

INFORMATION PATIENT · PEAU ET PLAIES

Zona

EM Orbit

Vous êtes venu(e) aux urgences avec une éruption douloureuse. Le médecin pense qu'il s'agit d'un zona, qui peut être soigné à la maison sans danger. Cette fiche explique ce que c'est, comment soulager la douleur et comment protéger les autres.

De quoi s'agit-il ?

Le zona est causé par le virus de la varicelle qui se réveille, souvent des années plus tard. Il provoque une douleur, des fourmillements ou une sensation de brûlure, puis une éruption de vésicules en bande sur un côté du corps ou du visage. Les vésicules se couvrent de croûtes en 7 à 10 jours. La douleur peut durer plus longtemps. Vous ne pouvez pas attraper un zona, mais le liquide des vésicules peut donner la varicelle à d'autres personnes.

Prendre soin de soi à la maison

- Gardez l'éruption propre, sèche et recouverte sans serrer.
- Portez des vêtements amples en coton sur l'éruption.
- Un linge frais et humide sur l'éruption peut soulager la douleur ; n'appliquez pas de glace directement.
- Ne grattez pas et ne percez pas les vésicules.
- Tant que les vésicules ne sont pas couvertes de croûtes, restez à distance des femmes enceintes, des nouveau-nés, des personnes dont les défenses immunitaires sont faibles et de toute personne qui n'a pas eu la varicelle.
- Lavez-vous les mains après avoir touché l'éruption.

Médicaments

- Si on vous a donné des comprimés antiviraux, prenez le traitement jusqu'au bout ; ils marchent mieux quand ils sont commencés tôt.
- Le paracétamol ou l'ibuprofène peuvent aider contre la douleur, sauf si votre médecin vous a dit de ne pas en prendre. Suivez la notice de la boîte ou les indications de votre médecin.
- Évitez l'ibuprofène en cas d'ulcère de l'estomac, de maladie des reins, de certains types d'asthme ou de grossesse, sauf si votre médecin dit que c'est sans danger.
- Si la douleur est intense ou vous empêche de dormir, demandez à votre médecin d'autres médicaments contre la douleur.

Suivi

- Consultez votre médecin de famille ou votre centre de santé dans un délai de 1 semaine, ou plus tôt si la douleur n'est pas contrôlée.
- Consultez votre médecin si la douleur continue après la guérison de l'éruption.
- Demandez à votre médecin si le vaccin contre le zona vous convient.

Revenez aux urgences ou appelez une ambulance immédiatement si :

- **Éruption sur l'œil ou près de l'œil, ou sur le bout du nez, ou tout changement de la vision**
- **Faiblesse d'un côté du visage, ou éruption dans l'oreille avec vertiges ou perte d'audition**
- **Mal de tête intense, raideur de la nuque, confusion ou somnolence inhabituelle**
- **L'éruption s'étend largement sur votre corps**
- **La peau autour de l'éruption devient rouge, chaude, gonflée ou laisse couler du pus, avec de la fièvre**

Scannez pour lire cette fiche sur votre téléphone

Ce document est une information générale qui complète les conseils que votre médecin ou votre infirmier vous a donnés aujourd'hui. Il ne les remplace pas. En cas d'inquiétude, consultez un médecin. Traduit de l'original anglais ; la version anglaise fait foi.