebpracticenet](#)