

Quand consulter un dermatologue

Votre médecin de famille ou un dermatologue peut vous aider, même si vous avez de l'acné bénigne. En effet, même l'acné bénigne peut laisser des cicatrices. De plus, on ne peut pas prédire si l'acné empirera avec le temps.

Stades de l'acné

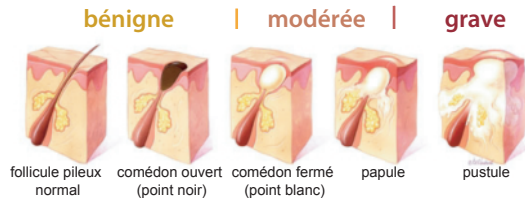
Divers termes sont employés pour décrire les diverses formes de l'acné. On parle de comédon, de papule, de pustule, de nodule et de kyste.

Il y a essentiellement trois degrés de gravité.

L'acné bénigne : la personne a quelques lésions près de la surface de la peau ; elles ne sont pas profondes et il n'y a pas d'inflammation.

L'acné modérée : cette forme d'acné se caractérise par des lésions nodulaires plus profondes et par des rougeurs.

L'acné grave : la personne a beaucoup de lésions et de nombreux kystes, et beaucoup de rougeur et d'inflammation.



Quels sont les différents genres de traitements?

Que votre acné soit grave ou non, mieux vaut intervenir rapidement pour la maîtriser et réduire le risque de cicatrices permanentes. Il est impossible de savoir si une acné bénigne empirera, persistera à l'âge adulte ou disparaîtra avant la fin de l'adolescence.

Les traitements contre l'acné visent à réduire la quantité de sébum produite, à enrayer les bactéries de l'acné (*P. acnes*), à soulager la peau sèche et à calmer l'inflammation.

Médicaments en vente libre

Si vous avez de l'acné bénigne, vous pouvez habituellement utiliser un médicament sans ordonnance avant de consulter votre médecin. Ces médicaments sont généralement moins puissants que les médicaments prescrits et sont faciles à trouver. Les traitements pour l'acné sans ordonnance comprennent les nettoyants médicamenteux et les crèmes et gel topiques.

(Médicaments en vente libre, suite)

Leurs ingrédients actifs sont habituellement l'acide salicylique ou le peroxyde de benzoyle, en concentrations variées. L'acide salicylique possède des propriétés anti-inflammatoires et exfoliantes, tandis que le peroxyde de benzoyle assèche la peau, exfolie légèrement et tue les bactéries. Les nettoyants et crèmes à base de peroxyde de benzoyle sans ordonnance ont une concentration de 5 % et moins alors qu'avec une ordonnance, leur concentration peut atteindre 10 %.

Médicaments d'ordonnance

Les antibiotiques topiques (p. ex. érythromycine, clindamycine) peuvent être prescrits afin de réduire l'inflammation associée aux rougeurs et à l'enflure causées par l'acné.

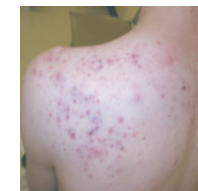
Les antibiotiques oraux (p. ex. tétracycline, minocycline) sont généralement prescrits pour les cas d'acné modérés ou graves sur la poitrine, le dos et les épaules. Ces antibiotiques agissent en réduisant la quantité de bactéries *P. acnes*.

Les agents hormonaux tels que les contraceptifs oraux sont recommandés pour les cas d'acné modéré et grave (p. ex. l'acné kystique) contre lesquels d'autres traitements ont échoué. Ils sont souvent utilisés lorsque l'acné apparaît ou s'aggrave à l'âge adulte. Deux formes d'acné répondent bien aux contraceptifs oraux : celle qui se manifeste durant la période prémenstruelle et celle qui apparaît le long de la mâchoire et qui est habituellement d'origine hormonale.

Les rétinoïdes (dérivés de vitamine A) sont prescrits dans les cas d'acné qui ne réagissent pas aux autres traitements. Les rétinoïdes se présentent sous forme topique et orale. Les rétinoïdes topiques (c.-à.-d. la trétinoïne, l'adapalène et le tazarotène) aident à régénérer les cellules de la peau et à réduire l'inflammation. Les rétinoïdes oraux sont réservés aux cas graves d'acné très persistant.



Les dermatologues
VOS
spécialistes de la PEAU
Association canadienne de dermatologie
Canadian Dermatology Association



Les cas bénins d'acné peuvent miner l'estime de soi et causer une dépression et des pensées suicidaires.

Qu'est-ce que l'acné ?

L'acné est le problème de peau que les médecins voient le plus souvent. Elle se produit lorsque les follicules pileux deviennent obstrués par la combinaison d'une substance huileuse produite par la peau (le sébum), de saleté et de cellules cutanées mortes. Il arrive souvent qu'une bactérie, *Propionibacterium acnes* (P. acnes) soit aussi présente, ce qui contribue à la rougeur, à l'enflure et à la présence de pus qui peuvent accompagner les lésions. L'acné en est le résultat visible, sous forme de points noirs, de points blancs, de boutons et de kystes. L'acné apparaît surtout sur le visage et le cou, mais aussi sur les épaules, le dos et les bras.

Qu'est-ce qui cause l'acné ?

Les glandes sébacées (qui produisent de l'huile) deviennent trop actives et produisent un excès de sébum, généralement à la puberté. Chez certaines personnes, cet excédent de sébum obstrue les pores, causant ainsi l'inflammation (rougeurs et enflure) souvent associée à l'acné. L'hérédité (vos gènes) est un autre facteur qui détermine qui sera atteint d'acné et à quel degré. Si un de vos parents ou les deux ont eu de l'acné, vous risquez davantage d'être vous aussi affecté(e) par ce problème de peau.

Qui est atteint d'acné ?

Il arrive à tout le monde d'avoir un bouton un jour ou l'autre quelque part sur le corps. L'acné survient souvent durant la puberté et peut persister pendant 5 à 10 ans et peut même continuer à l'âge adulte. Certains bébés développent de l'acné peu après la naissance. S'il s'agit d'un cas d'acné léger ou modéré, le problème est souvent traité à l'aide d'un médicament en vente libre (sans ordonnance). Par contre, si l'acné est grave, tenace et répandue, il est recommandé de consulter votre médecin de famille pour recevoir un médicament plus puissant.

Quelques statistiques au sujet de l'acné

- Près de 20 % des Canadiens, soit 5,6 millions, ont de l'acné.
- Plus de 80 % des personnes atteintes d'acné ont entre 12 et 24 ans.
- L'acné touche environ 90 % des adolescents et 20 à 30 % des adultes de 20 à 40 ans.
- Dans 99 % des cas, l'acné se présente dans le visage.
- L'acné survient habituellement à la puberté et dure jusqu'à l'âge adulte, mais peut persister pendant de nombreuses années, quel que soit l'âge.
- L'acné du nourrisson touche près de 20 % des nouveau-nés.
- Les femmes comptent pour 75 % des cas d'acné chez les adultes.
- Environ 25 % des adolescents et jeunes adultes auront de l'acné jusqu'à l'âge de 25 ans.

25 % des adultes et 31 % des adolescents sondés ont affirmé que l'acné les a déjà empêchés de participer à des activités sociales.

Ce qui peut provoquer les poussées d'acné ?

De nombreux facteurs peuvent provoquer les poussées d'acné ou les éruptions. Les éléments déclencheurs peuvent être différents d'une personne à l'autre.

Produits de beauté : Le maquillage et les produits pour les cheveux peuvent obstruer les pores. Lorsque vous achetez ces produits, cherchez sur l'étiquette les termes " sans huile ", " non comédogène " et " non acnéigène " : ils signalent que le produit risque moins de causer de l'acné.

Pression sur la peau : Lorsqu'on exerce de la pression sur la peau en portant, par exemple, une mentonnière, un casque, un bandeau, une bretelle de guitare, une bretelle de soutien-gorge ou des vêtements serrés, de l'acné localisée peut se développer au point de contact avec la peau.

Transpiration : Chez certaines personnes, la transpiration peut aggraver l'acné, sans doute parce que la sueur obstrue les pores, surtout si elle est retenue par les vêtements.

Lavage excessif : On recommande aux personnes qui sont portées à faire de l'acné de se laver le visage deux fois par jour avec un nettoyant doux. En lavant la peau plus souvent, en frottant ou en exfoliant, ou encore en utilisant des produits nettoyants ou astringents forts (comme une lotion tonique contenant de l'alcool), on risque de retirer à la peau une couche protectrice et de l'irriter, ce qui peut aggraver l'acné.

Médicaments : Certains médicaments peuvent causer des éruptions d'acné, notamment les corticostéroïdes oraux, certains contraceptifs oraux (la progestine seulement) et les anticonvulsivants.

Cycle menstruel : Plusieurs femmes remarquent que leurs éruptions d'acné correspondent à la période prémenstruelle.

Gratter et faire éclater les boutons : Toucher les lésions d'acné peut les aggraver et augmente le risque de cicatrisation permanente. Presser sur les boutons ou les faire éclater peut causer une éruption de sébum et de bactéries dans les tissus cutanés avoisinants, ce qui aggrave l'enflure et la rougeur et peut même causer une infection.

Aliments : Aucune étude n'a démontré que certains aliments ou que certaines habitudes alimentaires peuvent causer ou aggraver l'acné. Cependant, si vous remarquez qu'un aliment semble aggraver votre acné, essayez de ne pas en manger. Il serait toutefois malsain d'éviter un groupe alimentaire en entier; ce n'est donc pas recommandé.

(suite)



Les dermatologues
vos **spécialistes** de la PEAU
Dermatologists
Your **SKINexperts**
Association canadienne de dermatologie
Canadian Dermatology Association

Pour plus de renseignements au sujet de
l'acné des adolescents
l'acné des adultes
l'acné du nourrisson
l'acné rosacée
et des liens vers d'autres ressources,
consultez
www.dermatologue.ca

L'Association canadienne de dermatologie, fondée en 1925, représente les dermatologues du Canada. L'Association a pour mission de faire avancer la science et l'art de la médecine et de la chirurgie dans le domaine des soins de la peau, des cheveux et des ongles, d'offrir du perfectionnement professionnel à ses membres, d'appuyer et d'améliorer les soins aux patients, de sensibiliser le public à la protection solaire et aux autres aspects des soins de la peau, et de promouvoir la santé de la peau, des cheveux et des ongles, la vie durant.

Ce feuillet d'information a été produit avec d'aide d'une subvention à l'éducation sans restriction de :



DERMIK®
la division de dermatologie de sanofi-aventis Canada Inc.

