

Deux traitements efficaces :

GUIDE POUR GÉRER SOI-MÊME L'ECZÉMA

- Il existe deux traitements principaux contre l'eczéma
- Ces deux traitements sont nécessaires car ils aident à contrôler l'eczéma de différentes manières.



Découvrez d'autres façons de gérer l'eczéma sur :

EczemaCareOnline.org.uk

ÉMOLLIENTS

Crèmes hydratantes

Pourquoi ? Réduisez les poussées en bloquant l'eau dans la peau et en empêchant que des éléments susceptibles d'irriter la peau n'y pénètrent.



Quel type d'émollient ? Vous pouvez utiliser des lotions, des crèmes, des gels ou des pommades.

Tous ces types d'émollient sont efficaces, mais vous avez peut-être une préférence. Choisissez celui qui vous convient : www.bristol.ac.uk/eczema



Où ? Peut être utilisé sur l'ensemble du corps.



Quand ? Appliquer quotidiennement sur la peau. Les crèmes hydratantes sont utilisées lors d'une poussée d'eczéma et lorsque la peau ne présente plus aucun signe d'eczéma.



Peuvent-elles être utilisées en toute sécurité ?

Oui. Les patients trouvent parfois que leur peau pique un peu après la première application, mais cette sensation est temporaire.



CORTICOSTÉROÏDES TOPIQUES

Crèmes pour contrôler les poussées d'eczéma

Pourquoi ? Traitez les poussées aux endroits où la peau est plus douloureuse ou vous démange plus que d'habitude.

Quel type de corticostéroïde topique ? Vous pouvez utiliser des crèmes ou des pommades. L'eczéma léger est généralement traité avec une crème contrôlant les petites poussées. L'eczéma modéré ou sévère ou l'eczéma qui ne guérit pas peut nécessiter une crème plus forte pour contrôler les poussées.

Où ? Lors d'une poussée, appliquez une fine couche pour couvrir la zone présentant des signes d'eczéma. Vous aurez peut-être besoin de différents types de crème pour différentes parties du corps, par exemple pour le visage.

Quand ? Commencez à l'utiliser une fois par jour dès que vous remarquez des signes d'eczéma afin d'atténuer rapidement les symptômes. Une fois la poussée d'eczéma maîtrisée, continuez de l'utiliser pendant deux jours supplémentaires. Si vous l'utilisez pendant plus de 4 semaines (ou 2 semaines chez les nouveau-nés), discutez-en avec votre médecin.

Peuvent-elles être utilisées en toute sécurité ? **Oui.** Les crèmes contre l'eczéma peuvent être utilisées en toute sécurité en suivant les consignes ci-dessus. Si elles ne sont pas traitées, les poussées d'eczéma peuvent entraîner des problèmes plus graves.

Questions fréquemment posées



Découvrez d'autres façons de
gérer l'eczéma sur :

EczemaCareOnline.org.uk

1. À qui ce guide s'adresse-t-il ?

Ce guide a été conçu pour permettre aux professionnels de santé de présenter des informations fondées sur des données probantes relatives aux traitements de l'eczéma aux patients et parents d'enfants atteints d'eczéma. Cette approche thérapeutique convient aux personnes de tous âges. Ce guide est conçu pour être utilisé au sein des cabinets de médecins généralistes et des pharmacies.

2. Sur quelles données probantes ces informations reposent-elles ?

Ces informations sont basées sur des examens de haute qualité d'essais cliniques portant sur ces traitements (connus sous le nom d'études Cochrane), sur d'autres données probantes importantes obtenues lors d'essais cliniques, et sur l'avis de patients, de parents et de professionnels de santé. Retrouvez les documents de recherche utilisés sur : eczemacareonline.org.uk/en/two-treatments-documents

3. Que faire si je suis réticent(e) à adopter cette approche thérapeutique ?

Il s'agit de l'une des approches thérapeutiques les plus couramment utilisées, les plus sûres et les plus efficaces pour traiter l'eczéma, mais elle peut ne pas convenir à tout le monde. Si vous avez des inquiétudes ou ressentez des effets secondaires, demandez de l'aide à votre médecin ou votre pharmacie.

4. Que faire si ce traitement ne parvient pas à traiter mon eczéma ?

Si vous présentez des poussées répétées et difficiles à contrôler, discutez-en avec votre professionnel de santé. Il est possible que vous deviez éviter certaines choses qui aggravent votre eczéma, utiliser un traitement différent ou appliquer vos crèmes contre les poussées d'eczéma deux fois par semaine pour empêcher de futures poussées.

Des informations supplémentaires sur d'autres approches thérapeutiques sont disponibles dans le guide d'Eczema Care Online.