



## Eczéma nummulaire (ou discoïde ou dermatite nummulaire)

🕒 paru le 31/01/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

L'eczéma nummulaire est une variante chronique de l'eczéma que l'on rencontre fréquemment. Son nom vient du latin « nummus », qui signifie monnaie. Les lésions de la peau ont en effet la forme arrondie d'une pièce de monnaie. On l'appelle aussi eczéma discoïde. L'eczéma étant une maladie de la peau, on parle aussi de dermatite nummulaire. Ce n'est pas une maladie infectieuse.

On n'en connaît pas bien l'origine. L'hérédité et la prédisposition à la peau sèche ou aux affections allergiques jouent certainement un rôle. L'apparition d'un eczéma nummulaire semble également dépendre d'un certain nombre de facteurs externes, tels que l'utilisation de trop de savons ou de savons trop forts, le stress, les vêtements rêches, la transpiration excessive et la fumée.

### Chez qui survient-il ?

Chez l'adulte, l'eczéma nummulaire se rencontre principalement chez les personnes entre 40 et 60 ans et plus fréquemment chez les hommes que chez les femmes.

### Comment le reconnaître ?

L'eczéma nummulaire commence souvent avec une seule cloque ou une tache autour de laquelle apparaissent plusieurs nouvelles lésions similaires. Celles-ci se regroupent pour former des plaques bien délimitées, rondes ou ovales, souvent rouges, squameuses, parfois humides et qui démangent fortement. Les lésions peuvent se produire sur tout le corps. Le plus souvent, cela commence sur une jambe puis s'étend aux deux côtés. Les autres endroits typiques sont les cuisses, le dos et les bras. Les coudes et le creux des genoux sont les zones le plus souvent touchées.

L'eczéma nummulaire s'aggrave souvent pendant les mois d'hiver, car l'air est plus sec, et s'améliore ensuite en été avec le soleil. C'est une maladie chronique qui évolue par poussées et qui revient donc constamment.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Habituellement, le médecin pose le diagnostic sur la base des symptômes et de l'aspect des lésions. Certaines affections de la peau ressemblent beaucoup à l'eczéma nummulaire, par exemple d'autres formes d'eczéma, la teigne ([champignon de la peau](#)), le [psoriasis](#), l'[allergie de contact](#) ou l'[impétigo](#).

En cas de doute, le médecin peut prélever un échantillon de peau (biopsie cutanée) pour un examen au microscope. Cet examen a cependant peu d'influence sur le traitement. Parfois, le médecin décide de mettre en culture un échantillon de liquide ou de pus pour rechercher des champignons. Si l'eczéma persiste et que les traitements ne

sont pas efficaces, le médecin vous adressera à un médecin spécialiste de la peau (dermatologue) pour rechercher une allergie.

### Que pouvez-vous faire ?

La peau est naturellement recouverte d'une couche protectrice grasse. En cas d'eczéma, cette couche ne se forme pas bien, ce qui provoque un dessèchement plus rapide de la peau. La peau sèche démangera plus vite. Cela peut être évité en appliquant chaque jour une crème grasse. L'huile de bain peut donner le même résultat. N'utilisez pas trop de savon ni trop de mousse de bain. Ne vous lavez pas la peau au savon tous les jours (sauf les aisselles et les plis de l'aîne). Une simple douche suffit. Évitez les douches très chaudes de plus de 5 minutes.

Utilisez des gants si vous manipulez des produits irritants.

Évitez les vêtements qui irritent, qui frottent ou qui grattent. Portez plusieurs couches de vêtements légers (T-shirt, puis chemise, puis chandail, puis manteau) afin de pouvoir facilement retirer une couche si vous transpirez. Évitez la chaleur extrême, assurez une bonne ventilation des pièces pendant la journée et ne fumez surtout pas dans la maison !

L'allergie peut aggraver l'eczéma. Par conséquent, évitez tout ce qui peut déclencher cette allergie. Si vous remarquez que certains aliments aggravent votre eczéma, demandez que l'on recherche vos allergies.

Chez les enfants, il peut être utile de tenir un journal de l'eczéma. Notez-y tout ce qui peut concerner l'eczéma : poussées, sévérité des démangeaisons, endroit, facteurs déclenchants, effet du traitement...

### Que peut faire le médecin ?

Comme l'eczéma nummulaire disparaît généralement lorsque la peau est bien soignée, le médecin vous conseillera d'abord de prendre soin de votre peau. Pour les endroits difficiles, il peut prescrire une pommade à la cortisone et, en cas de démangeaisons sévères, un médicament contre les démangeaisons.

En cas d'eczéma persistant, le médecin vous orientera vers un dermatologue pour exclure une [allergie de contact](#) (réaction allergique à des substances après contact avec la peau). Le dermatologue peut également recommander la luminothérapie aux ultraviolets (UVB).

### En savoir plus ?

- [Eczéma nummulaire \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [L'UVBthérapie, ici](#), ou [à trouver sur cette page des Cliniques St Luc UCL](#)
- [Corticostéroïdes pour la peau – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

### Source

[www.ebpnet.be](http://www.ebpnet.be)