



Crédit photo: DIMITRI Kandinsky

Prise en charge globale des problèmes de dysosmies post COVID-19. Une approche éprouvée par la méthode OSTMR (*Olfactory Stimulation Therapy & Memory Reconstruction*)

Selon une étude menée dans 18 hôpitaux Européens entre mars et juin 2020¹, on dénombre aujourd'hui une **perte de l'odorat chez 85,9% des patients atteints d'une forme légère de COVID-19.**

Même si 54,3% des ces personnes sondées voient ces dysfonctionnements olfactifs disparaître dans le mois suivant leur apparition, **environ ¼ d'entre elles déclarent ne pas avoir récupéré leurs pleines capacités olfactives après 60 jours.**

Dans leur cas, **un accompagnement approprié est conseillé, voire nécessaire.**

L'atteinte de ce sens - certes méconnu mais capital à plusieurs titres - peut avoir de nombreuses conséquences pouvant aller bien au-delà d'un manque de plaisir éprouvé lors de l'alimentation.

On peut en effet observer de **réels risques:**

- liés à **l'absence de signaux de détection de danger** (comme un aliment avarié, l'odeur de gaz ou de brûlé),
- de **dénutrition** et de **carences**,
- des **troubles anxio-dépressifs** et
- un **impact psychosocial**: notre odorat nous permettant - souvent de façon non consciente - de percevoir et décrypter les comportements de nos semblables.

¹ Etude "**Prevalence and 6-month recovery of olfactory dysfunction: a multicentre study of 1363 COVID-19 patients**" publiée au Journal of Internal Medicine - J. R. Lechien C. M. Chiesa-Estomba E. Beckers V. Mustin M. Ducarme F. Journe A. Marchant L. Jouffe M. R. Barillari G. Cammaroto M. P. Circiu S. Hans S. Saussez

C'est dans ce contexte que le **Dr. Olga Alexandre** (Neuropsychiatre et Biochimiste) propose un **protocole de prise en charge globale** combinant **rééducation des troubles quantitatifs** (anosmie, hyposmie et hyperosmie)² et **accompagnement des troubles qualitatifs** (parosmie et phantosmie)².

Un protocole de rééducation de l'odorat OSTMR datant de 2014 a été adapté aux problèmes spécifiques auxquels font face les patients atteints de COVID. Ce protocole original a été scientifiquement confirmé par une étude menée sur 135 patients anosmiques du Centre républicain biélorusse d'oncologie, immunologie et hématologie (Minsk), de 2016 à 2019 .

Le protocole OSTMR " post-Covid " prend en compte les problématiques spécifiques rencontrées par les patients atteints de SARS- COV 2.

De façon concrète, cet accompagnement se conçoit sur **12 à 14 séances** d'une durée de **30 à 45 minutes** chacune. Les **4 à 6 premières séances** s'effectuent de façon **hebdomadaire**, les **restantes** seront ensuite **espacées** dans le temps **tous les 14 à 21 jours**.

Cette prise en charge peut s'effectuer **aussi bien en présentiel qu'à distance**. Elle s'entend comme un **véritable moment privilégié** durant lequel le **spécialiste OSTMR** se base sur les **besoins individuels** de chaque patient en **respectant les limites physiques et les capacités individuelles**.

La rééducation s'appuie sur une **palette de 80 stimuli olfactifs dilués** à différentes concentrations et répondant aux **normes de restrictions chimiques et toxicologiques en vigueur**.

A chaque séance le spécialiste OSTMR sélectionne des **stimuli différents** en cohérence avec les besoins individuels et ce afin de **construire ensemble le processus d'accompagnement**.

Par exemple, dans le cadre de l'appréhension des troubles psychosociaux, on pourra privilégier des stimuli à connotation hédonique (en fonction du vécu). L' impact psychologique des matières odorantes sera combiné à leur propriétés thérapeutiques.

Les problématiques de sécheresse buccale (reliées aux troubles de dysgueusie²) pourront, quant à elles, être approchées en sélectionnant des stimuli olfactifs reconnus pour leur capacité à augmenter la salivation.

² **Anosmie**: perte totale de l'odorat

Hyposmie: diminution de l'odorat

Hyperosmie: augmentation de l'odorat

Parosmie: perception d'une mauvaise odeur dont la caractéristique essentielle est d'être déclenchée par la perception d'une molécule odorante provoquant usuellement une sensation plutôt agréable.

Phantosmie: ou hallucination olfactive, est la perception erronée d'une odeur : il n'y a aucune molécule odorante dans l'environnement mais le patient en perçoit une.

Dysgueusie: trouble qualitatif de la perception du goût

En conclusion, cette méthode de prise en charge des troubles de l'odorat post-Covid se conçoit comme une **véritable démarche d'accompagnement personnalisé et adaptable** visant à **améliorer la qualité de vie des patients dès la 1ère séance**.

Envie d'en savoir plus sur le potentiel de cette méthode? Nous vous invitons à consulter le site internet ostmr.com et vous donnons rendez-vous très prochainement pour la suite de nos publications!

[Dr Olga Alexandre](#) - [Sonia Pichon](#)



**+ La méthode OSTMR
en réponse aux troubles
de l'odorat et du goût
liés à la Covid-19.**