



## Douleur dans et autour de l'œil

🕒 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 ?

Une douleur dans l'œil (intraoculaire) et autour de l'œil (péri-oculaire) peut être due, par exemple, à

- une affection de l'œil lui-même,
  - un [glaucome](#) aigu à angle fermé,
  - une [kératite herpétique](#),
  - un [iritis](#),
- une affection d'une autre structure que l'œil. On parle alors d'une 'douleur référée', c.-à-d. une douleur ressentie en un endroit mais qui vient d'ailleurs. Une douleur à l'œil pour provenir, par exemple,
  - des muscles du cou ou de l'épaule,
  - du nerf au-dessus de l'œil (nerf supra-orbitaire),
  - d'une fermeture anormale de la mâchoire ([malocclusion dentaire](#)),
  - des sinus (sinusite chronique),
- des [migraines](#),
- une [névralgie du trijumeau](#),
- une inflammation d'une artère sur le côté de la tête ([artérite temporale](#)).

### Comment la reconnaître ?

Les maux de tête dus à la [migraine](#) irradient souvent derrière ou sur le côté de l'œil.

En cas d'[algie vasculaire de la face](#), vous ressentez une douleur intense au niveau d'un seul œil, sous forme de crises qui reviennent.

Vous ressentez des douleurs dans ou autour de l'œil, mais aussi parfois en même temps dans les muscles du cou ou de l'épaule.

Il peut s'agir d'une [céphalée de tension](#). Ce sont des maux de tête causés par la tension des muscles et le stress. La douleur est constante, comme une sensation d'étau, et s'aggrave progressivement au fur et à mesure de la soirée. Elle est localisée sur les côtés (tempes), à l'arrière (occiput) et au-dessus (voûte crânienne) de la tête, généralement des deux côtés, mais parfois d'un seul côté.

La douleur provenant des muscles profonds du cou rayonne généralement vers l'extérieur des yeux.

La douleur provenant d'un muscle superficiel du cou ou du trapèze (un muscle qui couvre les régions de la nuque, des épaules et du haut du dos) rayonne généralement vers le côté de la tête (tempes).

La douleur provenant du muscle sterno-cléido-mastoïdien (un muscle plutôt à l'avant du cou) provoque généralement une douleur au sourcil du même côté.

Ces symptômes peuvent disparaître ou s'atténuer en bougeant ou après une douche bien chaude.

Avez-vous attrapé un rhume ? Faites-vous de l'allergie ? Des symptômes tels que le nez qui coule, une sensation d'oppression près du nez ou au niveau du front et le besoin de devoir ravalier des glaires dans la gorge peuvent

indiquer une [sinusite](#). La douleur se situe généralement derrière l'œil. Le fait de se pencher en avant augmente la douleur, tandis qu'exercer une pression sur l'œil la réduit. Il arrive de ne pas parvenir à concentrer son regard sur un objet.

Si vous avez récemment subi un traitement orthodontique, un changement de position des dents peut expliquer la douleur. Si les rangées supérieure et inférieure de dents ne sont pas bien alignées ([malocclusion dentaire](#)), cela peut également causer des douleurs dans la région oculaire.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin commencera par vous poser des questions très précises sur vos symptômes. Ensuite, il examinera l'œil pour exclure une affection oculaire (par exemple un corps étranger, une rougeur et des signes d'inflammation de la conjonctive ([conjonctivite](#)) ou de la paupière ([blépharite](#)). Puis, il réalisera un examen clinique d'autres structures :

- il vous demandera de tendre les muscles du cou et de la nuque pour déclencher la douleur,
- il examinera le nez, la gorge, les oreilles et les dents,
- il testera aussi les sinus.

Si nécessaire, le médecin vous orientera vers l'ophtalmologue pour une mesure de la pression de l'œil (pression intraoculaire). Il arrive qu'une radiographie ou un CT scan des sinus soit aussi utile.

### Que pouvez-vous faire ?

Si la douleur est provoquée par une tension des muscles du cou, il peut s'avérer utile de prendre une douche bien chaude pour détendre les muscles douloureux. Plusieurs séances chez le kinésithérapeute peuvent aussi être utiles.

Veillez à une bonne posture au travail et pendant vos activités quotidiennes. Adaptez par exemple la hauteur de votre table de travail ou utilisez une bonne chaise.

### Que peut faire votre médecin ?

Le traitement varie selon la cause du problème. Une infection des sinus se traite avec un spray nasal. Parfois, vous serez orienté vers un oto-rhino-laryngologiste (ORL), un ophtalmologue, un neurologue ou vers un orthodontiste en vue d'ajuster la denture.

### Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Douleur péri-oculaire' \(2000\), mis à jour le 25.09.2017 et adapté au contexte belge le 30.04.2018 - ebpracticenet](#)
- [www.cbip.be](http://www.cbip.be)