

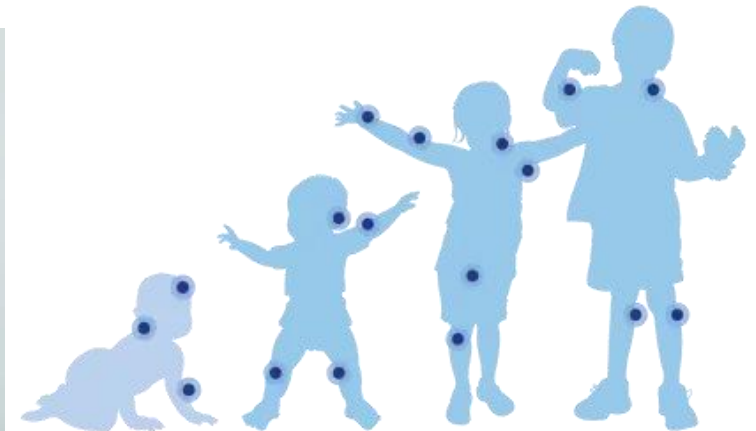
Hygiène des peaux atopiques et eczémateuses

Pharmacie de Tossiat



Quels sont les signes cliniques d'une peau atopique ?

- On observe typiquement une **sècheresse cutanée**.
- L'eczéma ou dermatite atopique se manifeste par cycles alternant **poussées inflammatoires** et périodes **de rémission**, les démangeaisons (prurit) sont intenses, qui se traduisent par des perturbations du sommeil, de l'agitation, et des frottements incessants contre les draps.
- Les lésions d'eczéma sont **rouges, rugueuses et gonflées** pouvant présenter des **vésicules**, en se rompant ces vésicules mènent à la formation de **croûtes**.
- Chez le nourrisson, les parties bombées du visage sont atteintes (front, menton, joues) et la face externe des bras et des cuisses.
- Chez l'enfant les lésions se retrouvent surtout au niveau du cou, des plis du coude, de l'arrière des genoux et des bras.



Les causes de l'eczéma

- Elles sont complexes et interconnectées intégrant des facteurs génétiques, cutanés immunitaires et environnementaux.
- **Génétique et héréditaire** : un des deux parents a un historique d'atopie ou d'eczéma, dans ce cas là, on retrouve une anomalie de la filaggrine, une protéine cruciale pour l'intégrité de la barrière cutanée, la peau est sèche et perméable aux substances allergisantes qui entrent dans l'épiderme et déclenchent une réaction inflammatoire.
- Le **système immunitaire** peut réagir de manière excessive en sécrétant des quantités anormalement élevées d'anticorps anti IgE.
- Les **facteurs environnementaux** jouent un rôle clé dans le déclenchement ou l'aggravation de la dermatite atopique ; les irritants tels que les savons, les détergents, les parfums, la laine et même les changements de température peuvent exacerber les symptômes. Certains allergènes alimentaires peuvent provoquer ou aggraver l'eczéma, la pollution atmosphérique ou le tabac sont des facteurs de risque.
- Il est important de bien distinguer l'eczéma de la gale, du psoriasis, de l'impétigo ou de la candidose.

Image 1 : psoriasis

Image 3 : impétigo

Image 2 : gâle

Image 4 : candidose




Traitement et soins pour l'eczéma

- Le traitement de la dermatite atopique repose sur la **prévention** des survenus de la poussée et le traitement des symptômes de la poussée.
- **Hygiène**, il est nécessaire d'utiliser des produits de bain adaptés, des nettoyants liquides **sans savon** avec un **pH neutre** et une teneur en lipides adaptée, il faut éviter les savons alcalins. La température de l'eau du bain doit être tempérée de **27 à 30°C** et le bain ne doit pas excéder **5 minutes**. Lors du bain, on peut utiliser des huiles de bains adaptées. Le nettoyage doit se faire en **douceur** pour éliminer les croûtes et les contaminants bactériens. Le séchage doit être doux en tapotant avec une serviette douce. Il est nécessaire d'appliquer un **émollient** pendant que la peau est légèrement humide.
- Réduction des facteurs environnementaux, il faut maintenir un environnement domestique avec une **humidité** adéquate et une **température contrôlée** (autour de 18°C), il faut protéger votre bébé du tabac et des allergènes connus (acariens poussières poils d'animaux) en assurant une bonne aération de son environnement.
- Prévenir de l'irritation de contact en privilégiant des vêtements en **coton**, évitez la laine et les matières synthétiques, rincez abondamment le linge et évitez l'utilisation d'assouplissants parfumés.





Comment prévenir le grattage

- Utilisez de l'eau thermale, pulvérisez de l'eau thermale sur les zones concernées et hydratez directement avec une crème émolliente.
- Le froid apaise les démangeaisons, une compresse d'eau thermale fraîche, des poches rafraichissantes peuvent provoquer un soulagement temporaire.
- Mettre des gants en coton la nuit pour éviter les éraflures involontaires ou limiter l'aggravation des démangeaisons.
- Gardez les ongles courts et limés. 
- Appliquez une crème émolliente avant le coucher, maintenez la température de la chambre à 18°C et vérifiez qu'elle ait bien été aérée.
- La prévention du grattage est essentiellement afin d'éviter des surinfections.

Pour conclure

- On observe une augmentation depuis 30 ans du nombre de cas de dermatite atopique, la baisse de l'allaitement maternel et la diversification plus précoce pourraient en être la cause.
- Une photothérapie par UVA et UVB peut être mise en place par le dermatologue.
- Le traitement local repose essentiellement sur l'application de dermocorticoïdes jusqu'à disparition des lésions.
- En cas d'échec, il est possible de prescrire un immunomodulateur local ou systémique.
- Au delà de la prise en charge médicale de l'eczéma atopique, il est important d'adopter une routine spécifique s'inscrivant dans la durée afin d'espacer les crises et améliorer la qualité de vie des patients. Il n'existe pas un produit efficace pour tous, c'est pour cela que devant une intolérance ou un échec, il vaut mieux changer de gamme de produits.

