

Zona



Les points clés

Il s'agit d'une éruption cutanée liée au réveil du virus de la varicelle. Varicelle et zona sont dus au même virus. Le zona touche surtout les adultes après 50 ans. Il atteint 20% de la population.

Le mécanisme

Au cours de l'enfance, vous avez contracté la varicelle. Même si vous en êtes guéri, le virus persiste dans les ganglions du système nerveux central à l'abri du système immunitaire. Avec le temps, l'immunité contre le virus diminue, celui-ci peut se multiplier et sortir du ganglion. Il emprunte alors le trajet de la racine nerveuse où il séjournait, laissant sur son passage des boutons en grappe : le zona.

Les symptômes

- Le premier signe: douleur à type de brûlure ou de coup de poignard sur une surface de peau limitée ou une muqueuse (ex: l'œil). Elle ne concerne qu'une moitié de corps. Il s'agit le plus souvent de l'abdomen ou du thorax.
- Quelques heures ou jours plus tard au même endroit: rougeur puis petites bulles (vésicules) remplies d'un liquide clair. Ensuite, ces bulles se creusent au 5^{ème} jour; forment une croûte au 7^{ème} jour puis cicatrisent.
- Sensations anormales en regard de l'éruption (fourmillements, baisse des sensations).
- Fébricule et quelques ganglions à côté de l'éruption.



Facteur favorisant

Les corticoïdes au long court favorisent le zona.

L'évolution

Sans traitement, la maladie évolue vers la **guérison en deux à trois semaines** (il peut y avoir plusieurs poussées successives). Les douleurs peuvent persister plusieurs mois et être intenses.

A éviter:

l'aspirine et tout anti-inflammatoire; l'application de crèmes, pommades, talc ou poudre.

Les complications

- Douleurs persistantes jusqu'à 6 mois après l'éruption voire rarement à vie.
- Surinfections de la peau.
- Complications oculaires en cas de zona ophtalmique.



Le traitement

- **CONTRE LA DOULEUR:**
Votre médecin vous prescrira les médicaments adaptés à votre douleur.
- **CONTRE LA SURINFECTION CUTANÉE:**
Tamponnement régulier avec une solution antiseptique, sinon, une douche par jour avec un savon antiseptique.
- **CONTRE LE VIRUS:**
Un traitement antiviral peut être proposé si:
 - vous avez plus de 50 ans et si l'infection est prise tôt;
 - vous avez un zona ophtalmique;
 - vous êtes immunodéprimé.
- **LE REPOS** est conseillé.

NB: le zona ophtalmique impose une prise en charge spécialisée par un ophtalmologue.



Prévention

Contagiosité:

Comment?

Les vésicules contiennent le virus de la varicelle: vous pouvez donc transmettre la varicelle à une personne non immunisée (ou qui n'est plus immunisée).

Combien de temps?

Pendant la durée de l'éruption et jusqu'à la disparition des dernières croûtes.

Que faire?

- Eviter de fréquenter les enfants, les personnes âgées, les personnes séropositives pour le VIH, et les malades sous chimiothérapie.
- Lavage fréquent des mains.

Un vaccin sera prochainement disponible mais aura probablement des indications limitées.



Consultez votre médecin

- si la douleur reste intense;
- en cas de surinfection.

Rédigé par: Dr M.Sustersic / Fév. 2011. Relecteurs: Pr JC Stahl, Dr J Vanderstraeten. Sources: www.therapeutique-diagnostique.org / E. Pilly 2006/ Annales de dermatologie 2008 / HAS 2007. Contact: sustersic.melanie@hotmail.fr. Illustration: O.Roux.