

# Urticaire

Vous avez des plaques rouges, blanches ou rosées, qui sont apparues brusquement? Et qui se font sentir : elles chatouillent ... fort ! C'est probablement de **l'urticaire aiguë**.



Ces plaques sont similaires à celles **qui apparaissent lorsqu'on touche par mégarde des orties** (*urtica*, en latin), d'où son nom.

Parfois les plaques disparaissent d'elles-mêmes, en quelques minutes ou quelques heures, avant de réapparaître ailleurs ou de s'étendre à tout le corps.

On peut distinguer des formes différentes d'urticaire

- **l'urticaire aiguë**, durant quelques heures à quelques jours. L'urticaire aiguë peut être récidivante, avec des rechutes pendant plusieurs mois ou années
- **l'urticaire** qui dure plus de trois mois est qualifiée de **chronique**; elle est souvent associée à d'autres maladies
- **l'urticaire physique**, qui est une réaction de la peau au froid, à la pression, etc.

Bon à savoir : l'urticaire n'est pas une maladie, elle n'est jamais contagieuse.

# L'urticaire: une multitude de causes

En réalité, les mécanismes responsables de l'urticaire sont encore mal connus. On sait que des cellules présentes dans la peau et les muqueuses, des « mastocytes », s'activent et libèrent des produits chimiques, notamment de l'histamine.

Parfois, il suffit d'un **simple contact** (avec la peau ou les muqueuses) pour déclencher une réaction d'urticaire : elle peut survenir après avoir simplement

- touché des plantes, des animaux (méduses, chenilles, etc), des produits de beauté, des pommades, des détergents, du latex, etc
- mangé certains aliments qui favorisent la libération d'histamine, comme des fraises, des bananes, du poisson, des coquillages, des noix, des céréales, des œufs, etc. Certains colorants alimentaires ont les mêmes effets.

De nombreux **médicaments** – dont les antibiotiques ou l'aspirine – peuvent aussi être à l'origine de réactions d'urticaire.

L'agent déclencheur peut également être une piqûre d'insecte.

Parfois aussi, l'urticaire surgit parce que la peau a subi des **pressions**: la réaction se déclenche par exemple au niveau des pieds après une longue marche, au niveau des épaules ou du dos qui a supporté un sac, ou des mains qui ont porté de lourdes charges. Ou même au niveau des fesses, après une longue station assise.

L'air chaud, mais aussi le vent, l'air froid ou même l'eau peuvent également faire naître une crise, tout comme une exposition au soleil, même après quelques minutes seulement.

De nombreuses **infections** virales peuvent déclencher une urticaire. C'est parfois aussi le cas avec des infections

banales des dents, de la région nez-gorge-oreilles, de la région génitale, urinaire ou des intestins.

L'**allergie** est parfois une cause d'urticaire aiguë: celle-ci survient dans l'heure qui suit le contact avec l'allergène et la durée de la crise est courte, ne dépassant pas 24 heures.

## Urticaire: durée, signes et risque variables

Généralement, la réaction de la peau **disparaît toute seule**, en quelques heures ou jours tout au plus.

L'urticaire s'accompagne parfois d'une sensation de brûlure, de gonflement, ou même de fièvre, de nausées, de troubles digestifs.

Le symptôme le plus **inquiétant** survient lorsque l'urticaire touche les tissus profonds et les fait gonfler. Ainsi, l'œdème de Quincke se manifeste par des **paupières et des lèvres** qui se mettent à gonfler; lorsque la **gorge et le larynx** sont touchés, il y a un risque d'étouffement.

**Attention** : l'œdème de Quincke est une véritable urgence médicale, qui exige une intervention médicale immédiate. Appelez le 112.

**Feu orange** : en cas d'urticaire chronique, on conseille généralement d'éviter l'alcool, les plats très épicés, le thé et le café en excès : souvent, ces aliments peuvent aggraver la situation.

## La fin des boutons

La multiplicité des formes et des causes explique les difficultés parfois rencontrées par le médecin pour éliminer une urticaire.

Lorsque l'origine de la réaction est connue, on conseille de **tenter d'éviter tout contact ultérieur avec l'élément qui déclenche la crise**. Cependant, il n'est pas toujours possible, surtout dans les situations chroniques, d'identifier ce qui a provoqué la réaction d'urticaire. Cela reste vrai malgré les tests que peut demander le médecin traitant.

Généralement, les crises d'urticaires isolées régressent spontanément en quelques jours. Si nécessaire, des **médicaments antihistaminiques** peuvent soulager les symptômes en bloquant le mécanisme d'allergie qui provoque l'urticaire. Ils ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 1 an.

En cas d'urticaire chronique, le médecin traitant peut prescrire des antihistaminiques pour une durée prolongée. Si ce traitement n'est pas efficace, d'autres médicaments, principalement à base de cortisone, seront éventuellement envisagés.

**Attention** : les antihistaminiques risquent de provoquer des somnolences. La prudence s'impose en cas de conduite automobile ou de travaux dangereux.

*Photo © Tristan Schlafhai – Fotolia.com*

Mise à jour le 23/07/2021

#### Référence

Urticaire. Article ID: ebm00272(013.074). [www.ebmpracticenet.be](http://www.ebmpracticenet.be). Site réservé aux médecins. Consulté le 04/01/2017.

L'urticaire. [Site](#) de la Société française de dermatologie.