

Eczéma des mains



Eczéma des mains

L'eczéma est l'une des maladies de peau les plus fréquentes. En raison d'une sollicitation permanente dans l'environnement personnel, au travail ou à la maison, les mains sont très souvent touchées. L'eczéma des mains n'est pas seulement un problème médical et thérapeutique, mais aussi un problème socio-économique. Une détection précoce et un traitement adapté sont nécessaires pour prévenir une évolution chronique.

Causes

Les facteurs irritants tels que le stress mécanique sur la peau, l'humidité, la manipulation de savons et de détergents, le contact avec des produits chimiques, surtout s'ils sont répétés ou sur une longue période, sont une cause fréquente. Les personnes qui présentent déjà un trouble de la barrière cutanée – par exemple l'eczéma atopique (neurodermite) – sont particulièrement à risque. L'irritation de la peau augmente également le risque de développer des allergies de contact. Les allergènes de contact les plus courants sont les métaux, les parfums, le caoutchouc, les plantes, les conservateurs et les adhésifs.

Problèmes

L'eczéma se manifeste par des rougeurs, une desquamation de la peau et des démangeaisons. Dans les crises aiguës, la peau peut être gonflée, suintante et croûteuse. Des vésicules apparaissent souvent dans les espaces entre les doigts et sur les paumes. Dans l'eczéma chronique, la peau est rêche, sèche, rugueuse et fissurée (rhagades).

Thérapie graduée

Le traitement de l'eczéma des mains dépend de sa gravité et s'effectue par étapes.

Thérapie systémique en cas d'eczéma chronique sévère des mains

Alitrétinoïne, Cyclosporine, Méthotrex

Thérapie locale en cas d'eczéma actif

Corticostéroïdes topiques

Inhibiteurs de la calcineurine topiques

Nettoyage de la peau: syndets, gels nettoyants, séchage attentif et complet

Soins: hydratation avec des crèmes et pommades

Protection: gants, préparations protectrices pour la peau

Éviter les facteurs irritants (travail en milieu humide, savon, désinfectants, solvants, produits chimiques) et les allergènes de contact
Protection contre les contraintes mécaniques

Conseils généraux / plan de traitement

Protection de la peau



- Avant le travail et pendant les pauses, appliquez des pommades de protection cutanée
- Avant de porter des gants pour une longue durée
- Après s'être lavé les mains
- Choisir une pommade de protection en fonction des activités, de préférence sans parfums, ni conservateurs
- Évitez le contact direct avec les produits de lavage et de nettoyage, et les diluants

A la maison:

Notes:

Au travail:

Gants



- Portez des gants lorsque vous travaillez dans des conditions humides
- En cas de port prolongé, de transpiration ou de lésions cutanées aiguës, mettez des gants en coton sous ces gants
- Lorsque vous manipulez des produits chimiques, portez des gants appropriés avec la bonne stabilité
- En cas d'allergies, évitez le contact avec les allergènes déclencheurs, utilisez des gants appropriés (non poudrés)

A la maison:

Notes:

Au travail:

Nettoyage de la peau



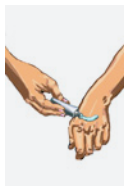
- Évitez de vous laver les mains trop souvent
- Utilisez de l'eau tiède et non chaude
- Utilisez les syndets (pH 5,5)
- Rincez bien les mains, y compris les espaces entre les doigts, et séchez avec des serviettes douces (jetables)

A la maison:

Notes:

Au travail:

Soin de la peau



- oins des mains plusieurs fois par jour (graissez avec des crèmes ou des pommades)
- N'oubliez pas le bout des doigts et les espaces entre les doigts
- Utilisez des produits de soin avec une crème hydratante (urée, glycérine)
- Si possible, utilisez des crèmes et pommades sans parfums ni conservateurs

A la maison:

Notes:

Au travail:

Inselspital

Clinique universitaire de dermatologie

Laboratoire de tests cutanés

CH-3010 Berne

Tél: +41 31 632 22 18

www.dermatologie.insel.ch

Inscription

Le cours sur l'eczéma des mains a lieu au laboratoire de tests cutanés.

Clinique universitaire de dermatologie

Tél: +41 31 632 22 80

E-Mail: derma.hauttest@insel.ch

Information

www.suva.ch/hautschutz

www.2haende.ch

www.sapros.ch

Avec le soutien amical de

Avène: www.avene.ch

Galderma: www.galderma.com

Curatis: www.curatis.com

Illustrations:

Aldona von Gunten