

**Qu'est-ce que la stomatodynie primaire ?**

La stomatodynie primaire est également appelée « glossodynie », « burning mouth syndrome », « langue de feu », « paresthésies buccales psychogènes »... Il s'agit d'une sensation douloureuse quotidienne de la muqueuse buccale, qui conserve une apparence normale. Les douleurs, à type de brûlures ou de picotements, prédominent sur la langue. Elles peuvent varier d'intensité, s'atténuant notamment au cours des repas et du sommeil. D'autres symptômes peuvent être présents (sécheresse, modification du goût, gêne lors de la déglutition).

**Quelles sont les causes ?**

Plusieurs causes sont décrites : une diminution des petits nerfs de la langue, correspondant à une « neuropathie localisée » ; une diminution du seuil de sensibilité à la douleur ; une cause psychosomatique (événements de vie, stress, anxiété, dépression...).

**Comment faire le diagnostic ? Y a-t-il des examens à réaliser ?**

Le diagnostic est évoqué sur les caractéristiques de la douleur et après examen de la bouche, qui est le plus souvent normal. Dans la plupart des cas, aucun examen complémentaire n'est nécessaire.

Parfois, il peut être utile d'éliminer d'autres causes de douleurs buccales (recherche d'une sécheresse de bouche, prise de sang à la recherche d'un diabète, de carences en fer et en vitamines). Une cause allergique est exceptionnelle, elle ne sera évoquée que devant certaines caractéristiques particulières de la douleur et de l'examen buccal.

**Y a-t-il des risques liés à la stomatodynie primaire ?**

La stomatodynie est un symptôme gênant, mais sans gravité et qui n'est associée à aucune maladie. Il n'y a pas de risque de cancer, ni d'infection microbienne. Elle n'est pas contagieuse.

**Comment évolue la stomatodynie primaire ?**

Il est rare d'observer une disparition complète des douleurs. Avec une prise en charge adaptée, la douleur va progressivement s'atténuer pour devenir une simple gêne, plus ou moins présente en fonction des jours et notamment du niveau de stress ou d'anxiété.

**Quels sont les traitements de la stomatodynie primaire ?**

Les traitements dépendent essentiellement de l'intensité de la gêne ressentie. L'objectif est de mener une vie « normale », malgré cette gêne qui peut parfois prendre une place importante dans sa vie quotidienne.

Il peut s'agir de mesures simples (sucrer des bonbons sans sucre, mâcher du chewing-gum, ...). Il est également possible de proposer des médicaments destinés à soulager les douleurs d'origine neurologique (antidépresseurs, anxiolytiques...).

Comme dans toute situation de douleur chronique, prendre en charge une composante psychologique (anxiété, dépression...) apparaît essentielle.

Les techniques de relaxation (hypnose, sophrologie...) peuvent également être utiles.