



Démangeaisons (prurit)

🕒 paru le 19/12/2019 • 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 ?

Le prurit est une sensation de chatouillement, de démangeaison, qui donne envie de se gratter.

- Les démangeaisons peuvent rester limitées à un endroit précis du corps (la cause est généralement localisée) ou sur tout le corps.
- Les démangeaisons peuvent apparaître avec ou sans lésions cutanées. Les lésions cutanées peuvent aussi être dues au grattage.

Causes de prurit

Les démangeaisons peuvent avoir de nombreuses causes : des troubles cutanés, des médicaments, des affections systémiques ou des raisons psychologiques.

Troubles cutanés

- la peau sèche ;
 - Il s'agit de l'une des premières causes de démangeaisons chez les personnes âgées. Elle ne s'accompagne pas toujours d'une anomalie cutanée et survient principalement durant l'hiver
- l'eczéma ;
 - Il existe différentes formes d'eczéma : l'eczéma atopique, l'eczéma nummulaire et l'eczéma allergique de contact.
- l'urticaire ;
- la gale ;
- les mycoses ;
- le lichen plan ;
- le psoriasis ;
- les poux de la tête et du pubis ;
- les piqûres et morsures d'insectes ;
- le dermatographisme.
 - Il s'agit d'un petit gonflement prurigineux, provoqué par une pression locale exercée sur la peau (par exemple lorsque vous écrivez une lettre ou un chiffre sur votre peau).

Médicaments

Les médicaments peuvent déclencher des démangeaisons par différents mécanismes :

- une réaction allergique ;
- une peau sèche ;

- une sensibilité accrue au soleil ;
- des dommages au foie.

En principe, tout médicament peut provoquer des démangeaisons. Le plus souvent, le lien entre le médicament et les démangeaisons est rapidement évident mais, parfois, il ne se manifeste qu'au bout d'un long moment.

Les médicaments qui sont souvent responsables de démangeaisons sont :

- certains antibiotiques ;
- les médicaments qui diminuent le taux de cholestérol (hypocholestérolémiant) ;
- certains médicaments qui abaissent la tension artérielle (antihypertenseurs) connus sous le nom d'inhibiteurs de l'enzyme de conversion (IECA) ;
- un médicament contre la goutte (allopurinol) ;
- un grand nombre de médicaments contre le cancer ;
- les antidouleurs puissants tels que la morphine.

Affections systémiques

Une maladie systémique peut provoquer des démangeaisons sans nécessairement causer des lésions de la peau. Quelques exemples :

- une maladie rénale ;
 - Les démangeaisons sont causées par une concentration élevée de déchets (urée) que le rein ne parvient pas à éliminer.
 - Ce problème est fréquent chez les personnes sous dialyse rénale.
- une maladie du foie ;
 - Les démangeaisons sont causées par l'accumulation d'acides biliaires que le foie ne parvient pas à éliminer.
 - Les exemples caractéristiques sont la cholestase de [grossesse](#) (diminution ou arrêt de la sécrétion biliaire), l'hépatite ou la cirrhose du foie suite à une détérioration des voies biliaires.
- un cancer ;
 - Les démangeaisons sont courantes, en particulier dans les cancers du sang tels que les [lymphomes](#).
- une maladie de la thyroïde ;
 - Une thyroïde paresseuse ([hypothyroïdie](#)) est source de peau sèche.
- d'autres affections telles qu'un [diabète](#), une [infection à VIH](#), une [sclérose en plaques \(SEP\)](#) ou une [maladie de Parkinson](#).

Les démangeaisons sont présentes dans 2 % des grossesses normales, sans affection sous-jacente.

Causes psychologiques

Les démangeaisons peuvent également être dues à une affection psychiatrique, comme une [dépression](#), un [trouble bipolaire](#) ou une psychose.

Elles peuvent par ailleurs être la conséquence du cercle vicieux grattages-démangeaisons, portant le nom de névrodermite. Suite aux grattages répétés, la peau devient plus épaisse et plus foncée, ce qui aggrave encore les démangeaisons et entretient le cercle vicieux.

Comment les reconnaître ?

Vous ressentez une sensation de chatouillement à un endroit précis de la peau ou sur l'ensemble du corps et vous avez tout le temps envie de vous gratter. Vous avez parfois des lésions cutanées, mais ce n'est pas toujours le cas. Les démangeaisons peuvent avoir de nombreuses causes, mais vous pouvez souvent avoir une idée de leur origine.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Discussion et examen clinique

Le médecin tente d'identifier la cause des démangeaisons sur la base des informations suivantes :

- l'[aspect](#) : plaques, cloques, présence ou absence d'eczéma, rougeur, ... ;
- l'[endroit](#) : démangeaisons localisées ou sur tout le corps.

Certains types et certaines causes de démangeaisons surviennent typiquement en certains endroits du corps. Quelques exemples :

- démangeaisons sur le cuir chevelu : [eczéma atopique](#), [dermatite séborrhéique](#), [psoriasis](#), [poux](#) de la tête, [réaction allergique à un produit de coloration pour cheveux](#), ... ;
- démangeaisons dans le visage : [eczéma atopique](#), [dermatite séborrhéique](#), infections cutanées chez les enfants, [réaction allergique à un produit de beauté ou à un vernis à ongles](#), [dermatite péri-orale](#), ... ;
- démangeaisons sur le tronc : [eczéma atopique](#), infections par des champignons ([mycoses](#)), [urticaire](#), morsures d'insectes, [gale](#), ... ;
- démangeaisons dans la zone du pubis et sur les organes génitaux : [eczéma atopique](#), [mycoses](#), [lichen plan](#), [infections à levures \(candidoses\)](#) chez la femme, [poux](#) du pubis, [gale](#), causes psychologiques, ...

Le médecin vous posera des questions sur de possibles allergies à divers produits, les médicaments que vous prenez et les éventuels troubles cutanés connus dans votre famille. Il vérifiera si vous avez d'autres symptômes physiques.

Autres examens

S'il suspecte une cause systémique, le médecin fera réaliser des [tests sanguins](#) et demandera éventuellement des examens d'imagerie, tels qu'une [radiographie](#) ou une [échographie](#). Une mycose est parfois diagnostiquée au moyen d'un [examen pellicules de peau \(squames\)](#).

Si le diagnostic n'est pas tout à fait clair et/ou si un traitement spécialisé s'impose, le médecin vous orientera vers un spécialiste pour des examens complémentaires et un traitement.

Que pouvez-vous faire ?

Mesures générales

- Même si c'est très difficile, essayez de ne pas gratter les zones de peau qui vous démangent.
- Appliquez sur la peau une compresse froide ou une crème au menthol pour soulager la sensation de chaleur et de démangeaisons.

Mesures contre la peau sèche

Les démangeaisons sont très souvent dues à la [sécheresse de la peau](#). Si vous en souffrez :

- Enduisez régulièrement votre peau de crèmes hydratantes, que vous trouverez en pharmacie.
- Limitez les bains, car ils dessèchent encore plus la peau.
- Lavez votre peau à l'eau tiède, et évitez l'eau chaude.
- Limitez l'utilisation de savon. Utilisez de préférence une huile de douche. Appliquez systématiquement une crème hydratante après votre toilette.
- Après la douche, séchez-vous la peau en la tamponnant avec une serviette au lieu de la frotter.
- Utilisez des produits hypoallergéniques sans parfum pour les soins de la peau. Demandez conseil à votre pharmacien.
- Évitez les vêtements qui irritent la peau (laine et autres matières rugueuses).
- Évitez le soleil et les températures élevées.

Mesures contre les poux, les puces et la gale

- Traitez les poux de la tête avec la méthode du peigne humide.
- La gale et les poux nécessitent des mesures d'hygiène : lavez les vêtements et le linge de lit.
- Si vous avez des puces à la maison, traitez vos animaux de compagnie et toute la maison avec un produit contre les puces.

Que peut faire votre médecin ?

Il convient avant tout de traiter les démangeaisons. Même si la cause des démangeaisons n'est pas clairement établie, la plupart des personnes sont soulagées par un traitement de ce symptôme.

Crèmes et pommades

- Si vos démangeaisons sont associées à des lésions cutanées, le médecin peut vous prescrire des crèmes ou des pommades. Celles-ci sont souvent à base de cortisone.
 - Les pommades à la cortisone sont disponibles en différentes puissances. Le médecin fera son choix sur la base du type de lésion cutanée et de sa localisation.
 - De même, un traitement d'essai avec une pommade à la cortisone peut vous soulager lorsque la cause de vos démangeaisons est inconnue.
- Il existe encore d'autres types de pommades contre les démangeaisons, telles que les crèmes inhibitrices de la calcineurine ou les crèmes rafraîchissantes au menthol.

Médicaments

Il se peut également que le médecin vous prescrive des médicaments à administration orale.

- Les antiallergiques peuvent être utiles, en particulier en cas d'urticaire ou de dermatographe. Ils peuvent également diminuer les démangeaisons dues à d'autres causes.
- Dans certains cas, le médecin peut prescrire certains types d'antidépresseurs ou une photothérapie.
- La cortisone par voie orale peut aussi être envisagée pour un court traitement de cas sévères.
- Face à une mycose de la peau et à la gale, le médecin prescrira des pommades et des crèmes spéciales.
 - Il existe également des médicaments à usage oral pour le traitement des mycoses.

Enfin, en présence d'affections sous-jacentes générales, le traitement dépend de la cause des démangeaisons. Le médecin prescrira des examens complémentaires ou des médicaments appropriés. Parfois, il vous orientera vers un spécialiste.

En savoir plus ?

- [Démangeaisons – Mutualité chrétienne](#)
- [Eczéma atopique \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Eczéma nummulaire \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Urticaire \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Lichen plan – Peau \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Psoriasis en plaques \(image\) – Global Skin Atlas](#)
- [Dermatite de contact irritante aiguë \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Dermatite séborrhéique \(image\) – Global Skin Atlas](#)
- [Dermatite périorale \(images\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Mycose du tronc \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Mycose de la région inguinale \(image\) – DermIS – Dermatology Information System](#)
- [Inhibiteurs de l'enzyme de conversion \(IECA\) – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Allopurinol – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Morphine – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Sécheresse de peau : des soins réguliers – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Corticostéroïdes pour la peau – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Inhibiteurs de la calcineurine – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Antihistaminiques – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Prurit' \(2000\), mis à jour le 11.04.2017 et adapté au contexte belge le 01.07.2017 – ebpracticenet](#)
- www.cbip.be