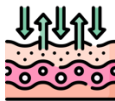


Qu'est-ce que la dermatite atopique ?

Une peau altérée

Avoir une dermatite atopique (eczéma), c'est avoir **une peau fragilisée qui ne peut plus assurer correctement sa fonction de barrière** du corps.

Ça se traduit en 2 problèmes cutanés :



Une protection affaiblie

Ma peau va laisser des éléments entrer/sortir plus facilement



Une réaction aggravée

Ma peau va s'enflammer plus facilement

Une pathologie importante

La peau asséchée peut avoir des poussées d'inflammation (apparition de plaques, rougeurs, suintements, démangeaisons).

Ces crises d'eczéma peuvent avoir des conséquences indirectes (problèmes de sommeil, changements de comportements sociaux, difficultés psychologiques, qualité de vie réduite).

La maladie est chronique (il s'agit d'une maladie longue durée, avec des effets qui peuvent persister dans le temps).

C'est un problème dermatologique courant (1-7% de la population mondiale serait concernée).

Un problème multifactoriel

Les causes de la dermatite atopique sont complexes (facteurs génétique, terrain atopique et facteurs environnementaux) **et ses mécanismes ne sont toujours pas très bien compris à ce jour!**

Les progrès de la recherche sur cette maladie sont très récents, et de meilleures prises en charges médicales sont possibles à l'avenir.

Une maladie à ne pas négliger

Au final, je retiens que ma dermatite atopique est une maladie qui peut avoir des impacts indirects sur ma vie et qu'elle peut évoluer au fil du temps : pouvoir **être suivi sur le long-terme** est donc essentiel!

Il est important de trouver des professionnels de santé compétents et avec qui je me sens à l'aise dans la communication.



Vivre avec la dermatite atopique

Anticiper les crises

Mon environnement peut m'exposer à des éléments déclencheurs ou aggravants. Ces éléments peuvent varier en fonction des cas !

Quelques exemples courants sont :

- Le climat
- La sueur
- Les vêtements irritants (type laine)
- Le stress



Les gestes préventifs

Quelques conseils pour éviter les éléments déclencheurs ou aggravants dans la vie quotidienne :



Favoriser les endroits frais et bien aérés

Se laver vite à l'eau tiède et se sécher en tamponnant



Porter des vêtements en tissu léger (type coton)

Rester bien hydraté (utiliser des émoullients et boire de l'eau)



Les points de vigilance

Il est important de consulter mon dermatologue si je constate les symptômes suivants :

- Un changement dans l'aspect de mes lésions
- L'apparition d'un autre problème de peau

Les ressources disponibles

- **Mieux comprendre ma maladie :** la Société Française de Dermatologie (regroupement savant) gère un site d'information destiné au grand public avec une section sur la dermatite atopique (<https://dermato-info.fr/>).
- **Les associations de patients :** il existe plusieurs collectifs locaux permettant aux patients atteints de dermatite atopique d'obtenir un soutien adapté à leur problème de santé. L'Association Française de l'Eczéma (<https://www.associationeczema.fr/>) est l'un de ces collectifs et organise des événements partout en France.
- **Le soutien psychologique :** la dermatite atopique est une maladie visible pouvant être difficile à vivre au quotidien. Une forme de support psychologique peut s'avérer très bénéfique. L'équipe paramédicale du service de dermatologie de l'hôpital Henri-Mondor peut offrir un suivi psychologique, je n'hésite pas à en parler avec mon dermatologue ou à l'accueil !

Les effets indésirables à considérer

Ma priorité : faire disparaître les lésions et le prurit

Je peux privilégier les immunosuppresseurs oraux...



Attention aux affections hépatiques (hépatites), aux problèmes hématologiques (anémie), aux nausées, aux douleurs abdominales, à la fatigue

... ou les immunomodulateurs topiques.

Attention à l'effet irritant (sensations de brûlure, démangeaisons), et à une possible intolérance à l'alcool (bouffées de chaleur)



Ma priorité: avoir moins d'effets secondaires

Je peux privilégier les photothérapies...



Attention à l'hyperpigmentation, aux sensations de chaleur, aux rougeurs, à un assèchement de la peau, voire des coups de soleil

... ou les corticoïdes topiques.

Attention à la fragilisation de ma peau, à l'apparition de vergetures ou d'hyperpigmentation



Ma priorité: stabiliser l'eczéma sur le long-terme

Je peux privilégier les thérapies biologiques...



Attention aux problèmes oculaires (conjonctivites), aux douleurs articulaires, aux infections (herpes), aux affections hématologiques (hyperéosinophilie), à l'apparition d'autres problèmes cutanés

...ou les traitement anti-JAK.

Attention aux problèmes respiratoires (bronchites, rhinites), aux infections (herpes), à l'apparition de maux de tête, et à l'apparition d'autres problèmes cutanés (acné)



Ces traitements comportent de nombreux effets indésirables, plus ou moins courants, non-listés sur ce document. **Il faut IMPÉRATIVEMENT en discuter avec un professionnel de santé.**



L'ensemble des effets secondaires possibles peuvent être consultés via l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament (ANSM - <https://ansm.sante.fr/>) ou via la Haute Autorité de Santé (HAS - <https://www.has-sante.fr/>)