

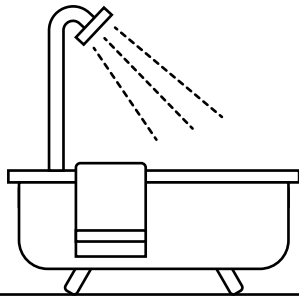


SOINS ÉLÉMENTAIRES DE LA PEAU ECZÉMATEUSE

L'eczéma, qu'on appelle aussi « dermatite atopique », est une affection cutanée courante caractérisée par une sécheresse et des démangeaisons cutanées, et qui peut entraîner des éruptions cutanées, ainsi que des fendillements et des saignements de la peau. La gravité de l'eczéma varie de légère à sévère. Les soins de base de l'eczéma reposent habituellement sur le soin de la peau et le recours à des médicaments topiques pour maîtriser l'inflammation (les poussées), au besoin. Dans les cas d'eczéma sévère ou quand l'inflammation ne s'atténue pas avec les médicaments topiques, un spécialiste, comme un dermatologue, peut aider.

La Société canadienne de l'eczéma (SCE) remercie les médecins canadiens suivants qui ont fourni le contenu de cette ressource : la D^{re} Rachel Asiniwasis (FRCPC), dermatologue, le D^r Joseph Lam (FRCPC), pédiatre, et le D^r Simon Nigen (FRCPC), dermatologue.

AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ : L'information contenue dans cette ressource ne remplace pas les conseils d'un médecin et ne doit pas servir d'outil diagnostique. L'information était à jour à la date de publication. Les interventions, les médicaments et les plans de traitement sont tous associés à des risques et à des bienfaits. Il est donc important de discuter de ses besoins particuliers ou de ceux de son enfant avec un professionnel de la santé qualifié.



BAIN OU DOUCHE

Le bain ou la douche à l'eau tiède (et non chaude!) peut se limiter à 5 à 10 minutes, afin d'éviter de trop assécher la peau.



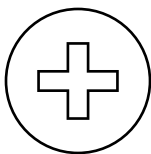
HYDRATATION

L'application d'un hydratant sur la peau sèche peut aider à réduire les démangeaisons et accroître le confort de la peau. Consultez les détails sur le programme Sceau d'acceptation de la SCE à eczemahelp.ca.



MÉDICAMENTS TOPIQUES

Des médicaments topiques sont généralement prescrits pour traiter les lésions cutanées ou les zones d'inflammation et doivent être utilisés en suivant les directives du médecin prescripteur.



À NOTER

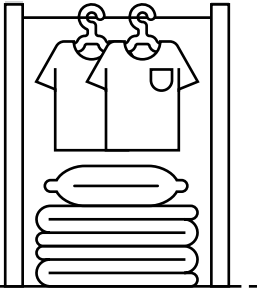
L'eczéma infecté (p. ex. présence de gales jaunâtres, de pus, peau enflammée ou plus douloureuse qu'à l'habitude et chaude) doit être vu par un médecin sans tarder.



LE SAVIEZ-VOUS?

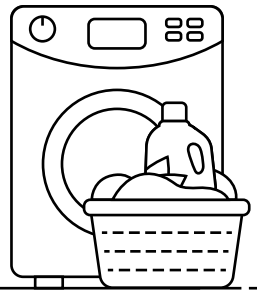
La dermatite atopique (DA) est la forme la plus courante d'eczéma, et les deux expressions sont souvent utilisées sans distinction pour désigner la même affection.

À LA MAISON



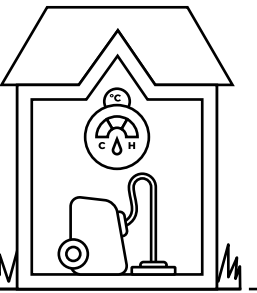
VÊTEMENTS ET LITERIE

Les vêtements et la literie de tissu doux, comme le coton à 100 %, peuvent être préférables. La literie et les serviettes doivent être lavées fréquemment.



LESSIVE

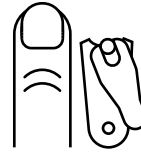
Recherchez des produits exempts de parfums et de colorants, conçus pour les peaux sensibles.



MILIEU DE VIE

Le fait d'abaisser la température à l'intérieur de la maison peut être plus agréable pour la peau. L'évitement ou la diminution, dans la mesure du possible, des éléments déclencheurs peut aussi être bénéfique.

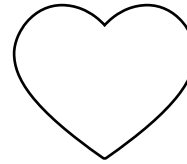
RAPPELS



Des ongles courts et bien limés endommagent moins la peau lors du grattage.



L'application d'un hydratant sur la peau sèche peut aider à réduire les démangeaisons.



Si votre eczéma ne s'atténue pas, demandez à votre professionnel de la santé quelles autres options s'offrent à vous pour obtenir un soulagement.



Essayez de réduire le stress autant que possible, car il peut aggraver l'eczéma. Prendre une marche, méditer, ou faire une activité agréable peut aider.

NOTES :

Pour obtenir plus de renseignements à propos de la Société canadienne de l'eczéma, visitez le www.eczema-help.ca.

© Eczema Society of Canada/Société canadienne de l'eczéma, 2021-2025.
Tous droits réservés. v2

AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ : L'information contenue dans cette ressource ne remplace pas les conseils d'un médecin et ne doit pas servir d'outil diagnostique. L'information était à jour à la date de publication. Les interventions, les médicaments et les plans de traitement sont tous associés à des risques et à des bienfaits. Il est donc important de discuter de ses besoins particuliers ou de ceux de son enfant avec un professionnel de la santé qualifié.