

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 diminuant, 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.

NB. Les corticoïdes au long cours sont un facteur favorisant.

> LES SIGNES

- > Le premier signe est une 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, une **rougeur puis de petites bulles** remplies de liquide clair apparaissent: les vésicules. Ensuite, elles se creusent au 5^{ème} jour et forment une **croûte** au 7^{ème} jour puis cicatrisent.



- > Vous pouvez également présenter des sensations anormales en regard de l'éruption (fourmillements, baisse des sensations), de la fièvre et/ ou quelques ganglions à côté de l'éruption.

> 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.

> LES COMPLICATIONS

- **Les douleurs**, qui peuvent persister jusqu'à 6 mois après l'éruption voire rarement à vie.
- **Des surinfections de la peau.**
- **Des complications oculaires** en cas de zona ophtalmique.

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

Le traitement

> CONTRE LA DOULEUR

Votre médecin vous prescrira des médicaments adaptés à son intensité et à ses caractéristiques. Des crèmes contenant un anesthésiant local peuvent être utilisées. En cas de douleurs persistantes, des antidépresseurs ou autres médicaments peuvent être nécessaires.

> CONTRE LA SURINFECTION CUTANÉE

- Tamponnement régulier avec une solution antiseptique.
- Une douche par jour avec un savon antiseptique.

> CONTRE LE VIRUS

Un traitement antiviral peut être proposé si :

- Vous avez plus de 60 ans et l'infection est prise tôt (dans les 72 heures après l'apparition de l'éruption).
- Vous avez un zona ophtalmique.
- Vous avez un zona sévère.
- Vous avez un diabète grave.
- Vous êtes immunodéprimé.

> LE REPOS

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

La prévention

> Contagiosité

Comment?

Les vésicules contiennent le virus de la varicelle. Vous pouvez donc transmettre la varicelle à une personne pas ou plus immunisée.

Pendant combien de temps?

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

Que pouvez-vous faire ?

- Évitez de fréquenter les enfants, les personnes âgées, les personnes séropositives pour le VIH et les malades sous chimiothérapie.
- Lavage fréquent des mains y compris de l'entourage.

- > **Le vaccin** actuellement disponible peut être envisagé pour les personnes de plus de 65 ans et en présence de certaines maladies chroniques. Une seule injection est nécessaire.



Quand reconsulter?

- > Si la douleur reste intense.
- > En cas de surinfection.

Rédaction: Dr MSustersic, fév 2011. Mise à jour, adaptation: Comité de lecture de la SSMG, DrMSustersic, mars 2018. Relectures: Pr JC Stahl, Dr J Vanderstraeten. Sources: Avis n°9202 du Conseil Supérieur de la Santé 2017 : Vaccination contre l'Herpès Zoster virus ; www.ebmpracticenet.be consulté en mars 2018. Contact: sustersic.melanie@yahoo.fr. Illustration: ORoux. Mèlès©Tous droits réservés