

Le psoriasis

Le psoriasis est une maladie inflammatoire de la peau qui se caractérise par des plaques rouges recouvertes d'écailles blanches. Il n'est pas contagieux. Il est susceptible d'évoluer par poussées tout au long de la vie. Il existe une prédisposition génétique. Le psoriasis touche **2,3%** de la population, hommes et femmes à égalité. Il est généralement **bénin**, mais dans les formes modérées et sévères il entraîne une altération de la qualité de vie des personnes atteintes, avec des conséquences psychologiques. Il existe aussi un risque accru de développer une **maladie cardiovasculaire, un syndrome métabolique** (diabète, hypertension, cholestérol élevé, taux élevé de triglycérides, obésité), **une maladie inflammatoire de l'intestin** ou **une dépression**, surtout chez les patients atteints des formes modérées et sévères.

Il est possible de le maîtriser avec des traitements.

Quels sont les facteurs déclencheurs ?

Plusieurs facteurs peuvent déclencher ou aggraver une poussée de psoriasis: un traumatisme, une infection, le stress, l'anxiété, le tabac, l'alcool, l'obésité et certain médicaments (lithium, bêtabloquants, antipaludéens, anti-inflammatoires et l'arrêt de la corticothérapie générale). L'activité sexuelle n'affecte pas la maladie.



Comment peut-on le soigner ?

Il faut éviter les déclencheurs. Il est important de s'hydrater tous les jours pour améliorer l'élasticité des lésions et utiliser un traitement local en respectant les prescriptions du médecin.

Il convient d'adopter un régime méditerranéen et de ne pas prendre de poids. Un soutien psycho-

logique ou une approche psycho-émotionnelle peuvent être utiles.

Quels sont les différents types de traitements locaux et quelle importance ont-ils ?

Les agents topiques sont le traitement basique du psoriasis limité ou modéré. Pour que le traitement soit efficace, il est important de suivre les indications du médecin. Dans le traitement topique du psoriasis, le médicament ainsi que la texture ou forme galénique sont pris en considération. Une forme galénique adéquate améliore le confort et la satisfaction des patients avec le traitement.



- Gels hydrophobes ou oléogels: Traitement simple, facile à appliquer et à pénétration rapide. Non visibles sur la peau et ne tâchent pas les vêtements. Pas besoin de rincer à l'eau. S'appliquent aussi bien sur cuir chevelu que sur le corps.
- Pommades et crèmes: L'utilisation est plus lente et peu agréable, elles laissent des résidus. Elles ne sont pas pratiques dans les zones pileuses, par exemple le cuir chevelu.
- Lotions et mousses: Faciles à appliquer, ne restent pas longtemps en contact avec la peau.
- Shampoings: Pour nettoyer les cheveux et le cuir chevelu. **Il existe, en outre, des shampoings spécifiques qui contiennent des principes actifs pour le traitement du psoriasis du cuir chevelu.**

Le choix de la forme galénique dépendra de la localisation des lésions:

- **Cuir chevelu:** gels, shampoings, mousses, lotions.
- **Visage:** crèmes, lotions, gels.
- **Peau épaisse:** gels, pommades, onguents.
- **Plis:** crèmes, poudres, pâtes.

Association de patients atteints de psoriasis:
www.accionpsoriasis.com