



destinationsante.com

Nicolas Chaze - lun, 08/04/2019 - 09:55

Cela agace, énerve et ne fait pas bon genre. Pourtant qui n'a jamais reniflé ? Pour certains, c'est un tic, pour d'autres, une arme de choix (à tort) en cas de rhume. Et si nous parlions du reniflement ?

Explorer. « Le reniflement consiste à inspirer de l'air par le nez », explique le Dr Jean-Marc Juvanon, ORL à Nemours. « L'être humain, comme beaucoup de mammifères, renifle de manière automatique. En réalité, la fonction essentielle consiste à explorer l'ensemble des odeurs de l'environnement. »

Un tic ? Plus gênants, les reniflements réguliers et bruyants (très agaçants pour les proches) appartiennent à la sphère des tics. « Il s'agit de personnes qui ne cessent de renifler et ne peuvent s'en empêcher. » Votre conjoint(e) est concerné(e) ? Ne le martyrisez pas, le stress, la fatigue, la nervosité ou l'ennui peuvent être des facteurs déclencheurs.

Le nez qui coule, vite je renifle ! Si le reniflement peut apparaître comme un geste peu élégant en société, il peut parfois s'avérer très utile. « Quand il y a un écoulement nasal, les gens ont tendance à vouloir le ré-aspirer pour éviter qu'il devienne visible. Et c'est parfaitement compréhensible, c'est une fonction sociétale. »

A vos mouchoirs. En cas de rhume pourtant, le reniflement n'est pas du tout la bonne méthode. « Quand on a des sécrétions dans le nez, le fait de renifler fait remonter le mucus dans vos sinus et les congestionne à nouveau. Il faut donc les évacuer, c'est l'idéal. Pour cela rien de tel que de se moucher ».

Auteur de l'article original:

Dominique Salomon pour Destination Santé

Source:

Interview du Dr Jean-Marc Juvanon, 20 mars 2019

Date de publication (dans la source mentionnée):

Jeudi, 28. Mars 2019

[Pour consulter l'article suivez ce lien](#) ^[1]

Mots-clés:

renifler [2]

orl [3]

nez [4]

rhume [5]

affection ORL [6]

mouchage [7]

otite séreuse [8]

URL source: <https://www.orthomalin.com/actualites/actualite-professionnelle/arrete-de-renifler>

Liens

[1] <https://destinationsante.com/arrete-de-renifler.html>

[2] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/renifler>

[3] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/orl>

[4] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/nez>

[5] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/rhume>

[6] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/affection-orl>

[7] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/mouchage>

[8] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/otite-sereuse>