

## Traitement de la xérophtalmie (sécheresse oculaire)

### SUBSTITUTS LACRYMAUX

Fluides avec rémanence limitée (sans conservateurs) :

- LACRIFLUID® (carbomère)
- FLUIDABAK® (povidone)
- ARTELAC®

Plus visqueux avec rémanence plus importante (hyaluronate de sodium, avec ou sans adjuvants) :

- VISMED® multi
- HYLOVIS®
- HYLOCONFORT / HYLOCONFORT PLUS®
- THEALOSE®
- NEREYA®
- NEOVIS TOTAL®...

Gels lacrymaux sans conservateur :

- AQUAREST®
- CELLUVISC®
- GEL LARMES®
- VISMED GEL® multi...

**Après un lavage des mains minutieux**, les substituts lacrymaux peuvent être instillés plusieurs fois par jour (autant de fois que nécessaire). L'association à des gels plus visqueux, dont la durée d'action est plus longue, est recommandée. Les gels restent plus longtemps sur la surface oculaire ce qui permet de réduire la fréquence d'application. Ils peuvent entraîner une vision floue qui s'estompe progressivement.

**A discuter avec ophtalmologue référent en cas de sécheresse compliquée sur le plan local :**

- Collyres à base de corticoïdes : DEXAMETHASONE ou autre corticoïde en cure courte en adjuvant lorsque la surface oculaire est très inflammatoire.
- Collyres à base de ciclosporine : préparations magistrales en pharmacie hospitalière (0,05%, 0,1%, 0,5%, 1%, 2%), CICLOGRAFT® à 2% (accès compassionnel, dispensation en pharmacie hospitalière)
- Collyre à base de tacrolimus : TALYMUS® (accès compassionnel, dispensation en pharmacie hospitalière)
- Collyres dérivés du sang : collyre au sérum autologue 20 et 50%, collyre au plasma riche en plaquettes.

**Spray apaisant pour paupières :**

- AQUALARM®
- VYSEO®

*Astuce : refroidir les sprays au frigo permet d'être soulagé plus efficacement*

### Règles non médicamenteuses :

- Éviter les facteurs d'irritation externe : fumée de tabac, source de chaleur (utiliser des humidificateurs d'air), éviter l'air conditionné, le vent.
- Réalisation de soin de paupière en cas de dysfonction meibomienne associée (voir avec l'ophtalmologiste) : chauffer les paupières, avec compresses chaudes ou masque (MEIBO PATCH®, POSIFLORLID®, THERA PEARL®...) pour liquéfier le « gras » des glandes de Meibomius puis effectuer un massage drainant des paupières (Vidéo tuto explicative sur site Fai2r.org)
- Si travail sur ordinateur : placer l'écran plus bas que le niveau des yeux (limite l'évaporation des larmes de 25 à 50% par rapport au regard vers le haut) et préférer le « mode » nuit
- Éviter les lentilles de contact conventionnelles (souples ou rigides : mal tolérées et risque accru de kératite).
- Lunettes à chambre humide, lunettes à chambre close ou à auvent latéral.
- Instillation au coucher dans les formes sévères de pommade ophtalmique (attention, arrêt prochain de la commercialisation de la pommade vitamine A non conservée)
- Bouchons méatiques pour bloquer l'évacuation des larmes.
- Cautérisation des méats lacrymaux en cas de chutes fréquentes des bouchons méatiques.
- Adaptation avec ophtalmologue spécialisé en verre de contact (<https://patients.sfo-alc.fr/>) (accès limité) : lentille sclérale qui sont des grosses lentilles qui recouvrent toute la cornée et servent de réservoir d'eau
- Concernant le maquillage : privilégier l'apposition du mascara sur la point des cils pour éviter d'obstruer les glandes de Meibomius.
- Concernant les lunettes solaires enveloppantes sur les côtés, elles sont interdites pour la conduite automobile.

## Traitement de la xérostomie (sécheresse buccale)

- Prévention : Éviter la consommation d'alcool, de tabac, limiter les aliments/boissons acides, hydratation suffisante de manière répétée et en petite quantité (1,5-2L d'eau par jour)
- Auto-massage glandes parotides et sous maxillaires (Vidéo tuto explicative sur site Fai2r.org)
- Bains de bouche à l'eau bicarbonatée
- Dentifrice fluoré en pharmacie à partir de 1500PPM (FLUOCARYL BI-FLUORE®, PARODONTAX®, MERIDOL®)
- Utilisation d'une brosse souple.
- Utilisation d'un jet dentaire, de fil dentaire, de brossette.
- Soins dentaires réguliers avec détartrage (contrôle tous les 6 mois).
- Si prothèse, préférer prothèse fixe, pas de prothèse implantée.
- Si prothèse, la placer la nuit dans un verre d'ELUDRIL®, rincer le matin.
- Prendre le temps de mastiquer.
- Consommation régulière de chewing-gum ou de bonbons sans sucre ou simplement sucer des glaçons, un simple noyau ou un petit caillou.
- Salive artificielle en spray (type ARTISIAL®, ELGYDIUM CLINIC XEROLEAVE®), AEQUASYAL® gel humectant (type BIOXTRA®).
- Douleurs ou brûlures linguales (bains de bouche à l'aspirine, à l'eau bicarbonatée, au sucralfate, gel de Polysilane, gel anesthésique).
- Gel humectant : GUM® HYDRAL™.
- Pastille adhérente : XYLIMELTS® (code promo accessible via association AFGS)

## Autres sécheresses

**Sécheresse nasale :** PRORHINEL®, solution nasale, chlorure de sodium.

Xéroses cutanées : produits sans savon / huiles lavantes pour la toilette ; émoullissants en baume en application quotidienne

**Sécheresse vaginale :**

- Gel lavant doux ou pain surgras,
- Traitement hormonal substitutif (si ménopause et absence de contre-indication)
- En local / hormonal : colpotrophine (en ovule ou crème)
- En local / non hormonal : ovules ou crème à base d'acide hyaluronique : MUCOGYNE® (ovule ou gel), AINARA® (gel), PALOMACARE®/IDRACARE® (gel), REPLENS® (gel), CICATRIDINE® (ovule)

**Sécheresse pharyngée / bronchique :**

- Aérosols de sérum physiologique par nébulisation pneumatique
- Placer un humidificateur dans la chambre (en rayon puériculture).

## Traitement du syndrome sec par voie générale

- Éviter tous les médicaments susceptibles d'induire ou de majorer une xérostomie : psychotropes, certains antalgiques, certains hypertenseurs, atropiniques.
- SULFARLEM S25® : 1 à 2 cp x3/jour, améliore la xérostomie.
- CHLORHYDRATE DE PILOCARPINE : 1 gélule à 4mg, 2 à 6 fois /j en « Préparation magistrale, en l'absence de spécialité équivalente, remboursement demandé au titre des maladies rares chroniques »
- Possibilité également de prescrire SALAGEN® : 1 cp à 5 mg x3/jour ; après plusieurs semaines, augmenter progressivement jusque 4 à 6 cp/jour si nécessaire (non remboursé)
- Action cholinergique (stimule les récepteurs muscariniques M3), explique ses effets indésirables : modification de la fréquence cardiaque, hypersudation, vasodilatation, contraction des cellules musculaires lisses bronchiques (bronchospasme), urinaires (colite néphrétique), voies biliaires (cholécystite)
- Contre-indications : hypersensibilité à la pilocarpine, asthme non contrôlé, uvéite antérieure, glaucome par fermeture de l'angle, allaitement
- Efficacité sur la sécheresse buccale principalement. La pilocarpine peut également améliorer la sécheresse nasale, bronchique et vaginale. Son effet sur la sécheresse oculaire est variable.