



## Syndrome de la bouche brûlante

🕒 paru le 05/12/2019 • 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 ?

Le syndrome de la bouche brûlante est une sensation de brûlure au niveau de la muqueuse buccale ou de la langue. Il s'accompagne souvent d'une douleur de la langue.

### Les causes

La cause n'est pas claire. Des facteurs locaux et généraux peuvent jouer un rôle, tout comme des troubles psychiatriques :

- facteurs locaux :
  - des problèmes dentaires, tels que tartre, caries, problèmes dus aux prothèses dentaires, allergie aux matériaux de dentisterie ;
  - des anomalies de la mâchoire où les dents supérieures et inférieures ne se joignent pas bien ;
  - des tumeurs de la bouche ;
  - des infections par des virus ou des champignons (aphtes) ;
  - des habitudes alimentaires : alimentation trop chaude ou trop épicée ;
  - le tabagisme ;
  - la consommation excessive d'alcool ;
  - les effets secondaires de médicaments ;
  - l'utilisation excessives de bains de bouche ;
  - la sécheresse buccale, la respiration par la bouche, certains médicaments, des affections des glandes salivaires, la grossesse ou la ménopause.
- facteurs généraux : le syndrome de la bouche brûlante peut être un symptôme d'une autre affection (on dit alors que cette affection est sous-jacente), telle que :
  - le diabète ;
  - [la maladie de Sjögren](#) ;
  - un déficit en fer ou en vitamine B12 ;
  - des maladies du sang, telles que l'anémie ou la leucémie ;
  - des maladies de la peau, telles que le [lichen plan](#) ;
  - des atteintes neurologiques, telles que des névralgies ou la [sclérose en plaques \(SEP\)](#).
- facteurs psychiatriques : les troubles mentaux tels que la dépression, l'anxiété et la psychose peuvent être accompagnés de brûlures de la bouche et de douleurs au visage.

### Quelle est sa fréquence ?

Les symptômes buccaux surviennent principalement chez les adultes âgés de 40 à 70 ans et sont cinq fois plus fréquents chez les femmes d'âge moyen.

Une personne sur deux portant une prothèse dentaire souffre d'infections buccales.

### Comment le reconnaître ?

Les principaux symptômes sont :

- sensation de brûlure ou douleur dans la bouche et au niveau de la langue ;
- sécheresse buccale ;
- plaintes au niveau des prothèses dentaires ;
- troubles du goût.

Ces symptômes sont les plus marqués le soir et sont dépendants de la cause de la douleur :

- Chez les fumeurs, on observe parfois de petits points rouges dans la bouche (par inflammation des petites glandes salivaires) et une zone en forme de bande rouge au milieu de la langue.
- L'utilisation excessive de rince-bouche irrite la muqueuse buccale. Cela se manifeste par de petites taches rouges dans la bouche, qui changent de place tous les jours.
- Une bouche sèche est due à trop peu de salive. La langue devient sèche et semble coriace.
- Les dents peuvent présenter un tartre excessif ou des caries.
- En cas d'inflammation due aux prothèses, vous souffrez de rougeurs et de douleurs de la muqueuse buccale sous la prothèse. Elle s'accompagne généralement d'une infection par des champignons (infection fongique) avec des taches blanches sur les gencives. Parfois, les commissures des lèvres sont également touchées.
- Une douleur sur un seul côté et à un endroit précis, surtout sur le côté de la langue, peut être le signe d'une tumeur maligne débutante.

Si une autre maladie est à l'origine de ces plaintes, vous avez également les symptômes de cette autre maladie.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

#### Discussion

Le médecin vous posera d'abord des questions sur votre mode de vie (tabagisme, consommation d'aliments épicés, consommation d'alcool et de rince-bouche, présence d'une prothèse dentaire, maladies préexistantes et prise de médicaments).

#### Examens

- Ensuite, il examinera la bouche, la langue, les dents et la gorge. Souvent, cela suffit pour poser le diagnostic.
- Parfois, il est nécessaire de faire une analyse de sang pour trouver une cause sous-jacente.
- En cas de suspicion de tumeur, on réalisera une biopsie des lésions. La biopsie consiste à enlever un petit morceau de tissu pour l'examiner au laboratoire.

### Que pouvez-vous faire ?

Adoptez un mode de vie sain :

- Arrêtez de fumer.
- Modérez votre consommation d'alcool.
- Évitez le stress.
- Si nécessaire, adaptez votre alimentation : évitez de consommer de la nourriture très chaude ou très épicée.
- Faites contrôler vos dents à temps et utilisez un dentifrice sans laurylsulfate de sodium.

Souvent les symptômes du syndrome de la bouche brûlante disparaissent spontanément, mais ils persistent parfois pendant plusieurs années.

### Que peut faire votre médecin ?

Le médecin recherchera une cause sous-jacente.

- S'il vous manque du fer ou des vitamines, des suppléments peuvent être utiles.
- Parfois, le médecin vous conseillera de vous rendre chez le dentiste pour changer de prothèse dentaire.

- Les anomalies de l'os sous les gencives (arcade alvéolaire) nécessitent parfois une intervention chirurgicale du chirurgien dentiste.
- En cas de suspicion de tumeur, le médecin adresse le patient à un spécialiste.
- Les maladies existantes pouvant être associées au syndrome de la bouche brûlante seront recherchées.
- Dans certains cas, une évaluation psychiatrique peut être indiquée.

### En savoir plus ?

- [La bouche et les dents \(images\) – Mutualité chrétienne](#)
- [Conseils pour une hygiène bucco-dentaire hors pair – Mutualité chrétienne](#)
- [Rendre visite à son dentiste – Mutualité chrétienne](#)
- [Les professionnels de la santé dentaire – Mutualité chrétienne](#)
- [Arrêter de fumer. C'est possible – Tabacstop](#)
- [Alcool, le point sur votre consommation – Stop ou encore ?](#)

### Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Syndrome de bouche brûlante et glossodynie' \(2000\), mis à jour le 07.09.2016 et adapté au contexte belge le 01.07.2017 – ebpracticenet](#)