

Dernière mise à jour le 17
septembre 2020

Lien vers l'article:

[https://infosante.be/guides/
hoquet](https://infosante.be/guides/hoquet)



Le hoquet, qu'est-ce que c'est ?

Le hoquet est la **contraction soudaine** du diaphragme et des muscles entre les côtes, suivie de la fermeture de la glotte. En cas de hoquet, le nombre de contractions peut varier de 4 à 60 fois par minute.

Le hoquet arrive **fréquemment**. Il est généralement **passager et sans danger**. On ne sait pas exactement ce qui déclenche le hoquet. Une crise aiguë de hoquet dure au maximum 48 heures (48h) et **disparaît généralement d'elle-même**.

Habituellement, le hoquet peut apparaître à cause de la **dilatation de l'estomac**. Cela peut arriver, par exemple, après un repas copieux, des changements de température dans les aliments ou les boissons, après avoir bu des boissons gazeuses ou beaucoup d'alcool. Comme il n'y a pas de maladie à la base du problème, on dit, dans ces cas, que le hoquet est **physiologique**.

Si le hoquet dure plus de 48 heures (48h), on parle de **hoquet persistant**. Si cela dure plus de 2 mois, on parle de **hoquet réfractaire**.

Il y a beaucoup de causes possibles d'un hoquet de longue durée, voici quelques exemples :

- un problème digestif, par exemple une [hernie diaphragmatique](#) ;
- une accumulation de substances toxiques, par exemple une intoxication alcoolique, certains médicaments ;
- un problème du tronc cérébral, par exemple, un [accident vasculaire cérébral \(AVC\)](#), une [tumeur cérébrale](#), la [sclérose en plaques](#) ;
- un problème de cœur, par exemple une [crise cardiaque \(infarctus\)](#) ;
- une accumulation de déchets due à un problème de fonctionnement des reins ;
- certains troubles psychiatriques.

Chez qui et à quelle fréquence ?

Tout le monde a un jour le hoquet. Il devient moins fréquent lorsqu'on vieillit mais les crises peuvent être plus longues. Le hoquet persistant et tenace touche plus souvent les hommes que les femmes.

Le médecin voit environ 7 nouveaux cas de hoquet pour 10 000 contacts par an, principalement chez **les personnes âgées de 45 à 64 ans**.

Que pouvez-vous faire ?

Pour éviter que votre estomac se dilate trop brusquement, **prenez le temps** de manger et de boire, et mâchez bien votre nourriture. **Évitez de consommer des boissons gazeuses**. Comme la consommation d'alcool augmente le risque de hoquet, modérez votre consommation.

Habituellement, le hoquet disparaît spontanément. Il existe des solutions, mais rien ne prouve qu'elles soient toutes aussi efficaces, par exemple : retenir sa respiration ou respirer dans un sac en papier, manger une cuillère de sucre fin et sec, faire peur à la personne, ou boire de l'eau glacée.

Que peut faire votre médecin ?

Votre médecin vous **pose des questions** par rapport aux causes possibles du hoquet. En fonction de vos réponses et de vos symptômes, il ou elle peut éventuellement proposer des examens complémentaires, par exemple une **prise de sang** ou une **radiographie du thorax**.

Si vous avez des épisodes de hoquets fréquents et prolongés (plus de 24 heures) ou en cas de hoquet persistant ou tenace, il ou elle peut vous orienter vers un ou une médecin spécialiste. Mais on ne trouve pas toujours la cause du hoquet.

Si les solutions non médicamenteuses ne suffisent pas, votre médecin peut vous proposer **des médicaments**, par exemple, des médicaments qui agissent sur la vidange gastrique ou sur le système nerveux.

Si une maladie peut expliquer votre hoquet, il ou elle traite la maladie à l'origine du hoquet.

Rédaction le 17 septembre 2020.

Dernière mise à jour le 17 septembre 2020

Lien vers l'article:

<https://infosante.be/guides/hoquet>



Sources

- Guide de pratique clinique étranger
<https://www.ebpnet.be/fr/pages/display.aspx?ebmid=ebm01054>