

Mycoses : les ongles, une cible de choix

Différents types de **champignons** se développent dans des milieux sombres, chauds et humides... comme les chaussures. Ils peuvent parfois provoquer une infection des **ongles des pieds**. Cette mycose est appelée **onychomycose**.

L'ongle peut être touché sur les côtés ou à sa base, et plus ou moins en profondeur.



Il **s'épaissit, se colore** (du jaune au brun, selon les cas).

Il change parfois de forme, devient friable et, dans certains cas, douloureux en cas de pression.

Les surfaces infectées s'étendent au fil du temps.

Parfois, l'ongle va jusqu'à tomber.

Le gros orteil et le plus petit sont les plus souvent atteints.

Bon à savoir : si un changement – comme un épaissement ou une coloration – apparaît dans un ongle, il vaut mieux consulter votre médecin généraliste. Car un ongle infecté peut vous en faire voir de toutes les couleurs !

Attention: l'onychomycose risque de provoquer des dommages permanents à l'ongle.

Ce qu'aiment les champignons

L'**onychomycose** se développe plus volontiers chez les personnes âgées, dont les ongles s'épaississent et grandissent plus lentement. L'infection touche davantage les personnes dont l'un des parents a connu ce type de problème. Par ailleurs, la présence d'une mycose entre les orteils accroît le risque de voir se développer une onychomycose.

Cette infection s'installe plus fréquemment chez les personnes qui **transpirent** abondamment, mais aussi en cas de diabète, de mauvaise circulation sanguine des pieds ou de système immunitaire affaibli.

Feu rouge : les facteurs qui favorisent l'onychomycose sont : des souliers qui retiennent l'humidité et une mauvaise hygiène des pieds ; une mycose des pieds non soignée.

Une mycose difficile à soigner

Après avoir observé l'ongle, le médecin traitant en prélève souvent un petit échantillon pour analyse au laboratoire. Ceci permet de vérifier qu'il s'agit bien d'une infection à champignon et non d'un psoriasis ou d'une lésion due à des microtraumatismes répétés sur l'ongle, ou encore d'autres raisons (rares) pouvant entraîner une déformation de l'ongle.

L'onychomycose guérit rarement seule. Les **médicaments locaux** (vernis à ongle médicamenteux, crème, lotion), associés à un **limage** régulier de l'ongle, sont généralement préférés dans un premier temps. En effet, ils permettent la guérison dans moins de la moitié des cas, sans effets indésirables sérieux. La régularité et la longueur du traitement (plusieurs mois) sont essentielles pour obtenir une guérison.

En cas d'échec, il faut faire appel à des **médicaments** contre les champignons (antifongiques) **à prendre par la bouche** (oral) pendant de 6 à 12 semaines. Ce traitement peut être à l'origine d'effets indésirables tels que des nausées, de la diarrhée, une irritation de la peau, des démangeaisons ou une forte réaction allergique, qui doivent être signalés au médecin. Ces traitements permettent également d'obtenir une guérison de l'ongle dans un cas sur deux environ.

Lorsque l'infection est grave et douloureuse, l'ongle infecté doit parfois être retiré.

Bon à savoir: même si les symptômes ont disparu, le traitement doit être suivi jusqu'au bout afin de prévenir les récurrences.

Feu orange: en cas d'onychomycose, mieux vaut éviter de se vernir les ongles...

Attention: les personnes gravement affaiblies ou diabétiques qui ne traitent pas leur onychomycose risquent une surinfection de la peau et des tissus, par des bactéries cette fois, avec rougeurs et fièvre. Cette surinfection nécessite un traitement immédiat.

Un menu préventif de la mycose

Pour éviter les **onychomycoses** et leurs récurrences, autant choisir des **chaussures** avec une bonne aération et des chaussettes qui absorbent bien la transpiration. Il est préférable d'en changer chaque jour et de porter en alternance deux paires de chaussures (pour les laisser sécher).

Après la douche ou le bain, les pieds doivent être **parfaitement séchés**, en particulier entre les orteils.

Mieux vaut couper ses ongles le plus court possible. Les instruments qui servent au nettoyage des ongles seront désinfectés et les mains bien lavées après ces soins.

Les serviettes de toilette ne se partagent pas.

En présence d'une infection à champignons, les pieds et les chaussures peuvent être aspergés régulièrement de poudre ou d'aérosol antifongique.

Feu orange : les surfaces humides dans les douches publiques, les piscines et les centres de sport peuvent être source de mycoses : autant ne s'y promener qu'en sandales.

Photo © TheSupe87 – Fotolia.com

Mise à jour 01/09/2021

Référence

- Mycose des ongles: traitement. Idées-Forces Prescrire. www.prescrire.fr
- Dermatophytoses. Article ID: ebm00267(013.050). www.ebmpracticenet.be. Site réservé aux médecins. Consulté le 5/1/2017.