



QU'EST-CE QUE LA DERMATITE ATOPIQUE (DA) ?

La dermatite atopique (DA) est une affection cutanée inflammatoire provoquant des démangeaisons. Elle se caractérise par une barrière cutanée altérée, **une inflammation de la peau et un déséquilibre de la composition bactérienne de la peau.** 200 millions de personnes dans le monde sont touchées par la DA, dont **20 % sont des enfants et 10 % des adultes.** Dans **50 % des cas**, la dermatite atopique disparaît **avant l'âge de 5 ans**, mais elle peut aussi persister **à l'adolescence et à l'âge adulte.**

CAUSES ET SYMPTÔMES

CAUSES



FACTEURS GÉNÉTIQUES

Prédisposition génétique, antécédents familiaux d'atopie



FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

- Températures extrêmes > froid, chaleur, usage du chauffage central.
- Niveaux d'humidité > faible humidité relative.
- Pollution de l'air > fumée de tabac, pollution liée au trafic routier.
- Influences psychologiques > stress.
- Irritants > savons et détergents.
- Exposition in utero pendant la grossesse : facteurs augmentant le risque de développer une DA chez l'enfant > stress, antibiotiques, consommation d'alcool

SYMPTÔMES

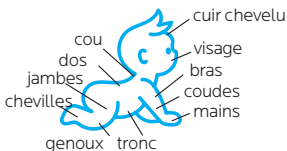


SYMPTÔMES

- Démangeaisons légères à sévères, pouvant être intermittentes
- Sensation de picotement et de brûlure
- Pendant les poussées : peau rouge et sèche, démangeaisons sévères
- Les lésions chroniques peuvent évoluer vers une peau squameuse avec nodules
- La DA impacte fortement la qualité de vie : privation de sommeil, déficit d'attention, stigmatisation sociale, etc.



LOCALISATION CHEZ LE NOURISSON & LES ENFANTS



Nourrissons jusqu'à 2 ans



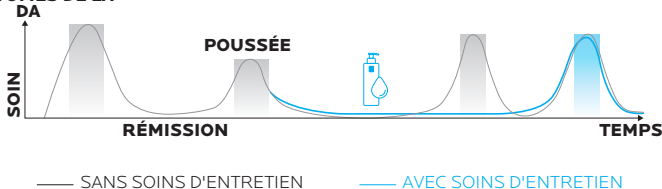
Enfants

COMMENT GÉRER LA DERMATITE ATOPIQUE

La DA est un cercle vicieux avec alternance de poussées (démangeaisons et douleur accrues) et de périodes de rémission.

Des soins d'entretien adaptés espacent les poussées et améliorent la qualité de vie.

SYMPTÔMES DE LA DA



SOIN D'ENTRETIEN

NETTOYER

Produit nettoyant doux : non irritant, sans savon, sans parfum, pH = 5,5 (type SYNDET)

- Pour éliminer les croûtes de la peau
- Pour éliminer les contaminants bactériens

HYDRATER

Émollient ou émollient plus enrichi en actifs

- Pour soulager les symptômes : peau sèche, démangeaisons, picotements et brûlures

FRÉQUENCE D'APPLICATION

Au moins une fois par jour, après la douche, le matin ou le soir. Envisager un autre moment dans la journée.

PENDANT UNE POUSSÉE

- Utiliser un nettoyant et une hydratation quotidiens
- Appliquer des crèmes topiques médicamenteuses sur les zones de rougeur et d'irritation, selon la prescription d'un professionnel de santé.

CONSEILS QUOTIDIENS



Utiliser un lavant doux,
sans savon.



Utiliser un émollient
quotidiennement adapté aux
peaux à tendance atopique.



**Prendre des douches rapides
(5-10 min)** plutôt que des
bains, **éviter l'eau chaude** (<
30°C).



Bien sécher après la douche
en tamponnant délicatement,
éviter de frotter.



**Maximiser l'hydratation
après la douche** pour
permettre à l'émollient de bien
pénétrer la peau. L'application
de l'émollient doit se faire
avant de sortir de la salle de
bain, sur tout le corps. Cela
évite les démangeaisons
causées par les changements
de température et d'humidité.



**Porter des vêtements en
coton ou en matières
synthétiques,** jamais de
laine. Laver les vêtements
neufs avant de les porter.



Garder la chambre fraîche et
sans humidité



Éviter les allergènes comme
la poussière, le tabac et les
poils d'animaux



Après la baignade, **se rincer
immédiatement** pour
éliminer l'eau salée ou le
chlore



Après le sport, **se doucher
immédiatement et
appliquer un hydratant**

