

Le muguet, qu'est-ce que c'est?

Le muguet (candidose buccale) est une infection fongique de la muqueuse buccale causée par la levure *Candida Albicans*. Cette levure vit normalement dans la bouche sans causer de symptômes, mais en cas de déséquilibre ou de baisse de résistance, elle peut se développer et provoquer une infection.

Chez les bébés: le muguet se reconnaît aux symptômes suivants :

- Des taches blanches ou blanc-gris sur la langue, le palais, les joues ou les lèvres, difficiles à essuyer (contrairement aux résidus de lait).
- Une succion agitée, des claquements de langue ou un lâchement répété du sein/biberon.
- Parfois, érythème fessier ou flatulences.

Chez les adultes:

- Lésions rouges et douloureuses dans la bouche, parfois accompagnées d'un dépôt blanc sur la langue.
- Sensation de brûlure ou perte du goût.

Chez les mères qui allaitent:

- Mamelons rouges, douloureux, brûlants, parfois fissurés.
- Douleur lancinante dans la poitrine pouvant irradier vers les épaules et le dos.

Quelles sont les causes et les facteurs de risque?

Chez les bébés: système immunitaire immature, infection pendant l'accouchement, via les tétines ou les mamelons. Le lait maternel contient beaucoup de sucres, un terrain idéal pour *Candida*.

Chez les adultes:

- Diminution de la résistance due, par exemple, au diabète, au VIH, à la chimiothérapie.
- Prise récente d'antibiotiques.
- Utilisation de corticostéroïdes inhalés (sans rinçage de la bouche après utilisation).
- Mauvaise hygiène bucco-dentaire.
- Bouche sèche (diminution de la production de salive).
- Prothèses dentaires mal nettoyées ou mal ajustées.
- Tabagisme.

Comment le diagnostic est-il posé ?

- Par inspection des muqueuses buccales.
- Éventuellement, examen microscopique complémentaire d'un échantillon de salive.

Traitements

Quand traiter?

- Une candidose buccale légère sans symptômes ne nécessite souvent aucun traitement ; elle disparaît parfois spontanément en quelques semaines.
- Un traitement est nécessaire en cas de symptômes ou si l'allaitement est perturbé.

Options de traitement

- Souvent, il suffit de rassurer et d'expliquer.
- On utilise généralement un antifongique local.
- Les applications diffèrent selon que le bébé a moins de 4 mois ou plus (une prudence particulière est de mise chez les jeunes bébés afin d'éviter tout risque d'ingestion).
- Chez les adultes, le traitement est généralement local ; parfois, des comprimés/pilules sont prescrits en cas d'infections persistantes.
- En cas d'allaitement, la mère et l'enfant sont traités simultanément afin d'éviter toute contamination réciproque.
- Le médecin détermine toujours le traitement exact.

Durée du traitement : au moins jusqu'à une semaine après la disparition des lésions.

DO's

- Bonne hygiène buccale et des mains (lavage avant les repas, après le changement de couche).
- Stériliser quotidiennement les tétines, les biberons, les téterelles et les accessoires de tire-lait.
- Après l'inhalation de corticostéroïdes, toujours se rincer la bouche et manger ou boire quelque chose.
- En cas d'allaitement : laisser sécher les mamelons à l'air libre après la tétée, changer fréquemment les compresses d'allaitement, laver les soutiens-gorge et les serviettes à plus de 60 °C.
- Se rincer la bouche si vous portez un dentier et nettoyer quotidiennement votre prothèse.
- Arrêter de fumer.

DON'Ts

- N'utilisez pas d'huiles essentielles, de jus de canneberge ou de pamplemousse comme traitement ; ceux-ci ne sont pas suffisamment efficaces et le pamplemousse peut influencer l'action des médicaments.
- N'utilisez pas de savon à pH élevé sur les mamelons.
- Ne commencez pas de traitement sans diagnostic clair.

Le savez-vous...

- **Chez les adultes**, le muguet peut être le **signe d'une maladie sous-jacente ou d'un trouble immunitaire**. Un muguet récurrent nécessite des examens complémentaires.
- Le muguet n'est pas une raison pour arrêter l'allaitement, même si la douleur peut le rendre difficile.
- Le muguet peut s'accompagner d'**érythème fessier sévère** qui ne réagit pas à une pommade ordinaire ; une pommade antifongique est alors nécessaire.
- L'hygiène reste la base de la prévention et du traitement.