

GLOBALPHARYNGISOPHOBIE

Peur de la sensation de boule dans la gorge

VOIR AUSSI :

PHAGOPHOBIE

LARYNGOPHARYNGOPHOBIE

NASOFIBROSCOPHOBIE

GLOBUS PHARYNGIS

Le **globus pharyngis** (ou simplement *globus*) est la sensation persistante d'une boule, d'un nœud ou d'un corps étranger dans la gorge, **sans qu'il y ait réellement d'obstruction physique**. Ce n'est pas une maladie grave, mais c'est souvent gênant et anxiogène.

Ce que le patient ressent

- Une sensation de **boule coincée dans la gorge** (généralement au niveau du larynx ou de la base du cou)
- La sensation **disparaît souvent en mangeant ou en buvant**, ce qui est un signe rassurant
- Elle est souvent **plus intense à vide** (quand on avale sa salive)
- Pas de douleur franche, pas de dysphagie réelle (la nourriture passe normalement)
- Souvent **aggravée par le stress** ou l'anxiété

Causes et mécanismes

Le globus est **multifactoriel** :

Cause	Détails
Reflux gastro-œsophagien (RGO)	La plus fréquente — l'acide irrite le pharynx/larynx (reflux laryngopharyngé)
Hypertonie du sphincter œsophagien supérieur	Contraction excessive du muscle crico-pharyngien
Anxiété / stress	Tension musculaire du cou et du pharynx, hypervigilance sensorielle
Posture et tension cervicale	Contractures des muscles péri-laryngés
Sécrétions / mucus	Post-nasal drip (écoulement rétro-nasal)
Causes thyroïdiennes	Goitre, nodule thyroïdien (à éliminer)
Causes rares	Ostéophytes cervicaux, diverticule de Zenker

Dans **60 à 70 % des cas**, aucune cause organique n'est retrouvée — on parle alors de globus fonctionnel.

Diagnostic

L'objectif principal est d'**éliminer une cause sérieuse** (tumeur, trouble moteur œsophagien grave) :

1. **Interrogatoire** — caractère de la sensation, facteurs déclenchants, ATCD de reflux
2. **Nasofibroskopie** — examen ORL de référence pour visualiser le pharynx et le larynx
3. **pH-métrie / impédancemétrie** — si suspicion de reflux laryngopharyngé
4. **Transit baryté ou endoscopie** — si besoin d'explorer l'œsophage
5. **Échographie thyroïdienne** — si masse palpable

Traitement

Il dépend de la cause identifiée :

- **RGO/reflux laryngopharyngé** → IPP (inhibiteurs de la pompe à protons), règles hygiéno-diététiques
- **Tension musculaire** → kinésithérapie cervicale, rééducation vocale
- **Anxiété** → prise en charge psychologique, TCC, relaxation
- **Mucus/post-nasal drip** → traitement de la rhinite, spray nasal
- **Globus fonctionnel** → rassurance, explication au patient, parfois antidépresseurs à faible dose

Points clés à retenir

- Très fréquent, souvent bénin
- La sensation qui **s'améliore en mangeant** est un signe rassurant (une tumeur ferait l'inverse)
- Consulter si : dysphagie progressive, amaigrissement, douleur, voix modifiée, symptômes unilatéraux — ces signes nécessitent une investigation urgente