

# Refroidissement? Nez bouché? Toux grasse?



Ce qu'il faut savoir  
sur les voies respiratoires  
et le traitement

# Comment fonctionne notre respiration?

Toutes les cellules de notre corps ont besoin d'oxygène. En inspirant, de l'air rentre dans les voies respiratoires inférieures en passant par le pharynx et les voies respiratoires supérieures, dont font partie les fosses nasales avec les cornets et les sinus. De là, l'air chaud, humidifié et débarrassé des particules, entre dans les bronches en passant par la trachée.

Les bronches sont un système largement ramifié qui ressemble à un grand arbre avec une cime ample et qui se termine en d'innombrables alvéoles. L'oxygène traverse la paroi microscopiquement fine de ces alvéoles et est absorbé par nos globules rouges.

Nos voies respiratoires sont tapissées d'une muqueuse. Sa composition est la même dans les voies respiratoires supérieures et inférieures. La surface de cette muqueuse est représentée sur l'image du haut.

## Comment nos voies respiratoires restent-elles dégagées?

La muqueuse est composée de cellules avec des cils vibratiles, ainsi que de cellules et de glandes qui produisent jusqu'à 100 ml de sécrétions par jour. Les cils vibratiles et le mucus se chargent de capturer les particules toxiques, les virus et les bactéries, et de les évacuer. Les cils vibratiles bougent dans le mucus à la manière d'un champ de céréales exposé au vent et le transportent avec les particules étrangères toujours en direction du pharynx, où il est avalé ou expectoré. La muqueuse sert ainsi simultanément de bouclier de protection et de dispositif de nettoyage des voies respiratoires. La composition des muqueuses des voies respiratoires inférieures et supérieures est la même et elles forment un système cohérent. C'est la raison pour laquelle une infection des voies respiratoires ne se cantonne souvent pas uniquement à un « étage » mais passe souvent aussi à l'autre. Il n'est pas rare qu'une personne qui, dans un premier temps, a le nez bouché, se mette à tousser quelque temps après.

# Que se passe-t-il lors d'une maladie des voies respiratoires?

Les infections des voies respiratoires entraînent une inflammation de la muqueuse. Elle gonfle et produit un mucus visqueux. Ce dernier s'incruste, les cils vibratiles s'agglutinent et ne peuvent plus évacuer le mucus, le mécanisme d'auto-nettoyage des voies respiratoires est alors perturbé. Cela génère un terrain propice aux bactéries, et une inflammation des muqueuses, des sinus et des bronches peut alors continuer à se développer. Il est par conséquent préférable de prendre un médicament efficace dès les premiers symptômes, et ce afin de les soulager et de prévenir toute aggravation.

# Rhume

Dans le cas d'un rhume aigu, il s'agit d'une inflammation de la muqueuse nasale, déclenchée par des virus. C'est une infection virale transmise par des gouttelettes, c.-à-d. qu'en éternuant les virus sont expulsés de la muqueuse nasale sous forme de minuscules gouttes de sécrétion et sont inspirés par d'autres personnes. Les virus colonisent particulièrement facilement les muqueuses nasales préalablement lésées comme cela peut p. ex. se produire en cas d'air ambiant sec ou d'hypothermie. De manière typique, un rhume commence par une sensation de brûlure et un chatouillement dans le nez, accompagnés d'une envie d'éternuer. Puis ensuite, des sécrétions aqueuses claires s'écoulent en abondance du nez – on dit alors que le nez «coule». Dû à l'inflammation, la muqueuse nasale gonfle, le nez est bouché. Vous parlez alors du nez et avez du mal à respirer. Ce qui est également désagréable, c'est l'absence ou la diminution de l'odorat et du goût. Par la suite, les sécrétions deviennent de plus en plus épaisses et jaunâtres ou verdâtres. En règle générale, un rhume évolue sans complications et dure environ 5 jours. Une sinusite peut toutefois se développer à partir d'un rhume, et ce en raison du gonflement des orifices qui mènent aux sinus.

# Sinusite (inflammation des sinus de la face)

La sinusite est une maladie qui touche les muqueuses à l'intérieur des sinus et elle est généralement due à une infection ou à un rhume allergique.

Les sinus sont des cavités situées dans le crâne et qui renferment de l'air. Ils font partie de nos voies respiratoires. Les fosses nasales et les sinus communiquent par des orifices relativement étroits qui servent à l'aération et à l'écoulement des sécrétions hors des sinus. Le gonflement des muqueuses entraîne la fermeture des passages entre les fosses nasales et les sinus. Les sécrétions visqueuses qui sont de plus en plus importantes ne peuvent plus s'écouler et elles constituent alors un terrain favorable à la prolifération bactérienne. Une fois que l'inflammation s'est installée dans les sinus, cela génère une pression qui peut être renforcée en baissant la tête en avant et provoquer des céphalées et des douleurs faciales intenses (céphalée de tension).

# Bronchite

La toux est une réaction de défense normale des voies respiratoires à la pénétration de corps étrangers en tous genres. La toux permet par exemple l'évacuation de grandes particules d'impuretés hors des voies respiratoires.

Dans le cas d'une bronchite, c'est surtout la muqueuse bronchique qui est concernée par un gonflement et la production accrue d'un mucus visqueux, tous deux dus à l'inflammation. L'évacuation par la fonction d'auto-nettoyage est défectueuse, ce qui entraîne généralement une toux terrible, partiellement accompagnée d'expectorations. Ces expectorations peuvent devenir purulentes en présence de bactéries, pour qui ce milieu est tout à fait favorable à leur prolifération. La cage thoracique est endolorie et la température corporelle est souvent élevée. Si vous présentez ces symptômes intenses, il faut absolument consulter un médecin.

## GeloMyrtol® 300 mg

Personne ne souhaite voir son bien-être et sa productivité inutilement limités pendant un certain temps à cause d'une infection des voies respiratoires ou courir le risque que le mucus ne s'installe de manière prolongée dans les bronches et les sinus.

Dans ce cas, GeloMyrtol® 300 mg est utile: le myrtol standardisé, un principe actif naturel et unique en son genre, est administré dans des capsules particulières. Ces capsules sont gastro-résistantes et ne se dissolvent que dans l'intestin grêle où le principe actif est absorbé à des concentrations élevées et pénètre ensuite par la circulation sanguine dans les ramifications les plus fines des bronches et dans les sinus. Il atteint alors les voies respiratoires et agit directement dans les muqueuses où il

permet un nettoyage efficace des voies respiratoires. Le myrtol standardisé favorise la production accrue de sécrétions fluides, élimine les bouchons de mucosités et stimule l'évacuation des mucosités. De plus, GeloMyrtol® 300 mg a un effet anti-inflammatoire. La muqueuse inflammatoire dégonfle et peut à nouveau se régénérer. Les propriétés antimicrobiennes permettent d'attaquer directement les agents pathogènes. Par ailleurs, les propriétés antioxydantes de GeloMyrtol® 300 mg sont particulièrement utiles en cas de maladies chroniques des voies respiratoires, et ce afin de protéger la structure et la fonction de la muqueuse contre les radicaux agressifs. GeloMyrtol® 300 mg agit ainsi en profondeur de l'intérieur, et ce de manière durable et perceptible.

### Le résultat

GeloMyrtol® 300 mg libère les bronches et les sinus, atténue les symptômes et réduit le risque de nouvelles infections.



# Refroidissement? Nez bouché? Toux grasse?



- Dissout le mucus
- Combat les agents pathogènes
- Libère les voies respiratoires

Veuillez lire la notice d'emballage.

Distribution: Alpinamed SA, 9306 Freidorf