

ECZÉMA de l'enfant

**Brochure
d'information**

**à l'intention de la famille
des enfants atteints d'eczéma**

**Mieux connaître la
maladie pour mieux la
vivre au quotidien**

***Et lutter contre les
idées reçues***



Les plaques d'eczéma, c'est quoi ?

- Ce sont des plaques rouges et rugueuses qui provoquent d'intenses démangeaisons. Elles peuvent suinter puis former des croûtes, ou même s'épaissir avec le temps en cas de démangeaisons chroniques.
- L'eczéma peut s'installer partout sur le corps, le visage et même sur le cuir chevelu et les muqueuses. En dehors des cas de surinfections bactériennes ou virales :

l'eczéma n'est pas contagieux !

- C'est une maladie inflammatoire chronique de la peau, évoluant par poussées. Les démangeaisons peuvent entraîner des troubles du sommeil et avoir un impact négatif sur la qualité de vie.

L'eczéma est une vraie maladie qui ne doit pas être banalisée

Eczéma atopique (ou dermatite atopique)

Principale forme d'eczéma chez l'enfant

- Ce type d'eczéma est lié à une prédisposition génétique appelée « atopie » = terrain allergique (réactions excessives aux allergènes).
- La peau atopique (sèche et perméable) ne constitue pas une barrière efficace face à l'environnement → perte trop importante en eau et pénétration aisée des allergènes.
- **Avant 2 ans** : les zones concernées par l'eczéma sont principalement les faces externes et bombées des membres, le tronc et les joues.
- **Après 2 ans**, les plaques se logent préférentiellement dans les plis : genoux, coudes, poignets, chevilles.
- En grandissant, l'enfant peut, selon les cas, voir son eczéma disparaître ou persister. D'autres signes de l'atopie sont susceptibles de se développer : rhume des foins, conjonctivite allergique, asthme... Mais ce n'est pas systématique.

Il est impossible de prédire l'évolution de l'eczéma avec l'âge

Les poussées d'eczéma peuvent être déclenchées par de nombreux facteurs

Les facteurs déclenchant et/ou favorisant l'eczéma peuvent varier d'une poussée à l'autre et d'un patient à l'autre : froid, vent, stress, fatigue, transpiration, poils d'animaux, poussières, pollens, produits chimiques...

Comment soigne-t-on l'eczéma ?

Les traitements sont principalement des crèmes et des pommades à appliquer sur les plaques d'eczéma pour certaines, et sur la peau saine pour d'autres. On distingue :

Le traitement des poussées

Il s'agit souvent de crèmes ou de pommades à base de cortisone, aux propriétés anti-inflammatoires. Elles s'appliquent uniquement sur les plaques.

Les dermocorticoïdes sont le traitement de base de l'eczéma, sans conséquences néfastes pour la santé !

Le traitement d'entretien

Il est basé sur l'utilisation quotidienne d'émollients. Ces crèmes riches et hydratantes s'appliquent sur la peau saine (idéalement après la douche sur une peau encore humide) pour la renforcer et limiter les nouvelles poussées.

L'hydratation de la peau doit devenir un geste quotidien

D'autres traitements peuvent être proposés aux enfants, en fonction de leurs besoins : photothérapie, médicaments par voie orale, cures thermales...

LES CONSEILS AU QUOTIDIEN

Toilette



Préférer une douche tiède rapide plutôt qu'un bain chaud prolongé ; utiliser un savon surgras ou une huile lavante sans parfum.

Eviction des allergènes



Passer régulièrement l'aspirateur, aérer la maison, repérer les facteurs déclenchants pour mieux les contrôler.

Activités en plein air ou sportives



Faire attention aux pollens, limiter les frottements et la transpiration.

Démangeaisons



Appliquer du froid sur la plaque (dos de cuillère, packs réfrigérés...), détendre l'enfant, lui occuper les mains, vaporiser de l'eau thermale.

Piscine et plage



Après le bain, bien rincer l'enfant, sécher sa peau par tamponnement avec une serviette, puis appliquer une crème hydratante.

Habillement



Éviter les matières synthétiques et la laine, qui font transpirer ou irritent la peau ; préférer le coton, le lin, la soie.

Les soins de mon enfant

Coordonnées et informations utiles

Son médecin traitant / pédiatre :

Son dermatologue :

Autres médecins que consulte mon enfant pour son eczéma :

Son traitement des poussées :

Son traitement d'entretien :

N'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien



Association Française de l'Eczéma

Association Loi 1901 - Créée en Janvier 2011

15 rue du val, 35600 Redon

associationeczema.fr

