

Pellicules: comment leur dire adieu

Ce n'est pas contagieux. Ce n'est pas vraiment grave. Mais l'apparition de **pellicules** reste un problème embarrassant, parfois un peu embêtant lorsqu'il s'accompagne de démangeaisons. Et lassant lorsqu'il perdure.



Lire le [résumé](#).

Un grand nombre de personnes sont confrontées, au moins une fois dans leur vie, à ce problème de petites **particules de peau morte**, à ces squames du cuir chevelu qui parsèment la chevelure, puis tombent et viennent « décorer » le haut des vêtements.

On distingue 2 types de pellicules : elles peuvent être sèches, et se présenter sous forme de flocons blancs, ou grasses. Collantes, elles tirent alors vers le jaune et forment des plaques plus ou moins grandes qui risquent de provoquer des démangeaisons du cuir chevelu.

L'ampleur du problème, la taille des pellicules et leur fréquence varient selon les personnes.

Affection banale, inoffensive et souvent chronique, les pellicules peuvent être traitées, parfois plus facilement qu'on ne le pense, et sans forcément faire appel au médecin.

Bon à savoir : les pellicules ne sont en rien responsables de

la perte de cheveux.

L'origine des pellicules

En permanence, les cellules du cuir chevelu se renouvellent. Ce cycle dure en général 21 jours, au terme duquel les cellules mortes se détachent et tombent, de manière invisible à l'oeil.

Cependant, il arrive que ce processus s'accélère et se produise en quelques jours seulement. Dans ce cas, les cellules s'agglomèrent puis tombent alors qu'elles forment encore des squames de taille suffisante pour être remarquée.

L'augmentation de l'activité des glandes sébacées peut également entraîner une **surproduction de sébum et de graisse** au niveau du cuir chevelu, ce qui contribue à la formation et à l'agglomération de pellicules. La dégradation du sébum est irritante pour la peau et peut provoquer un eczéma, responsable des démangeaisons.

Différents facteurs peuvent également expliquer la présence de **pellicules**. La sécheresse du cuir chevelu (parfois en raison de l'utilisation d'une eau trop chaude ou du brushing), l'hypersensibilité à des produits lavant ou cosmétiques, un rinçage insuffisant de ces produits, le stress, des variations hormonales.

On ignore en partie pour quelles raisons certaines personnes semblent plus sensibles à ce problème que d'autres.

Bon à savoir : les pellicules peuvent apparaître à partir de la puberté. Généralement, ce problème disparaît spontanément dans la cinquantaine.

Pellicules: agir localement

Aucun traitement ne permet une guérison définitive. Cependant,

il est généralement possible de trouver une ou des solutions qui améliorent grandement le problème ou le font disparaître pour des durées souvent longues.

Il est utile de **mouiller régulièrement les plaques de pellicules adhérant au cuir chevelu**, afin de les ramollir. Certains remèdes de « grand-mère » (comme une lotion à base d'eau, de vinaigre blanc et de citron) peuvent s'avérer utiles.

Des shampooings ou des lotions antipelliculaires donnent généralement de bons résultats. N'hésitez pas à demander l'avis du pharmacien afin qu'il oriente au mieux le choix entre les divers produits en vente libre.

Certains d'entre eux (à base de sulfure de sélénium) ralentissent la régénération des cellules.

D'autres, comme des crèmes à base d'acide salicylique, aident à « décoller » les plaques de pellicules.

Ces produits ont parfois un effet bénéfique très rapide. Dans d'autres cas, il faut poursuivre le traitement jusqu'à 6 semaines, à raison de 2 ou 3 lavages par semaine, en laissant le produit reposer sur la tête quelques minutes avant de bien le rincer.

L'appel à un médecin ou au dermatologue

Lorsqu'aucune méthode douce ni aucun shampooing antipelliculaire en vente libre ne donne de résultats probant après 6 semaines, la consultation d'un médecin généraliste ou d'un dermatologue est recommandée.

Le praticien cherchera une **cause particulière à la présence des pellicules**. En effet, elles peuvent survenir également en raison d'une allergie, d'un eczéma, d'un psoriasis ou d'une infection due à des champignons.

Des traitements adaptés pourront alors être mis en place : par

exemple des produits à appliquer localement à base de cortisone, de médicaments contre les champignons, etc.

Feu orange : si les pellicules s'étendent au front, au visage ou au corps, il est conseillé de consulter un médecin.

◆ Les pellicules sont des petites particules de peau morte qui parsèment la chevelure. Parfois ces particules mêlées à du sébum forment des plaques qui collent au cuir chevelu.

◆ Ce problème sans gravité est parfois gênant. Il ne guérit pas mais peut généralement être contrôlé par des soins locaux: lavages fréquents, shampooings ou lotions antipelliculaires.

◆ En cas de persistance des pellicules, un avis médical est utile, pour exclure une cause particulière.

Photo © adam88xx – Fotolia.com

Mis à jour le 15/09/2021

Référence

Dermatite séborrhéique. Article ID: ebm00282(013.015) www.ebmpracticenet.be. Site réservé aux médecins.