

Clinique universitaire de dermatologie

L'eczéma atopique (neurodermatite)



INSELSPITAL
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE
BERN UNIVERSITY HOSPITAL

Inselspital

Clinique universitaire de
dermatologie
CH-3010 Bern
Tel. +41 (0)31 632 22 18
www.insel.ch



INSELSPITAL
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE
BERN UNIVERSITY HOSPITAL

L'eczéma atopique

L'eczéma atopique

Les signes cliniques de la maladie

L'eczéma atopique, aussi connu sous le nom de neurodermatite ou dermatite atopique, est une maladie inflammatoire de la peau, caractérisée par des poussées répétitives et une évolution chronique. Son apparition est souvent concomitante d'affections respiratoires allergiques telles que la rhinite allergique (rhume des foins) ou l'asthme bronchique. La prédisposition génétique qui détermine la constitution de la peau et régularise le système de défense est déterminante pour le développement d'un eczéma atopique. La gravité de l'eczéma et son évolution sont influencées par des facteurs externes.

Les symptômes

Les nourrissons ayant de l'eczéma atopique souffrent souvent de fortes éruptions cutanées rougeâtres, exsudatives et croûteuses au visage (croûtes de lait), aux bras et aux jambes. Les jeunes enfants sont touchés souvent par l'eczéma flexurarum qui se manifeste par des rougeurs, des desquamations et une peau plus rugueuse (lichénification) au niveau des plis des coudes, des poignets et du creux des genoux. La peau présente souvent des signes de grattage. Chez les adultes, on observe aussi des petits nodules provoqués par le grattage.

Le traitement

1. Thérapie de base: réhydratation de la peau

Les personnes souffrant d'eczéma atopique ont la peau très sèche et rugueuse. La barrière cutanée endommagée mène à une sensibilité accrue par rapport aux influences de l'environnement. Un nettoyage délicat de la peau et un soin régulier avec de la crème hydratante sont essentiels pour la peau malade ainsi que pour la peau saine. Il est donc important de:

- se doucher/baigner une fois par jour pas trop longtemps, avec de l'eau pas trop chaude
- utiliser des produits de douche/bain hydratants et nourrissants
- se sécher avec précaution (ne pas frotter fort) en utilisant un linge doux
- appliquer rapidement la crème sur la peau après la douche/le bain (conserve l'humidité)
- utiliser des lotions et crèmes pour les zones irritées, des crèmes ou pommades grasses pour les surfaces très sèches
- utiliser des crèmes riches en substances hydratantes (urée, glycérine) en cas de peau très sèche
- graisser et nourrir la peau plusieurs fois par jour si nécessaire

2. Traitement anti-inflammatoire

Pour apaiser les symptômes cutanés et les démangeaisons, il est nécessaire de bloquer la réaction inflammatoire. Une thérapie topique est généralement utilisée :

- corticostéroïdes (le choix d'un médicament plus ou moins fort et sa dose dépendent de l'état de la peau et des parties du corps concernées, la durée de la thérapie étant limitée ou à intervalles)
- inhibiteurs de la calcineurine (tacrolimus et pimecrolimus)
- photothérapie avec rayons UVB (en cas d'atteinte grave, aussi en combinaison avec corticostéroïdes)

3. Thérapie antimicrobienne

La peau, lorsqu'elle est touchée par l'eczéma, est souvent soumise à une colonisation bactérienne, particulièrement de staphylocoques, renforçant encore l'inflammation. En plus du nettoyage quotidien, il est possible d'appliquer des lotions légèrement désinfectantes ou des crèmes contenant des substances antibactériennes. Un traitement antibiotique n'est conseillé qu'en cas d'infections graves. Les infections virales (verruës, herpès) ou fongiques (mycoses) nécessitent une thérapie particulière.

4. Soulagement des démangeaisons

Les démangeaisons, souvent très pénibles, sont la principale complication de l'eczéma atopique. Elles incitent à se gratter, la peau se détériore et développe des lésions de grattage qui provoquent à nouveau des démangeaisons (cercle vicieux: démangeaisons-grattage-démangeaisons). Comme les démangeaisons sont générées par différents mécanismes, plusieurs traitements sont souvent nécessaires pour les maîtriser:

- thérapie anti-inflammatoire
- antihistaminiques sous forme de comprimés/gouttes
- des activités récréatives et distrayantes détournant l'attention
- des méthodes/exercices de relaxation (training autogène, relaxation musculaire progressive, yoga)
- application du froid (eau froide, poche de glace, compresse humide avec ensuite application d'un produit nourrissant/hydratant)
- frotter, presser, tapoter au lieu de gratter

5. Eviter les facteurs déclencheurs/aggravants

Afin d'identifier les facteurs déclencheurs, une observation précise de l'évolution de la maladie ainsi que des diagnostics ciblés (tests allergiques tels que prick-tests, tests épicutanés, tests de provocation, analyses sanguines) sont nécessaires. **Voici quelques conseils généraux:**

- Porter des vêtements légers (en coton), éviter la laine et des matériaux fibreux, enlever les étiquettes à l'intérieur du vêtement
- Laver les vêtements à l'envers, puis bien rincer, ne pas utiliser d'adoucissants, plutôt du vinaigre
- Garder les chambres fraîches, surtout la chambre à coucher
- Eviter la transpiration excessive
- Eviter le contact avec de l'eau/l'humidité et avec des produits/substances qui dessèchent la peau (savon, détergents, dissolvants)
- Protéger les mains: gants, crème/mousse de protection
- En cas d'allergie significative, éviter tout contact avec l'allergène (utiliser des produits anti-acariens, p.ex. pour la literie, des gants pauvres en allergènes ou sans latex, éviter le contact avec l'agent allergène)
- Alimentation saine et équilibrée, régimes seulement en cas d'intolérance alimentaire significative

Nous organisons des consultations spécialisées pour les patients atteints d'eczéma atopique, ainsi que des cours interdisciplinaires d'information (formation neurodermatite: www.insel.ch/dermatologie).