

## [COVID-19] Perte de l'odorat : Les ORL du CHRU rappellent qu'il ne faut pas hésiter à consulter

Parmi les patients touchés par la COVID-19, 40 à 50% d'entre eux peuvent être victimes d'une perte de l'odorat, également appelée anosmie, avec une prédominance chez les femmes, et un âge moyen autour de 50 ans. Ce symptôme peut être transitoire mais s'il dure, les ORL du CHRU conseillent aux patients de ne pas hésiter à consulter. Rencontre avec le Docteur Charles Aussedat, oto-rhino laryngologiste au CHRU.

### COVID-19 & anosmie

Dans les cas de COVID-19, il est possible que le symptôme initial (et parfois le seul) de la maladie soit une perte significative de l'odorat. A lui seul ce symptôme doit entraîner la réalisation d'un test de dépistage.

Dans le cas de la COVID plusieurs mécanismes peuvent expliquer cette perte de l'odorat.

Il peut s'agir :

- d'un oedème de la fente olfactive (couloir respiratoire intranasal tapissé de terminaisons nerveuses spécialisées dans la perception des odeurs) qui bloque le passage des informations sensorielles et leur traitement par le cerveau. Dans ce cas-là, la perte de l'odorat sera transitoire ;
- d'une destruction des cellules sensorielles et des neurones. Alors l'anosmie peut se révéler plus durable dans le temps.

### Comment prendre en charge l'anosmie ?

De nombreux virus sans gravité, causant des rhinopharyngites par exemple, peuvent occasionner des pertes sensibles et momentanées de l'odorat, on a tous expérimenté cela lors d'un rhume et cette gêne ne s'installe pas.

Dans le cas de la COVID-19 et selon le mécanisme à l'oeuvre (destruction de cellules), l'anosmie peut durer plusieurs semaines voire plusieurs mois.

Dans ce cas, la personne doit consulter son médecin et peut être faudra-t-il pousser les investigations.

En effet, actuellement une grande partie des diagnostics d'anosmie concernent la COVID-19. Néanmoins il conviendra de procéder à des investigations plus poussées, par endoscopie nasale et imagerie scanner ou IRM, notamment pour éliminer les autres causes potentielles : rhinite chronique (polypes des sinus), traumatisme ou maladie neuro-dégénérative.

### Que peut-on faire quand l'anosmie ne s'améliore pas spontanément ?

Une rééducation est possible. C'est d'ailleurs notamment pour cela qu'il est recommandé de consulter. Le médecin généraliste ou un ORL peut mettre en place avec le patient un protocole très simple de réapprentissage des odeurs. Dans ce cadre la Société française d'ORL a établi une liste de saveurs (senteurs, parfums, odeurs) tout à fait courantes (vanille, café, aneth, thym, etc) que la personne peut respirer deux fois par jours, pendant au moins 12 semaines, en s'astreignant à lire le nom de la saveur en même temps qu'elle la respire. Petit à petit l'odorat peut ainsi se rééduquer.

### L'anosmie peut-elle être considérée comme une pathologie grave ?

Non mais il ne faut pas négliger que cette séquelle impacte néanmoins la qualité de vie. Respirer les odeurs, les parfums, notamment en cuisine, est quelque chose qui manque quand on en est privé et dont les patients, à juste titre se plaignent. L'olfaction, c'est aussi une alerte sensorielle pour détecter les substances toxiques comme le gaz, la fumée... Les personnes sans odorat doivent se méfier encore plus que les autres du risque d'accidents domestiques. Peut-être un point positif, il semblerait que les patients atteints d'anosmie au début de leur infection à la COVID-19 soient moins sujettes à développer les formes très graves, celles qui peuvent induire une hospitalisation en réanimation. Cela pourrait s'expliquer par le fait que le passage du virus par le nez engendrerait une réaction immunitaire plus adaptée.

Le service d'ORL de Tours a participé avec la société KELINDI et le Pr Fabrice Denis (oncologue au Mans) à l'élaboration d'une application «COVID Anosmie» qui sera disponible et téléchargeable gratuitement d'ici la fin de l'année et qui permettra de guider les patients pour la rééducation de l'odorat.

Des études sur ce symptôme seront réalisées pour essayer de mieux le comprendre et le prendre en charge.

### Exercice de rééducation proposé par la SFORL

Lire le nom du produit avant de le sentir pour donner le temps au système sensoriels d'associer les deux informations : vanille, café, aneth, thym, cannelle, clou de girofle, lavande, coriandre, vinaigre léger, menthe, cumin.

### Contact presse

Anne-Karen Nancey - Direction de la communication  
02 47 47 37 57 / 07 87 97 92 71 - [ak.nancey@chu-tours.fr](mailto:ak.nancey@chu-tours.fr)  
[www.chu-tours.fr](http://www.chu-tours.fr)

