Vendredi 20 janvier 2023 - Catégorie: **Spécialités** - Ecrit par **Lara Gross Etter**

Le nez

H24 nez

Découvrez encore tous les secrets du nez : filtre, climatiseur, humidificateur ou agent de sécurité, ses fonctions sont multiples.

- **Filtre, climatiseur et humidificateur high-tech**

  Poussières, pollen ou pollution : rien ne lui échappe. Le nez filtre tous ces éléments de l'air pour éviter qu'ils ne terminent dans nos poumons. Il fait également office de climatiseur et d'humidificateur. « L'air est à 34 degrés après être passé par le nez, explique Dr Victor Colin, médecin adjoint au Service d'ORL. Son taux d'humidité est de 100% au moment de rejoindre la gorge. » Autant de conditions nécessaires au bon fonctionnement des poumons et donc de l'absorption de l'oxygène.

- **L'odorat, notre agent de sécurité**

  Sans nez, pas d'odeur, sans odeur, pas d'alerte. « L'odeur du lait caillé nous dit de ne pas le consommer, l'odeur de brûlé nous signale un danger. Certaines maladies se repèrent ainsi, par exemple une plaie infectée qui sent mauvais. » La perte de l'odorat, notamment avec le Covid-19, ne permet plus d'assurer ce rôle d'agent de sécurité. « On ne sent pas qu'un aliment est pourri, ou si quelque chose brûle ou tout simplement si on sent la transpiration… »

- **Comme une madeleine de Proust**

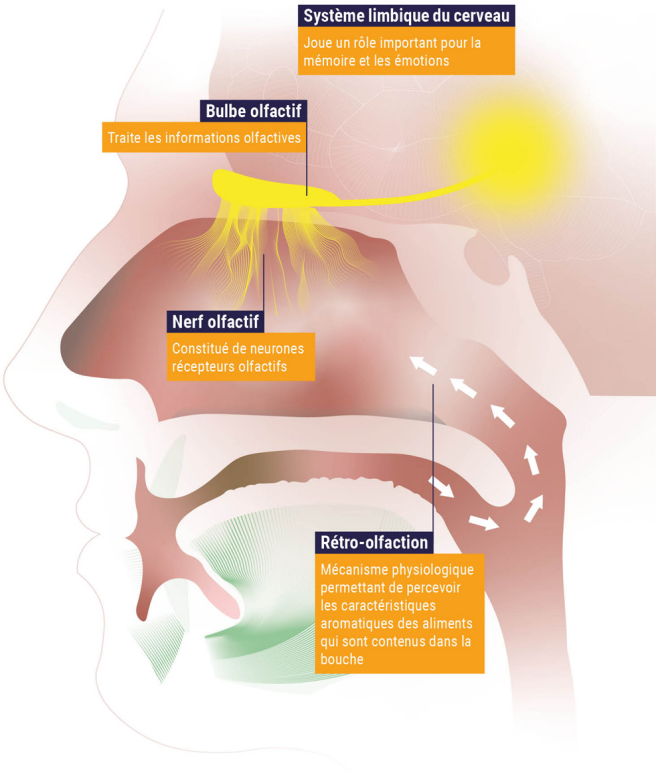
Si le goût se limite à cinq saveurs (sucré, salé, amer, acide et umami – le goût présent surtout dans la nourriture asiatique avec le glutamate), tout le reste passe par le nez. « Imaginez, vous dégustez une fraise, une fois en bouche, votre goût vous dit qu'elle est sucrée, mais toutes les autres informations proviennent de la rétro-olfaction, soit de votre nez. » Là encore, la perte d'odorat a un impact considérable. « Le système olfactif est lié au système limbique – appelé parfois cerveau émotionnel – qui joue un rôle important pour la mémoire et les émotions, comme l'odeur d'un gâteau qui nous rappelle notre grand-mère. Sur le long terme, ça peut avoir des effets sur l'humeur et le moral.

- **Éternuer, reboot du système**

  « L'éternuement a pour fonction principale d'éjecter hors du nez tous les corps " étrangers". Ce phénomène est complexe : il évacue le surplus de sécrétion qui ont accumulé ces éléments extérieurs (pollens, virus, etc.), il fluidifie les nouvelles sécrétions, la contraction des vaisseaux sanguins (vasoconstriction) donne plus de place et permet de retrouver une bonne respiration nasale. » Et quand il s'agit d'éternuer, il faut laisser faire la nature. « Ne pas retenir les éternuements, mais bien sûr couvrir son nez et sa bouche, surtout quand on sait que les projections peuvent aller jusqu'à sept, voir huit mètres ! »

- **Du sang? Pincez votre nez**

  Très vascularisé, situé dans une zone de très haut débit sanguin et protégé par une peau très fine (appelée muqueuse) : quand le nez saigne, il saigne beaucoup ! « Il faut pencher la tête en avant pour éviter que le sang termine dans l'estomac. Se moucher pour évacuer les éventuels caillots puis pincer le plus fort possible la partie molle du nez et ceci durant cinq minutes. Cette compression permet la cicatrisation des vaisseaux, comme on comprimerait une plaie. »



Mots clés: H24 Au scanner