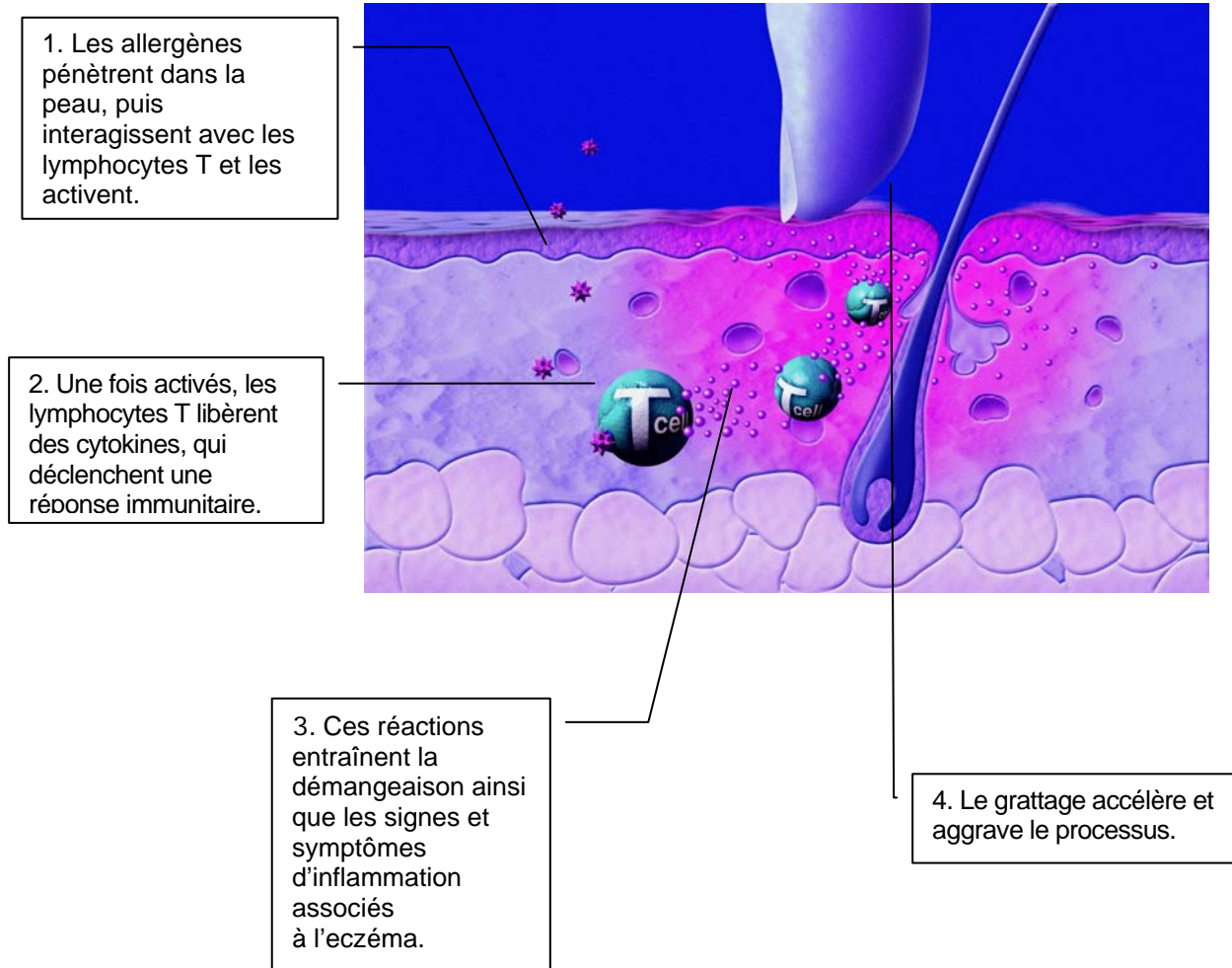




L'eczéma en bref

- **Plus de deux millions d'enfants et d'adultes au Canada** souffrent d'eczéma, une affection courante, chronique et qui altère la qualité de vie.
- **L'eczéma (dermatite atopique) se caractérise par une peau douloureuse qui présente des rougeurs, de l'enflure, des démangeaisons et des plaques.** Dans certains cas, les démangeaisons et la rougeur sont si intenses que le patient se gratte jusqu'au sang, ce qui augmente le risque d'infection secondaire.
- **De 12 à 25 pour cent des enfants et de 10 à 15 pour cent des adultes canadiens souffrent d'eczéma.** La majorité des cas d'eczéma sont diagnostiqués tôt dans l'enfance. Bien qu'on estime que certains enfants finissent par se débarrasser de leur eczéma, environ 80 pour cent d'entre eux en garderont une sécheresse et une irritabilité cutanées leur vie durant.
- **Depuis 1970, la prévalence de l'eczéma a presque triplé.** Des études démontrent que l'augmentation soutenue du nombre de personnes souffrant de cette affection chronique peut généralement s'expliquer par la présence accrue d'allergènes et d'irritants, facteurs déclenchants d'une réaction du système immunitaire.
- **L'eczéma est le résultat d'un ensemble complexe** de nombreuses causes connues et qui restent encore à déterminer, dont l'hérédité, les allergènes environnementaux et les irritants de la peau (la laine, les parfums et certains détergents, par exemple). Cette affection est associée à la réponse du système immunitaire aux irritants environnementaux ainsi qu'aux allergies respiratoires et à l'asthme.
- **Les facteurs déclenchants environnementaux** sont les causes les plus courantes des poussées d'eczéma. Souvent, chez les personnes qui souffrent d'eczéma, le rhume des foins ou l'exposition à des allergènes, tels que ceux qui sont transmis par les chats et les chiens, peuvent aggraver les symptômes. En général, les personnes qui souffrent d'eczéma ont une peau hypersensible intolérante à certains stimulants topiques ou à certains contaminants environnementaux.

L'eczéma de plus près



Normalement, la peau possède une couche extérieure agissant comme une barrière qui aide à retenir l'eau et, par conséquent, à hydrater la peau. Dans les cas de dermatite atopique, cette barrière n'est pas bien formée. Par conséquent, la peau se déshydrate et devient sèche. Une deuxième anomalie, soit un déséquilibre du système immunitaire, peut se traduire par une hyperactivité de ce système dans la peau, ce qui peut causer des rougeurs et de l'enflure. Les démangeaisons sont également l'un des principaux symptômes de l'eczéma. Bien que le grattage soit une réaction naturelle à la démangeaison, il accélère et aggrave le processus, ce qui augmente à son tour la démangeaison.

L'eczéma - témoignages de patients et de parents

Les enfants et l'eczéma

« Cela me brisait le cœur de voir mon fils aîné, Christopher, souffrir d'eczéma depuis la naissance. Il ne dormait jamais des nuits entières. Quel que soit ce que nous faisons, il était très affecté par une peau sèche, couverte de plaques et qui démangeait. J'ai tout essayé; une fois, je lui ai même appliqué de la gelée de pétrole de la tête aux pieds, afin que sa peau reste hydratée après le bain. Pouvez-vous imaginer à quel point cela peut être inconfortable pour un enfant de deux ans? Par la suite, nous avons vu un dermatologue qui menait un essai sur un nouveau type de traitement que l'on appelle « inhibiteurs topiques de la calcineurine », ou ITC. Une fois que Christopher a commencé à utiliser cet onguent, sa peau est devenue plus nette. Mon petit garçon timide, qui n'aimait pas montrer ses bras ou ses jambes, est peu à peu sorti de sa coquille. Christopher peut maintenant faire des choses que nous tenons pour acquises, comme tenir un crayon, faire du vélo, jouer à des jeux vidéo et utiliser un ordinateur. Chaque fois que je pense aux progrès de Christopher, je pleure de joie, en sachant qu'il n'aura pas à traîner, sa vie durant, le poids de graves blessures émotionnelles. En tant que parent, je crois que nous devons explorer toutes les possibilités. »



Carolyn Mitchell, mère de trois enfants, Halifax

Une affaire de famille

« En tant que parents d'un enfant souffrant d'eczéma, les mots nous manquent pour exprimer exactement ce que nous ressentons; en fait, nous avons dû faire face à de nombreuses difficultés. Le manque de sommeil, l'épuisement, la culpabilité et le découragement nous viennent d'abord à l'esprit. Le pire, c'est que cette affection ne touche pas seulement l'enfant qui en souffre, mais également tous les membres de sa famille. Je me souviens que lorsque notre fille était plus jeune, nous avons même modifié nos habitudes alimentaires, car nous avons remarqué que certains aliments déclenchaient des poussées d'eczéma. De plus, nous avons acheté une nouvelle maison équipée d'un échangeur d'air et où il n'y avait ni foyer ni tapis, afin d'éliminer le plus possible la présence de facteurs déclenchants. Nous avons également dû modifier nos sorties familiales, afin d'éviter toute activité qui pourrait causer une sudation excessive chez Jesabel, par exemple aller au parc ou nager dans une piscine intérieure. Mon mari partait avec nos deux filles aînées et je restais à la maison avec Jesabel, ou je trouvais une autre activité à faire avec elle. »



Élaine Bélisle St-Jean, mère de trois enfants, Drummondville

Les adultes et l'eczéma

« Je redoute l'hiver! Pour moi, ce qu'il y a de pire, en hiver, c'est l'augmentation de la fréquence et de la gravité de mes poussées d'eczéma. Les variations d'humidité, à la maison, à l'extérieur et au travail, ont un effet épouvantable sur ma peau! Je dois suivre avec rigueur ma routine quotidienne, qui consiste à hydrater ma peau et à appliquer mon traitement topique afin de minimiser les effets de l'air hivernal, beaucoup plus sec. »



Sherry O'Connor, mère de deux enfants et souffrant d'eczéma depuis l'enfance, Hamilton

Comment traite-t-on l'eczéma?

- L'eczéma est difficile à traiter, car il s'agit d'une affection récurrente et chronique. Traditionnellement, on traite l'eczéma avec des hydratants, pour hydrater la peau; des stéroïdes topiques (ou crèmes à la cortisone), pour l'inflammation; des antihistaminiques oraux, pour contrôler la démangeaison; et des antibiotiques, dans les cas d'infection.
- Comme aucun traitement ne peut guérir l'eczéma et en raison de la récurrence périodique de ses poussées, les patients qui en souffrent doivent souvent suivre des traitements pendant de longues périodes. Par conséquent, le recours à certains traitements actuels peut soulever des questions sur leurs effets secondaires. À titre d'exemple, la décoloration et l'amincissement de la peau constituent certains des effets secondaires fréquemment liés à l'emploi de stéroïdes topiques.

Traitements courants:

- **Steroïdes topiques:** Les stéroïdes topiques appliqués sur la peau sont des traitements servant principalement à réduire l'inflammation. Ils doivent seulement être utilisés sous la supervision d'un médecin. Il est essentiel d'utiliser la concentration et la quantité prescrites par votre médecin. Un seul stéroïde topique peut être acheté chez le pharmacien sans ordonnance. Il s'agit de l'hydrocortisone, un stéroïde léger vendu en crème ou en onguent.
- **Inhibiteurs topiques de la calcineurine (ITC):** La plus récente classe de produits thérapeutiques contre l'eczéma disponible au Canada, les ITC, interrompent le processus qui cause l'eczéma plutôt que de traiter seulement les symptômes. Appliqués directement sur la peau, les ITC sans stéroïdes empêchent les cellules du système immunitaire de « s'activer » et de libérer les substances chimiques qui causent les démangeaisons et autres symptômes associés à l'eczéma.
- **Photothérapie:** On a constaté les effets bénéfiques de la lumière solaire sur certaines affections cutanées. Plus précisément, on a découvert que les ondes lumineuses ultraviolettes sont la source de cet effet thérapeutique. La photothérapie utilise les ondes lumineuses ultraviolettes dans le traitement de l'eczéma. La plupart des photothérapies de courte durée, notamment celles qui utilisent les rayons ultraviolets A (UVA), les ultraviolets B (UVB) ou le psoralen en association avec les rayons ultraviolets A (PUVA) se sont avérées bénéfiques chez les adultes souffrant de dermatite atopique grave. Les traitements utilisant les rayons à bande étroite et le PUVA semblent être les plus efficaces.
- **Antibiotiques:** Les antibiotiques sont utilisés pour traiter les infections cutanées secondaires souvent associées à l'eczéma. Les infections bactériennes, telles que les staphylocoques et les streptocoques, sont courantes chez les personnes souffrant d'eczéma.
- **Antihistaminiques:** Ils sont parfois prescrits pour faciliter le sommeil et soulager la démangeaison. Cependant, il ne semble pas que l'histamine soit l'une des causes importantes de la démangeaison causée par l'eczéma. Il faut toujours consulter un médecin avant de donner un antihistaminique à un enfant.

Les mythes courants et les faits sur l'eczéma

- **L'eczéma est tout comme l'acné.**
L'acné est une affection différente, aux causes et aux traitements différents. Toutefois, il est vrai que certains médicaments peuvent déclencher des poussées d'acné et entraîner des complications de l'eczéma. Il est important de consulter un médecin, car différents médicaments peuvent aider à soulager l'eczéma.
- **L'eczéma est causé par des perturbations affectives.**
L'eczéma n'est pas causé par des perturbations affectives, bien que des médecins aient déjà appuyé cette affirmation. Toutefois, il est évident que certains facteurs affectifs, tels que le stress, peuvent aggraver les symptômes de l'eczéma. Certaines techniques peuvent aider à gérer le stress, l'anxiété, la colère ou la frustration causés par l'eczéma. À la longue, ces techniques peuvent contribuer à réduire le nombre ou la gravité des poussées d'eczéma.
- **Vous pouvez « attraper » l'eczéma d'une personne qui en souffre.**
L'eczéma n'est pas contagieux. Cela signifie que vous ne pouvez pas l'« attraper » d'une autre personne et que vous ne pouvez pas le transmettre en touchant quelqu'un.
- **Vous ne pouvez pas aller nager si vous souffrez d'eczéma.**
La plupart des gens qui souffrent d'eczéma peuvent aller nager. Chez certaines de ces personnes, cependant, nager dans l'eau salée ou chlorée peut irriter la peau. Par conséquent, il est recommandé aux personnes atteintes d'eczéma de prendre une douche après avoir nagé pour éliminer les résidus de sel ou de chlore de la surface cutanée. L'application d'un hydratant avant la baignade et après la douche peut également se révéler bénéfique.
- **Les personnes souffrant d'eczéma ont une hygiène insuffisante.**
Les poussées d'eczéma ne sont pas déclenchées par un manque d'hygiène, mais plutôt par une exposition à des antigènes de l'environnement ainsi que par un déséquilibre du système immunitaire.
- **L'eczéma laisse des cicatrices permanentes.**
Bien que l'eczéma s'accompagne d'un grand inconfort, il laisse rarement des marques permanentes sur la peau. Il reste que certains traitements conventionnels (dont les stéroïdes topiques) peuvent causer une décoloration cutanée, des vergetures ou un amincissement cutané.
- **L'eczéma peut être guéri avec des stéroïdes topiques.**
Il n'existe pas de traitement pour guérir l'eczéma. Bien que les stéroïdes topiques soient utilisées depuis longtemps pour le traitement de l'eczéma, elles ne peuvent pas le guérir. De plus, le traitement à l'aide de stéroïdes topiques a ses limites.
- **Les stéroïdes topiques sont le seul moyen de traiter l'eczéma.**
Depuis de nombreuses années, les stéroïdes topiques constituent le principal traitement de l'eczéma. Toutefois, des percées médicales importantes ont donné lieu à la mise au point des inhibiteurs topiques de la calcineurine (ITC), nouvelle classe de traitements de l'eczéma proposés au Canada. Les ITC, médicaments sans stéroïdes, interrompent le processus causant l'eczéma plutôt que de traiter uniquement les symptômes. L'onguent de tacrolimus (commercialisé sous la marque Protopic^{MD1}), est le premier ITC autorisé au Canada pour le traitement de l'eczéma modéré à grave. Il a fait l'objet d'essais cliniques menés auprès de plus de 16 000 patients dans le monde entier. La crème de pimécrolimus (commercialisée sous la marque Elidel^{MD2}) a également été autorisée pour le traitement de l'eczéma léger à modéré.

¹ Protopic est une marque déposée d'Astellas Pharma Canada, Inc.

² Elidel est une marque déposée de Novartis Canada

Le Programme AISE

- Le Programme d'appui, d'information et de sensibilisation à l'eczéma (AISE^{MD}) est une initiative nationale d'éducation entièrement bilingue à l'intention des patients.
- L'objectif du Programme AISE est de favoriser une meilleure compréhension de l'eczéma et de fournir des ressources de qualité sur ce sujet.
- Il a été mis au point en collaboration avec des dermatologues canadiens de renom, visant à fournir de l'information utile et exacte sur l'eczéma.
- Le Programme AISE a reçu le Prix d'éducation publique de l'Association canadienne de dermatologie à quatre reprises (en 2003, 2004, 2005 et 2007). Ce prix, décerné annuellement par l'Association, souligne l'excellence des efforts visant à promouvoir une meilleure compréhension des questions touchant la dermatologie et à favoriser l'adoption de comportements sains dans les soins médicaux, chirurgicaux et esthétiques de la peau, des cheveux et des ongles.¹
- Le Programme AISE, qui a été mis sur pied en tant que service communautaire, doit son existence à une subvention à caractère éducatif d'Astellas Pharma Canada, Inc., chef de file dans le domaine de la dermatologie.
- Le Programme AISE a aussi créé Le Monde de Penny – un site Web amusant et convivial conçu pour aider les enfants à comprendre l'eczéma. Le Monde de Penny propose des jeux et des activités d'apprentissage interactif, ainsi que *LEC-zé-mah de Penny*, livre de contes en couleur que l'on peut télécharger gratuitement sur le site à l'adresse www.lemondedepenny.ca.
- Vous pouvez obtenir gratuitement de l'information sur l'eczéma en consultant le site www.eczemaCanada.ca ou en écrivant à l'adresse suivante :

**Le Programme AISE
CP 964, Succ. Place-d'Armes
Montréal (Québec) H2Y 9Z9**

¹ Site Web de l'Association canadienne de dermatologie : www.dermatology.ca/french/index.html