

Fiche conseil Le psoriasis du cuir chevelu

Dr Khaled EZZEDINE, Dermatologue à l'hôpital, Saint André de Bordeaux

Source : Article PSO n°116 septembre 2013 « *Les traitements du psoriasis du cuir chevelu en 2013* », Dr Khaled EZZEDINE, Dermatologue à l'hôpital, Saint André de Bordeaux

Descriptif

Le psoriasis du cuir chevelu peut être isolé ou associé aux localisations plus classiques comme celles des coudes ou des genoux. Il s'agit généralement d'une plaque érythémateuse (1) étendue non alopeciante (2), à bords arrondis. Il est recouvert de squames sèches et bien limitées. Les cheveux concernés par l'atteinte ont une vitesse de pousse normale et contrairement à la teigne amiantacée, traversent la plaque perpendiculairement. Selon la localisation au niveau du cuir chevelu, l'expression clinique peut varier :

- Au niveau de l'occiput (3), les squames sont épaisses et les démangeaisons sont fréquentes,
- Au niveau frontal, l'aspect le plus fréquent est celui d'une couronne érythémateuse et séborrhéique (4).

Quelle est la prévalence du psoriasis du cuir chevelu parmi les personnes atteintes de psoriasis ?

L'atteinte du cuir chevelu chez les patients atteints de psoriasis peut survenir à tout âge. Elle est fréquente et touche presque une personne sur deux, sans distinction de sexe. Plus de 50 % des personnes souffrant de psoriasis ont une atteinte du cuir chevelu.

Comment le soigner/traiter ?

Au cours de ces dernières années, plusieurs médicaments de galénique (forme, consistance) considérablement améliorée et adaptée à la localisation ont vu le jour, avec l'arrivée de gel (Xamiol®), de mousse (Clarelux®), ou de shampoing (Clobex®).

Les démangeaisons constituent un **symptôme très fréquent du psoriasis du cuir chevelu**. Elles sont provoquées par les lésions psoriasiques fortement inflammatoires.

Pour vous soulager lors d'une poussée, il existe des traitements qui agissent sur l'inflammation et réduisent rapidement les démangeaisons.

Leur bon usage (respect de la posologie et de la durée du traitement) est indispensable pour obtenir une efficacité maximale.

Pensez aussi à respecter les conseils pour éviter l'agression de votre cuir chevelu lors de son lavage et de son séchage.

Enfin, il existe un conseil indispensable à respecter : **ne pas gratter** les lésions psoriasiques ! En effet, **5 minutes** de grattage accélèrent le renouvellement de la peau et **suffisent** pour réactiver le psoriasis pendant 2 semaines.

Conseils et remarques appropriés

Est-il dangereux d'utiliser les corticoïdes sur le cuir chevelu ? Quel(s) sont les risque(s) ?

Le risque d'atrophie cutanée en lien avec l'application de dermo-corticoïdes au niveau du cuir chevelu semblent moins élevé que sur le reste de la peau.

Que peut-on faire contre les démangeaisons ?

La meilleure arme contre les démangeaisons du cuir chevelu au cours du psoriasis est le traitement local qui diminue le prurit(5). L'utilisation en appoint d'un antihistaminique peut être recommandée. En termes de prévention, il est conseillé d'éviter tout traumatisme répété en particulier le port de serre-têtes, de bandeaux et de fichus.

J'aimerais bien aller, chez le coiffeur mais j'hésite...

Il y a bien des raisons pour lesquelles vous pouvez avoir à hésiter à aller chez le coiffeur...

On craint souvent le regard perplexe voire dégoûté du coiffeur quand il tombe sur nos plaques de psoriasis.

En fait, la plupart des coiffeurs **connaissent la maladie et savent qu'elle n'est pas contagieuse**. Néanmoins, pour vous rassurer sur ce sujet, signalez votre psoriasis en prenant votre rendez-vous. Vous saurez alors si cela pose un problème à votre coiffeur, et cela vous permettra de vous y rendre sereinement si ce n'est pas le cas.

On craint aussi une amplification voire une aggravation de la maladie. C'est vrai que sous l'effet des peignes, des brosses à poils durs, du sèche-cheveux et d'un shampooing très astringent, **le cuir chevelu est agressé ce qui peut provoquer l'apparition de nouvelles plaques de psoriasis**. Pour éviter ce phénomène, demandez à votre coiffeur d'utiliser des brosses douces, et de vous sécher les cheveux à bonne distance (au moins 20 cm de votre cuir chevelu).

Pour le shampooing, demandez lui d'utiliser un shampooing doux ou votre shampooing habituel.L

J'aimerais ses galéniques des produits spécifiquement. J'aimerais faire une teinture capillaire. N'y a –t-il pas de risque d'aggravation de mon psoriasis ?

Il n'y a pas de contre-indication à faire une couleur quand on a du psoriasis à condition de respecter certaines mesures préventives :

- Éviter de vous gratter avant la coloration. De plus, si vos plaques de psoriasis sont "à vif" à cause du grattage ou si vous êtes en poussée, il est préférable de reporter la coloration et de soigner votre cuir chevelu avec un traitement adapté.
- Il faut ensuite éviter de dessécher le cuir chevelu par un **séchage trop long ou trop chaud** car cela risquerait de provoquer des sensations de tiraillement ou des démangeaisons.
- Enfin, choisissez de préférence des **colorations sans ammoniac**, produit parfois irritant pour le cuir chevelu.

Pour tout complément d'informations et d'une aide personnalisée, contactez-nous :

01 42 39 02 55

info@francepsoriasis.org

www.francepsoriasis.org

GLOSSAIRE :

1- Erythémateuse : qui se manifeste par une rougeur cutanée plus ou moins intense qui disparaît lorsqu'une pression est effectuée dessus. L'érythème est souvent localisé, mais peut s'étendre sur une zone plus vaste.

2- Alopéciant : chute partielle ou totale des cheveux ou des poils.

3- Occiput : partie se situant au-dessus de la nuque.

4- Séborrhéique : se dit d'une dermatose inflammatoire cutanée fréquente (observée dans 3 % à 5 % de la population).

5- Prurit : démangeaison.