

# Il importe de trouver un traitement et de s'y conformer !

# La rosacée

## Consulter un médecin

Il faut chercher à se faire traiter le plus tôt possible afin de réduire l'apparition des symptômes les plus courants (p. ex., rougeurs, papules, pustules et vaisseaux sanguins dilatés) et des effets qui y sont associés comme les sensations de brûlure et de picotement, l'assèchement de la peau et la desquamation. Une amélioration de la santé de leur peau peut aussi aider les personnes qui souffrent de rosacée à se sentir plus confortables et rassurés au sujet de leur apparence physique. Le traitement précoce et suivi de la rosacée peut aider à contrôler les symptômes et prévenir l'aggravation de la maladie qui entraîne parfois une défiguration.

## Différentes formes de rosacée

Il existe quatre formes de rosacée qui se distinguent de la façon suivante :

**Bénigne** (érythématotélangiectasique) - Les principaux symptômes sont des rougeurs au visage qui peuvent apparaître et disparaître. Il peut aussi y avoir de l'enflure ainsi qu'une sensation de brûlure et de picotement; la peau peut être rugueuse et de petites veines peuvent devenir visibles à la surface de la peau.

**Modérée** (papulopustulaire) - C'est une forme plus avancée de rosacée qui se caractérise par une rougeur persistante et des bosses ressemblant à des boutons d'acné (et que l'on prend souvent pour de l'acné) ainsi que par une sensation de brûlure et de picotement.

**Grave** (phymateuse) - Chez certaines personnes, la rosacée peut affecter le nez, causant un épaissement de la peau (le nez semble grossi) qui devient bosselée. Cette forme avancée de rosacée s'appelle rhinophyma.

**Rosacée oculaire** - En plus des symptômes cutanés, la rosacée peut aussi toucher les yeux et les paupières. Elle peut causer des rougeurs à la peau entourant l'œil et aussi une sensation de brûlure, de picotement, de sécheresse, une sensibilité à la lumière, une vision floue et des yeux larmoyants et injectés de sang.

## Quels sont les choix de traitement contre la rosacée ?

La rosacée ne peut pas s'améliorer d'elle-même ou disparaître spontanément. Sans traitement, elle peut même empirer avec le temps. Contrairement à l'acné, il arrive que la rosacée ne réponde pas aux traitements vendus sans ordonnance, qui peuvent même irriter la peau davantage, ce qui causera encore plus de rougeurs et d'enflure.

## (traitement, suite)

Votre médecin de famille ou un dermatologue peut prescrire diverses formes de traitement et vous recommander des produits de soin de la peau et des cosmétiques appropriés. En observant le traitement recommandé par votre médecin, vous constaterez une amélioration des symptômes en quelques semaines.

## Medications

### Le métronidazole

Cet agent topique (appliqué sur la peau) a des propriétés anti-inflammatoires et antimicrobiennes, et on le considère comme le traitement de prédilection de la rosacée. On peut l'utiliser pendant une période prolongée et il se présente en gel, en crème et en lotion.

### Les antibiotiques (topiques et oraux)

On traite souvent la rosacée par des antibiotiques, en formulation topique que l'on applique directement sur la peau affectée ou en pilule à avaler. Les antibiotiques agissent contre la rosacée principalement en produisant un effet anti-inflammatoire. Les antibiotiques oraux comprennent notamment la tétracycline, la minocycline, l'érythromycine, la clindamycine.

### Les crèmes aux stéroïdes

On peut traiter la rosacée à l'aide de stéroïdes topiques, soit de faible concentration, que l'on peut acheter sans ordonnance, ou un peu plus forts, sur ordonnance. Ces produits peuvent être utilisés pendant une courte période pour réduire les rougeurs et l'inflammation de la peau. Ils peuvent toutefois aggraver la rosacée si on les utilise pendant de plus longues périodes.

### L'isotrétinoïne

Ce médicament oral peut être prescrit si la rosacée est grave ou si les symptômes ne répondent pas aux antibiotiques.

### La crème de trétinoïne

On peut prescrire cet agent topique pour traiter la rosacée bénigne.

### Le sulfacétamide sodique et le soufre

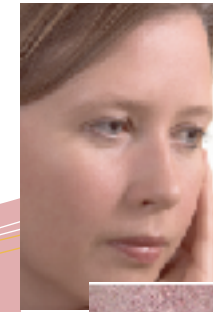
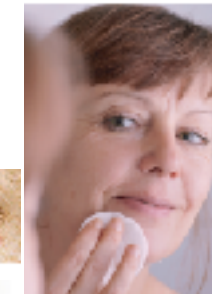
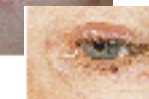
On utilise typiquement le sulfacétamide sodique et le soufre en combinaison pour traiter les rougeurs et l'inflammation.

### La thérapie au laser et autre chirurgie esthétique

La thérapie au laser consiste à utiliser un laser à colorant pulsé ou une lumière intense pulsée pour traiter les petites veines rouges visibles. Pour réduire le tissu excédentaire associé au rhinophyma, on peut avoir recours au resurfaçage laser, à la dermabrasion ou à la chirurgie esthétique.



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



Elle est souvent  
diagnostiquée à tort comme de l'acné d'adulte.

## Qu'est-ce que la rosacée ?

La rosacée est une maladie chronique de la peau qui affecte principalement le visage. Les premiers signes de la rosacée peuvent être un rougissement ou des rougeurs qui, au début, apparaissent et disparaissent. Avec le temps, la rougeur peut devenir persistante et plus visible. Les zones symptomatiques sont habituellement les joues, le nez, le menton et le front. La rosacée touche parfois les yeux, qui peuvent devenir injectés de sang et donner la sensation d'avoir " du sable " dans l'œil. Plus de la moitié des gens souffrant de rosacée présenteront aussi des symptômes oculaires.

Des bosses, de petits boutons purulents et des vaisseaux sanguins dilatés peuvent aussi apparaître, donnant à la peau une apparence rugueuse et irrégulière. Les symptômes de la rosacée peuvent varier d'une personne à l'autre et il est impossible d'en prévoir le degré de gravité. On ne connaît pas de cure définitive de la rosacée, mais il est possible d'en minimiser les symptômes avec des traitements appropriés et une modification des habitudes de vie.

Dans certains cas rares, les symptômes de la rosacée peuvent être si graves que la peau du nez s'épaissit et devient enflée et couverte de bosses. On appelle ce trouble le rhinophyma. Il se caractérise par la présence de bosses épaisses et rouges sur le nez et tout autour, qui se développent lorsque les glandes sébacées et les tissus conjonctifs environnants deviennent enflés et dilatés. Cette forme plus grave de la rosacée survient surtout lorsque la maladie n'a pas été traitée. Le rhinophyma apparaît parfois chez les hommes atteints de rosacée mais très rarement chez les femmes.

## Qui peut être atteint de rosacée ?

La rosacée se manifeste généralement chez les adultes âgés de 30 à 50 ans. Elle touche les hommes et les femmes mais semble plus fréquente chez les femmes, tandis que les cas les plus graves semblent toucher surtout les hommes. Bien que la rosacée puisse se manifester chez des personnes ayant tous les types de peau, celles à la peau claire tendent à y être davantage prédisposées (personnes d'ascendance nord-européenne et est-européenne, irlandaise, anglaise ou écossaise, par exemple).

## Quelques statistiques au sujet de la rosacée

- Près de deux millions de Canadiens souffrent de rosacée.
- C'est une affection chronique de la peau pour laquelle il n'existe pas de cure définitive mais qui peut être contrôlée.
- Elle se manifeste habituellement entre l'âge de 30 et 50 ans.
- Les femmes sont généralement plus sujettes à la rosacée que les hommes.
- Elle est souvent diagnostiquée à tort comme de l'acné d'adulte.
- Environ la moitié des personnes atteintes présentent des symptômes oculaires.

## Quels sont les déclencheurs de la rosacée ?

Plusieurs facteurs reliés aux habitudes de vie peuvent déclencher une poussée de rosacée. Comme les déclencheurs peuvent varier d'une personne à l'autre, il est à la fois important et utile de connaître ceux qui provoquent une poussée de vos symptômes. Vous serez alors en mesure de mieux contrôler votre rosacée en évitant les facteurs qui peuvent aggraver l'état de votre peau.

### Les déclencheurs les plus communs de la rosacée



#### Les produits cosmétiques

Les produits contenant du parfum, de l'alcool, des abrasifs ou autres ingrédients irritants peuvent aggraver les symptômes de la rosacée.

#### Les aliments et boissons:

- boissons chaudes telles que les soupes et le chocolat chaud;
- boissons caféinées comme le thé ou le café;
- assaisonnements épicés tels que le poivre blanc ou noir, le paprika, le poivre rouge et le poivre de Cayenne;
- alcool, particulièrement le vin rouge.



#### L'effort physique intense

- Surchauffer le corps peut provoquer des rougeurs;
- Répartissez vos séances d'exercice vigoureux en plusieurs périodes plus courtes;
- Prenez des moyens pour rester au frais en faisant de l'exercice.



#### Les médicaments

Certains médicaments peuvent provoquer des poussées de rougissement. Les médicaments qui causent de la vasodilatation (c'est-à-dire qui provoquent la dilatation des vaisseaux sanguins) comme les inhibiteurs de l'ECA, et certains médicaments qui abaissent le taux de cholestérol (comme la niacine) peuvent avoir cet effet. L'utilisation prolongée sur le visage de crèmes à la cortisone obtenues sur ordonnance peut aussi aggraver les symptômes de rosacée.



#### Le stress

Le stress et les émotions intenses sont aussi parmi les déclencheurs les plus fréquemment associés aux poussées de rosacée. Pour gérer le stress, dormez suffisamment, faites de l'exercice régulièrement, respirez profondément, faites des étirements et choisissez un régime alimentaire équilibré.



#### Les températures extrêmes

Les températures extrêmement chaudes ou froides; L'exposition au vent; Les douches et les bains très chauds et les saunas.

#### L'exposition aux UV

- D'appliquer tous les jours un écran solaire à FPS de 30 ou plus;
- Les personnes à la peau sensible pourraient vouloir utiliser un écran solaire total;
- D'éviter le soleil entre 11 heures et 16 heures.



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

Pour plus de renseignements sur  
**les causes de la rosacée**  
**la façon de contrôler la rosacée**  
**et les déclencheurs de la rosacée**  
ainsi que des liens vers d'autres ressources,  
consulter [www.dermatologue.ca](http://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®  
the dermatology division of sanofi-aventis Canada Inc.

pHisoderm®

