

# 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.

## Traitement

**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 saviez-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.