

Fiche conseil Le psoriasis du visage

Descriptif

Il est deux fois plus fréquent chez l'enfant que chez l'adulte.

Les taches sont rouges bien limitées, avec des fines squames sèches, ou plus grasses.

C'est la raison pour laquelle on le confond volontiers avec une dermatite séborrhéique. A noter que le retentissement psychologique de ce type de psoriasis est important.

Chez l'enfant, les lésions sur les paupières et autour de la bouche sont fréquentes.

Chez l'adulte, les lésions du visage sont généralement associées à des plaques sur d'autres régions du corps. L'atteinte du visage s'exprime le plus souvent par de petites squames grasses sur le front, les sourcils et les ailes du nez : cette forme clinique est appelée dermatite séborrhéique. Lorsque cette dernière est associée à un psoriasis du corps, on parle parfois de sébo-psoriasis.

Comment le soigner/traiter ?

Le nettoyage : avec un pain ou un gel « sans savon »

L'hydratation quotidienne : crème sans parfum et plusieurs fois par jour si nécessaire ;

Les dermaocorticoïdes : dérivées de la cortisone, ne doivent pas être utilisés sur des périodes de temps trop longues. Conformez-vous à l'ordonnance du médecin. En cas de persistance de votre psoriasis, consultez votre dermatologue car des solutions existent.

Conseils et remarques appropriés

Comment le cacher ?

Pour des raisons esthétiques, le psoriasis du visage - une localisation assez rare par rapport à celle du corps et du cuir chevelu - fait souvent l'objet d'une prise en charge précoce.

Il est tentant de vouloir cacher les plaques rouges et disgracieuses et il est tentant de les cacher derrière ses cheveux. Mieux vaut pourtant laisser son visage profiter de l'air et de la lumière du soleil pour faciliter la cicatrisation.

Le maquillage correcteur est pratique et permet de camoufler les plaques disgracieuses à l'occasion d'une sortie ou pour se sentir mieux tout simplement.

En attendant que le traitement prescrit par le médecin fasse son effet, certaines crèmes couvrantes permettent de dissimuler les plaques.

Toutefois il est préférable de limiter ce « camouflage » aux sorties, afin de laisser la peau respirer le plus souvent possible !

Comment se laver ?

Utiliser des produits de toilette non irritants, doux, généralement recommandés pour les soins de peaux fragiles.

Après la douche, prendre l'habitude de sécher la peau en la tapotant et non en la frictionnant.

Appliquer ensuite une crème hydratante ; cette mesure est particulièrement importante durant les mois d'hiver et lorsque l'air est sec car l'air ambiant accentue la sécheresse de la peau.

Comment raser une peau fragile ?

Il est conseillé d'utiliser un rasoir électrique, moins agressif que le rasoir mécanique.

Comment protéger le visage des agressions du climat ?

La peau du visage est délicate et lorsqu'elle est atteinte par le psoriasis elle est beaucoup plus sensible aux agressions du temps que d'ordinaire. Elle s'adapte moins facilement aux changements de température.

Durant l'automne et l'hiver, le froid et le vent la dessèchent. Avant de sortir, appliquer une crème protectrice pour le visage.

Au printemps et en été, la chaleur et la lumière du soleil peuvent aussi aggraver l'inflammation. En cas de fort ensoleillement, éviter une exposition directe pour ne pas brûler la peau. Utiliser une crème protectrice adaptée - de préférence « écran total » pour le visage - surtout en cas de poussée de psoriasis.

En dehors des épisodes plus sensibles, une exposition raisonnable au soleil contribue plutôt à la cicatrisation, dans la plupart des cas.

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

01 42 39 02 55

info@francepsoriasis.org

www.francepsoriasis.org