

Fiche conseil - L'eczéma

L'eczéma est une inflammation chronique de la peau qui touche 5 à 10% des enfants. Elle survient chez des sujets ayant un terrain atopique (eczéma, rhinite, conjonctivite, asthme).

Les signes

Il se manifeste souvent avant l'âge d'un an par :

- Une peau sèche, fissurée avec des plaques rouges des démangeaisons, localisées chez l'enfant et l'adulte là où la chaleur est retenue (plis des coudes et des genoux, sous les bras, la nuque, la face, les mains, la région génitale, autour de l'anus) et chez le nourrisson, sur les joues, fesses, mains, lobe de l'oreille et les pouces.
- Des poussées vésiculeuses (petits boutons remplis de liquide transparent).

L'eczéma évolue par poussées. Celles-ci sont déclenchées par: la chaleur. Rechute et guérison peuvent survenir toute la vie.

Les causes

L'eczéma survient lorsqu'un sujet porteur d'un désordre immunitaire d'ordre génétique rencontre un facteur déclenchant extérieur.

La prise en charge

Au quotidien

- Hydrater la peau: tous les jours par des crèmes neutres.
- En cas de surinfection: prendre un bain tiède, sécher en tamponnant et désinfecter localement.
- Pour diminuer le grattage: des médicaments antihistaminiques (les premiers jours uniquement).

Lors des poussées

Appliquer des crèmes à base de cortisone (sauf lors de surinfection). Bien utilisées, elles sont efficaces et sans danger. Elles permettent d'éviter le cercle vicieux "grattage; irritation; sensibilisation aux facteurs environnementaux".

Crèmes à la cortisone après avis médical :

- Sur les zones d'eczéma bien nettoyées
- Ne pas utiliser en cas d'herpès
- Respecter les modalités de prescription

Les tests allergiques

Ils sont très rarement utiles :

- en cas de cassure de la courbe de poids de votre enfant

La prévention

- La toilette: hydrater la peau est essentiel !
- Savons "surgras" sans parfum ni colorant. On peut rajouter dans le bain des huiles ou des poudres (amidon, avoine etc.). Pas d'huile d'amande douce (allergisante).
- Bains ou douches tièdes, 5-10 minutes maximum.
- Se sécher en tamponnant sans frotter.
- Crème hydratante juste après le séchage sur peau encore légèrement humide, tous les jours.
- Le cadre de vie
- "Rester au frais" et aérer.

Quand reconsulter?

- En cas de fatigue;
- Fièvre;
- Démangeaisons intenses lors d'une poussée;
- Poussée d'herpès;
- Surinfections de plaies.