

Les Maladies de la peau

Certains problèmes de peau sont causés par des maladies ou des irritations qui n'affectent que la peau, comme la teigne, les verrues, ou l'érythème fessier (les rougeurs et petits boutons sur la peau que recouvre la couche du bébé). D'autres lésions de la peau signalent une maladie qui affecte tout le corps, comme les boutons de la rougeole, ou les plaques dues à une malnutrition (pellagre). Et certaines lésions sont signe d'une maladie grave, comme la tuberculose, la syphilis, la lèpre, ou l'infection à VIH.

Ce chapitre ne s'intéresse qu'aux maladies de peau les plus courantes dans les campagnes. Même si quelques-unes d'entre elles se ressemblent au point d'être difficiles à différencier, leurs causes et leur traitement ne sont pas forcément les mêmes.

Toute maladie de peau qui semble grave ou qui résiste à un traitement doit recevoir une attention médicale.

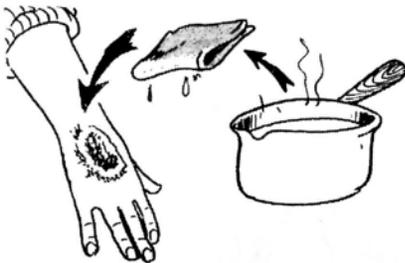
Beaucoup de problèmes de peau sont évités, guéris ou diminués grâce à une hygiène personnelle suffisante. Le mieux est de se laver une fois par jour avec un savon doux et de l'eau propre, si possible. Si la peau devient trop sèche, lavez-vous moins souvent et ne vous savonnez pas à chaque fois. Passez-vous de la vaseline, de la glycérine, ou une huile végétale sur la peau après le bain. Portez des vêtements de coton amples.

Quelques soins généraux pour les problèmes de peau

Même si beaucoup de problèmes de peau nécessitent un traitement spécial, certains soins sont applicables à plusieurs types de cas.

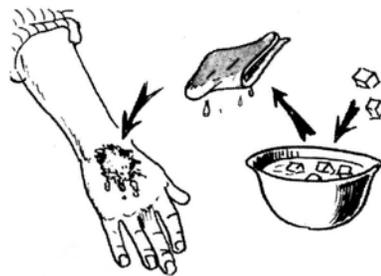
Règle n° 1

Si la zone affectée est chaude, douloureuse ou produit du pus, traitez par la chaleur. Appliquez-y des tissus mouillés chauds (« compresses chaudes »).



Règle n° 2

Si la zone affectée gratte, brûle ou produit du liquide clair, traitez par le froid. Appliquez des tissus mouillés froids (« compresses froides »).



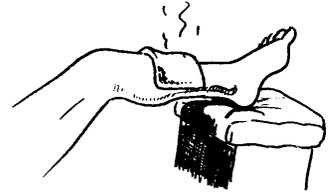
Règle n° 1 (plus en détail)

Si la zone affectée montre des signes d'infection grave, comme :

- une inflammation (rougeur ou couleur plus foncée autour de la zone) ;
- de la chaleur ;
- une enflure ;
- du pus.
- de la douleur ;

Donnez les soins suivants :

- surélevez la partie du corps en question, et installez-la de manière qu'elle ne bouge pas ;
- appliquez des compresses chaudes ;
- surtout si la personne a de la fièvre, administrez des antibiotiques (pénicilline, un sulfamidé, ou érythromycine).

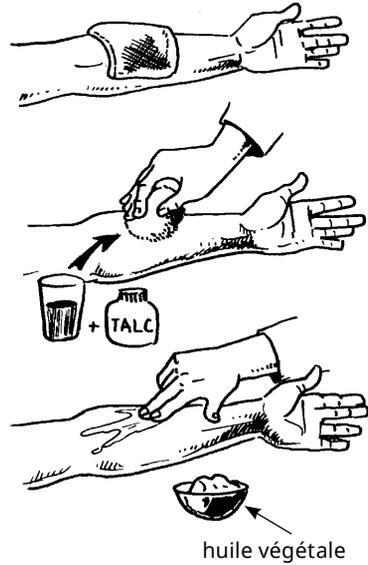


Les signes de danger comprennent les suivantes : ganglions lymphatiques enflés, l'apparition de lignes rouges ou foncées partant du point de la lésion, ou une mauvaise odeur. Recherchez rapidement une assistance médicale.

Règle n° 2 (plus en détail)

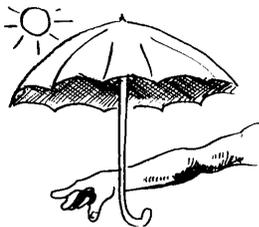
Si la zone affectée forme des ampoules ou une croûte, produit du liquide, gratte, picote, ou brûle, donnez les soins suivants :

- appliquez des tissus trempés dans de l'eau froide mélangée de vinaigre (2 grandes cuillères de vinaigre dans un litre d'eau qui a été bouillie) ;
- quand la zone affectée semble s'améliorer, ne produit plus de liquide, et que commence à se former une nouvelle couche de peau, passez légèrement dessus un mélange d'eau et de talc ;
- quand la lésion a guéri et que la peau nouvelle commence à durcir, appliquez un peu de graisse végétale (beurre de karité, huile de palme, huile pour le corps).



Règle n° 3

Si la zone affectée est normalement exposée au soleil, protégez-la du soleil.



Règle n° 4

Si la zone affectée est normalement couverte, exposez-la au soleil pendant 10 à 20 minutes, 2 ou 3 fois par jour.



Comment appliquer des compresses chaudes

1. Faites bouillir de l'eau et laissez-la refroidir jusqu'à ce que vous puissiez y laisser votre main.



2. Pliez un tissu propre de façon qu'il soit un peu plus grand que la zone à soigner, trempez-le dans de l'eau chaude, et pressez-le pour égoutter l'eau en trop.



3. Appliquez le linge sur la zone à soigner.



4. Couvrez le tissu avec une feuille de plastique ou de cellophane.



5. Enveloppez le tout avec une serviette, pour garder la chaleur.



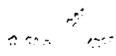
6. Surélevez la zone affectée.

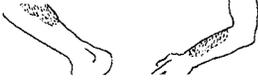


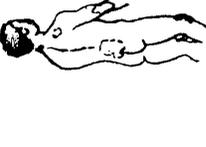
7. Dès que la compresse refroidit, retrempez-la dans l'eau chaude et recommencez.

Attention ! Commencez toujours par vous laver soigneusement les mains au savon, de préférence avec une brosse.

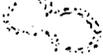
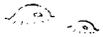
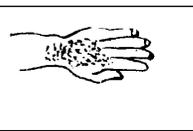
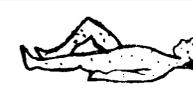
Comment identifier les problèmes de peau

Si la peau montre :			Vous avez peut-être	Voir page
	De toutes petites bosses ou lésions qui grattent beaucoup - d'abord entre les doigts, sur le poignet ou à la taille.		la gale	324
Des petites lésions ressemblant à des boutons	Des boutons ou lésions avec pus ou inflammation, souvent après avoir gratté des piqûres d'insectes. Parfois gonflement des ganglions lymphatiques.		une infection due à une bactérie	327
	Des lésions irrégulières qui s'étendent, avec des croûtes brillantes, jaunes.		un impétigo (infection bactérienne)	328
	Chez les jeunes, des boutons sur le visage, parfois sur la poitrine et le dos, souvent avec du pus.		de l'acné	337
	Une lésion sur les parties génitales		sans démangeaison ni douleur	une syphilis ; une lympho-granulomatose vénérienne
			avec douleur et pus	un chancre mou 373
Une plaie ouverte étendue, ou un ulcère	Une plaie dont les bords sont douloureux, qui s'agrandit, se creuse.		un ulcère tropical,	339
	Une plaie étendue, chronique (qui ne guérit pas), entourée de peau un peu violette - sur ou près des chevilles de personnes âgées qui ont des varices		un ulcère dû à la mauvaise circulation (peut-être un diabète)	213
	Des plaies au-dessus des os et aux articulations des personnes très malades qui ne peuvent pas quitter le lit.		des escarres	340
			la lèpre	308
	Une bosse puis une plaie qui ne guérit pas, à n'importe quel endroit du corps ou du visage.		la leishmaniose	311

Si la peau montre :			Vous avez peut-être	Voir page
<p>Des grosseurs sous la peau</p> 	<p>Une grosseur douloureuse et chaude qui tend la peau et finit, parfois, par éclater en produisant du pus.</p>		<p>Les furoncles et les abcès</p>	<p>328</p>
	<p>Une grosseur douloureuse et chaude dans le sein d'une femme qui allaite.</p>		<p>une mastite (infection bactérienne), peut-être un cancer</p>	<p>421</p>
	<p>Une grosseur dans ou tout près du sein, qui continue à grandir, généralement sans douleur, au début.</p>		<p>un cancer (voir aussi ganglions lymphatiques)</p>	<p>422</p>
	<p>Une ou plusieurs grosseurs sur la tête, le cou ou le haut du corps (ou le tronc et les cuisses).</p>		<p>une onchocercose (voir aussi ganglions lymphatiques)</p>	<p>562</p>
<p>Des ganglions lymphatiques enflés</p> 	<p>Des ganglions sur le côté du cou, qui éclatent puis se cicatrisent de façon répétée.</p>		<p>une tuberculose des ganglions lymphatiques</p>	<p>338</p>
	<p>Des ganglions dans l'aîne qui éclatent puis se cicatrisent de façon répétée</p>		<p>une lymphogranulomatose vénérienne, un chancre mou</p>	<p>370 373</p>
<p>De grandes taches foncées</p> 	<p>Des taches sombres sur le front et les joues des femmes enceintes.</p>		<p>Le masque de grossesse</p>	<p>334</p>
	<p>Des zones avec des lamelles de peau morte, comme brûlées par le soleil, sur les bras, les jambes, la nuque, le visage.</p>		<p>la malnutrition</p>	<p>334</p>
	<p>Des taches sombres sur la peau ou dans la bouche, petites d'abord, puis qui s'agrandissent. Non douloureuses. Pareilles à des contusions qui auraient enflé</p>		<p>un sarcome de Kaposi (cancer lié au VIH).</p>	<p>507</p>
	<p>Des taches violettes, ou des lésions qui pèlent, chez les enfants qui ont les pieds enflés.</p>		<p>la malnutrition</p>	<p>334 ni 334</p>

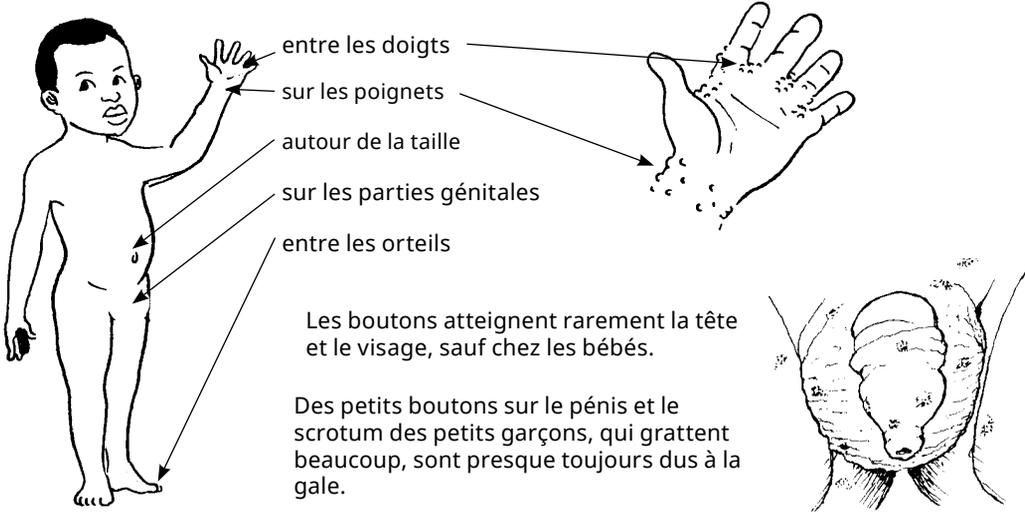
Si la peau montre :			Vous avez peut-être	Voir page
Des taches claires	Des petites taches blanches, rondes ou de forme irrégulière, sur le visage et le corps, surtout chez les enfants.		une infection à pityriasis versicolor (infection à champignons)	
	Des taches blanches sur les mains, les pieds, les lèvres qui commencent par des boutons rougeâtres ou bleutés.		Le vitiligo (la peau perd sa couleur. Aucun autre dommage.)	333
	Des taches blanches sur les mains, les pieds, les lèvres qui débute seule, sans autre signe.		Bejel, ou syphilis endémique non vénérienne	308
Des taches rouges	Des taches avec rougeurs et petites cloques, sur les joues ou dans le coude, ou derrière les genoux des jeunes enfants.		L'eczéma	
	Une zone rouge, chaude, douloureuse, qui s'étend rapidement		un érysipèle (infection bactérienne très grave)	339
	Des plaques rouges sur les fesses, les cuisses ou les parties génitales du bébé.		un érythème fessier (rougeur/petits boutons dus au contact prolongé avec une couche salie)	339
	Dans les plis de la peau, des taches rouges recouvertes d'une sorte de pâte blanche.		une infection à champignon (candidose)	341
Des taches rouges avec du gris	Des taches rouges surélevées, surmontées de petits morceaux de peau épaisse, grise ou blanche ; surtout dans les plis : coudes, genoux ; chroniques (qui durent ou réapparaissent)		Le psoriasis (ou parfois une tuberculose)	343

Des verrues	Une verrue simple, pas très grosse.		une verrue courante (infection à virus)	336
	De grosses verrues (plus de 1 cm), le plus souvent sur les bras ou les pieds.		un type de tuberculose de la peau	338
	Une grosseur ressemblant à une verrue sur le pénis, le vagin ou autour de l'anus.		une verrue génitale	372
	Des grosseurs ressemblant à des verrues sur d'autres parties du corps.		un pian (autre type de tréponématose)	328

Si la peau montre :			Vous avez peut-être	Voir page
	Des petits cercles qui s'agrandissent ou se multiplient, avec parfois des démangeaisons		Une infection à champignons (la teigne)	331
	Des grands cercles aux bordures surélevées, sans démangeaisons		une syphilis (stade avancé)	369
	De grands cercles de peau plus pâle, qui deviennent insensibles au milieu.		la lèpre	308
	Des petits cercles, parfois avec un petit creux au milieu, sur les tempes, le nez, la nuque.		un cancer de la peau	337
Des cloques ou ampoules	un cancer de la peau		une réaction allergique de la peau)	329
	Des ampoules qui grattent très fort et produisent du liquide.		une dermatite de contact (causé par exemple par une plante vénéneux)	330
	Des petites cloques sur tout le corps, avec fièvre.		la varicelle	
	Une série d'ampoules sur une seule partie du corps, souvent en bande ou en groupe.		un herpès zoster (le zona)	330
	Une zone grise ou noire avec des ampoules et des bulles d'air, qui sent mauvais et qui s'étend.		une gangrène gazeuse (très grave infection bactérienne)	339
Des petits boutons ou taches rouges sur tout le corps ; fièvre	Chez un enfant très malade ; des boutons sur tout le corps.		la rougeole	462
	Après quelques jours de fièvre, quelques boutons sur le corps ; la personne est très malade.		la typhoïde	304

La Gale

La gale est surtout courante chez les enfants. Mais il arrive souvent que plusieurs membres de la famille soient atteints en même temps. Elle est visible sous forme de petits boutons qui grattent beaucoup (surtout la nuit) et se trouvent généralement :



La gale est causée par de tout petits insectes (pareils à de minuscules tiques) qui entrent sous la peau et y creusent des tunnels. Ils se transmettent pendant un contact avec une peau affectée, ou à travers les vêtements, les draps et autres pièces de literie. Quand on se gratte, les boutons peuvent s'infecter et produire du pus. Parfois, les ganglions lymphatiques sont enflés, une fièvre peut apparaître.

La première fois qu'on attrape la gale, les signes peuvent mettre 2 à 6 semaines à se présenter. Les autres fois, ils apparaissent au bout de 1 à 4 jours.

Traitement

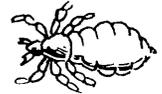
- Quand quelqu'un a la gale, tous les membres de la famille, de même que tout partenaire sexuel, doivent être soignés en même temps.
- L'hygiène personnelle joue un rôle très important. Lavez-vous entièrement et changez de vêtements tous les jours.
- Coupez les ongles très courts, pour éviter la transmission et l'infection.
- Lavez et exposez au soleil les vêtements, draps, nattes, couvertures et autres. Si possible, faites-les bouillir de préférence.
- Interdisez la présence d'animaux, quels qu'ils soient, dans la maison.
- Utilisez une pommade à base de perméthrine (Elimite, p. 556). D'abord, lavez-vous tout le corps vigoureusement à l'eau chaude et au savon. Puis passez la pommade sur tout le corps sauf le visage, à moins que celui-ci ne soit aussi affecté. Laissez agir pendant 10 à 14 heures, puis baignez-vous de nouveau. Veillez à mettre des vêtements propres et à utiliser une literie (nattes, draps, couvertures et autres) entièrement propre après le traitement. Renouvelez ce traitement une semaine plus tard.
- N'utilisez pas de crèmes ou de pommades contenant du lindane. Le lindane est un poison !

- Si vous ne pouvez pas trouver de perméthrine, essayez le crotamiton (*Eurax*, *Crotan*). Mais n'en appliquez pas aux enfants de moins de 3 ans.
- Ou vous pouvez utiliser du soufre en poudre mélangé avec de la vaseline ou de l'huile pour le corps. Mettez 1 part de soufre pour 10 parts de produit gras. Ce mélange ne doit pas être utilisé sur des enfants de moins de 1 an. Appliquez-le sur tout le corps (sauf le visage,) 3 fois par jour pendant 3 jours. Arrêtez immédiatement de l'utiliser si les boutons empirent ou d'autres signes de réaction allergique se développent (voyez p. 271).
- Si aucun de ces traitements ne marche, vous pouvez essayer de prendre une dose d'ivermectine (p. 563), puis renouvelez la dose au bout de 10 à 14 jours. C'est aussi la meilleure méthode pour les personnes infectées à VIH.

Les démangeaisons et rougeurs peuvent durer jusqu'à deux semaines après le traitement. Si elles durent plus longtemps, il se peut que la personne ait été réinfectée ou que le traitement n'ait pas marché. Si au bout de 2 semaines, les signes n'ont pas disparu, refaites le traitement ou essayez un traitement différent. Rappelez-vous de réappliquer aussi les moyens préventifs. Si les lésions sont infectées et forment des croûtes (ce qui est presque toujours le cas chez les enfants), faites des bains de permanganate de potassium (1 comprimé pour 10 litres d'eau) pendant 3 à 6 jours.

Les Poux

Il en existe 3 types : les poux de tête, les poux de corps, et les poux du pubis (morpions) qui vivent dans les parties poilues du corps. Les poux provoquent des démangeaisons, et parfois des infections de la peau et l'enflure des ganglions lymphatiques. Pour éviter d'attraper des poux, veillez de très près à la propreté de votre corps.



Lavez puis exposez souvent au soleil les vêtements, les lits, les draps, les nattes, les oreillers, et les couvertures. Lavez-vous tout le corps, ainsi que les cheveux, souvent. Vérifiez très régulièrement les cheveux des enfants. Si un enfant a des poux, traitez tous les enfants en même temps, sinon ils se contamineront les uns les autres. Ne laissez pas l'enfant qui a des poux dormir avec les autres.

Traitement

Contre les poux de la tête et du pubis : Vous pouvez généralement vous débarrasser des poux sans médicaments, en nettoyant bien les cheveux avec du savon ou du shampoing normal pendant 10 minutes. Rincez bien, et peignez soigneusement avec un peigne fin, en veillant à éliminer tous les poux et leurs œufs. Recommencez tous les jours pendant 2 semaines.

N'utilisez pas de shampooings contenant du lindane. Le lindane est un poison !

Si les shampooings normaux ne marchent pas, essayez des shampooings spéciaux à base de pyréthrine (*RID*) ou de perméthrine (*Nix*), mais suivez attentivement le mode d'emploi. Éloignez-les des yeux, surveillez toute réaction allergique, et ne vous en servez pas si vous êtes enceinte ou si la personne qui a des poux est âgée de moins de 2 ans.

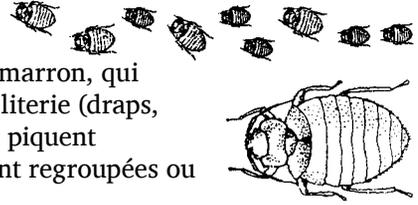
Après le traitement des poux, vous devrez aussi vous débarrasser des lentes (œufs de poux). Si les œufs éclosent, les poux reviendront. Différents traitements sont utilisés, mais ils comprennent tous le passage très soigneux des cheveux au peigne fin. Peignez les cheveux ainsi tous les jours pendant 2 semaines pour vous assurer que vous avez enlevé tous les poux et toutes les lentes.

- Mettez de l'huile végétale dans les cheveux, pour détacher les lentes du cheveu, de sorte qu'elles soient plus faciles à retirer avec un peigne fin. Certaines personnes trouvent que l'huile d'arbre à thé, de romarin, ou d'eucalyptus (qui peut donner une sensation de chaleur !) est efficace, mais d'autres personnes y font une réaction allergique.
- Faites tremper les cheveux dans un mélange d'eau tiède et de vinaigre (1 part de vinaigre pour 1 part d'eau) pendant une demi-heure, puis peignez-les soigneusement avec un peigne fin.

Contre les poux de corps : Trempez votre corps tout entier dans de l'eau chaude tous les jours pendant 10 jours, puis lavez-vous soigneusement avec du savon, et rincez-vous. Utilisez un peigne fin sur les endroits qui ont des poils. Si nécessaire, traitez comme la gale. Vos vêtements et votre literie (draps et autres) doivent toujours être propres.

Les Punaises de lit

Ce sont de très petits insectes plats de couleur rouge-marron, qui rampent et se cachent à l'intérieur des matelas, de la literie (draps, couvertures et autres), des meubles et des murs. Elles piquent généralement la nuit. Les traces de piqûre sont souvent regroupées ou en lignes.



Pour se débarrasser des punaises de lit, lavez la literie à l'eau bouillante ou faites-la chauffer dans un four chaud (à plus de 50 °C), pendant au moins 20 minutes. Si vous pouvez trouver de la terre de diatomées (un insecticide naturel), répandez-en autour du lit pour empêcher les punaises d'y grimper. Vous pouvez aussi essayer de pulvériser les matelas, les sommiers, et toute la zone dans laquelle vous dormez avec un mélange fait de 2 parts d'eau, 2 parts d'alcool, et une part de savon de vaisselle. Pulvériser dans tous les endroits où les punaises peuvent se cacher, puis laissez sécher. Il vous faudra sans doute recommencer ce traitement plusieurs fois pendant 2 semaines. La pyréthrine ou la perméthrine (voir **Les poux**, ci-dessus) peuvent aussi être efficaces.

Pour éviter les punaises de lit, étendez souvent la literie, les tapis, les nattes et les lits au soleil.

Les Tiques et les aoûtats

Les morsures de tiques peuvent causer certaines infections dangereuses ou même des paralysies. Mais l'élimination soigneuse des tiques pendant les quelques heures qui suivent la morsure permet généralement d'éviter ces problèmes. Examinez donc attentivement tout votre corps après avoir marché dans un endroit où les tiques sont présentes.

En retirant une tique qui est bien accrochée à la peau, veillez à ce que sa tête ne reste pas sous la peau, ce qui peut être cause d'infection. Ne tirez jamais sur le corps d'une tique avec vos doigts.

Avec des pincettes (pince à épiler), prenez la tique le plus près possible de sa bouche - la partie qui est collée à la peau. (Essayez de ne pas presser son ventre gonflé.) Tirez la tique doucement, mais fermement.

Ne touchez pas la tique retirée. Pour la tuer, brûlez-la, ou tenez près d'elle une allumette allumée, ou couvrez-la d'alcool. En approcher une cigarette allumée ou la mouiller avec de l'alcool.



Éliminez les toutes petites tiques ou les aoûtats en utilisant les mêmes moyens que pour la gale (p. 324). Pour calmer les démangeaisons ou la douleur causée par la morsure d'une tique, prenez de l'aspirine et suivez les indications sur le soin des démangeaisons (p. 329).

Vous pouvez vous protéger des aoûtats et des tiques, en vous passant du soufre en poudre sur le corps avant d'aller dans les champs ou dans les forêts. Mettez-en surtout aux chevilles, aux poignets, à la taille et sous les bras.

La Fièvre qui revient (fièvre récurrente)

Dans certaines régions, les morsures de poux et de tiques causent une fièvre élevée qui commence par des frissons et dure de 2 à 7 jours, s'arrête pendant 4 à 6 jours, puis revient. La personne a parfois les yeux jaunes. Cette fièvre est souvent confondue avec un paludisme, mais les antipaludiques n'ont aucun effet sur elle. Recherchez une assistance médicale.

Prévention : si possible, blanchissez les murs à la chaux ; voir aussi page 245 sur l'utilisation d'insecticides.

Les Petites Lésions qui contiennent du pus

Les infections de la peau qui occasionnent des petites lésions contenant du pus arrivent souvent après que la personne a gratté ses piqûres d'insectes, boutons de gale ou autres irritations, en ayant les ongles sales.

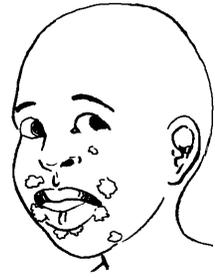
Traitement et prévention

- Lavez bien la zone à l'eau bouillie refroidie et au savon, en trempant les croûtes jusqu'à ce qu'elles se détachent. Recommencez tous les jours, tant qu'il y a du pus.
- Laissez les petites plaies à l'air libre. Mettez des pansements sur les plaies plus importantes, et changez-les souvent.
- Si la peau autour de la plaie devient rouge ou chaude, si la personne a de la fièvre, des lignes rouges qui partent de la plaie, ou des ganglions lymphatiques enflés, donnez des antibiotiques en comprimés, comme la pénicilline (p. 522) ou un sulfamidé (p. 531).
- Ne grattez pas les plaies. Vous les aggraverez et risquez d'étendre l'infection à d'autres parties du corps. Coupez très court les ongles des enfants ou mettez-leur des gants ou des chaussettes sur les mains pour les empêcher de se gratter.
- Ne laissez jamais un enfant jouer ou dormir avec les autres s'il a beaucoup de boutons ou de plaies. Ce type d'infection est très contagieux.



L'Impétigo

L'impétigo est une infection bactérienne qui produit des lésions recouvertes de croûtes jaunes et brillantes, qui se multiplient très vite. Elles apparaissent en général sur le visage des enfants, surtout autour de la bouche. L'impétigo se transmet facilement à d'autres personnes à partir des lésions ou des doigts contaminés.



Traitement

- Lavez la zone affectée avec de l'eau bouillie refroidie et du savon, en trempant bien les croûtes, 3 ou 4 fois par jour.
- Après chaque nettoyage, appliquez du violet de gentiane (page 552) ou une pommade antibiotique à base de bacitracine, comme le **Polysporin**.
- Si l'infection s'étend sur une grande surface ou est accompagnée de fièvre, donnez de la cloxacilline ou de la dicloxacilline (p. 525). Si la personne est allergique aux antibiotiques de la famille de la pénicilline, ou si ces médicaments ne font pas effet, essayez la doxycycline (p. 530) ou le cotrimoxazole (p. 532).

Prévention

- Suivez les règles d'hygiène personnelle de base (p. 220). Lavez les enfants entièrement tous les jours, et protégez-les des morsures de punaises et de tout autre insecte. S'ils ont la gale, soignez-les sans attendre.
- Un enfant atteint d'impétigo ne doit pas dormir ni jouer avec les autres enfants. Traitez-le dès les premiers signes.

Le Pian

Le pian est une infection bactérienne (tréponématose) qui devient visible quand un bouton dur apparaît puis s'agrandit, en prenant une forme de chou-fleur. Il n'est pas douloureux. (D'autres lésions peuvent suivre). Environ 6 mois plus tard, la lésion disparaît. Mais au bout de plusieurs mois ou d'années, une ou plusieurs lésions réapparaissent, qui souvent, produisent du liquide et éclatent. C'est à ce moment que l'infection peut être transmise à d'autres personnes. Ces lésions, qui durent au moins 6 mois, finissent-elles aussi par disparaître. Mais si le pian n'est pas traité, l'infection peut, 5 ou 10 ans plus tard, se répandre dans tout le corps, et causer des dégâts aux os, aux articulations et ailleurs dans le corps.

Traitement

- Bien que la bactérie du pian soit liée à celle de la syphilis, qui est une infection sexuellement transmissible, l'infection se propage surtout par contact direct avec le liquide qui sort des lésions. Le pian peut être dépisté de la même façon que la syphilis, et traité de la même manière, avec les médicaments et les doses indiqués pour la syphilis (p. 370).

Les Furoncles et les abcès

Les furoncles (abcès situés sur un poil) et les abcès sont des infections locales, où une boule de pus s'est formée sous la peau. Le furoncle apparaît quand la racine d'un poil est infectée. L'abcès peut être causé par exemple par une blessure perforante (quand un objet perce la peau et entre dans le corps), une plaie mal soignée, une piqûre faite avec une aiguille non stérilisée, des bactéries, ou des parasites. Furoncles et abcès sont douloureux et la peau de la zone affectée devient rouge et chaude. Ils peuvent être accompagnés de fièvre ou d'une enflure des ganglions lymphatiques.

Traitement

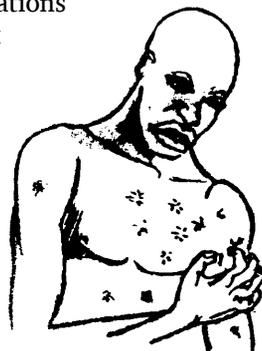
- Appliquez des compresses chaudes, plusieurs fois par jour (p. 319).
- Attendez que l'abcès éclate de lui-même. Une fois qu'il a crevé, continuez d'appliquer les compresses. Laissez couler le pus sans presser sur l'abcès, pour éviter que l'infection se répande ailleurs.
- Si l'abcès est très douloureux et ne s'ouvre pas après 2 ou 3 jours de compresses chaudes, il peut être utile de l'ouvrir pour laisser écouler le pus. Cela réduira rapidement la douleur. Si possible, demandez de l'aide médicale.
- Si l'abcès cause de la fièvre ou une enflure des ganglions, prenez des comprimés de pénicilline (p. 522), ou d'érythromycine (p. 528), ou de dicloxacilline (p. 526) : 500 mg par la bouche, 4 fois par jour pendant 7 jours.

Éruption cutanée avec démangeaisons, urticaire (réactions allergiques de la peau)

Après les avoir respirées, touchées, mangées, ou injectées, certaines personnes réagissent à des substances qui provoquent des plaques ou des taches rouges (ou plus sombres), des démangeaisons, des petits boutons ou d'autres irritations de la peau (voir **Réactions allergiques**, p. 271). Les vers peuvent également causer des démangeaisons.

Une urticaire est l'apparition de boutons ou de plaques où la peau est surélevée, rouge ou foncée, accompagnée de démangeaisons intenses. Ces signes peuvent apparaître et disparaître, ou se déplacer sur un autre endroit de la peau.

Faites très attention à toute réaction suivant la prise de certains médicaments, surtout les injections de pénicilline, de sérums antivenimeux et d'antitoxines obtenues à partir de sérum de cheval.



Si après l'injection ou la prise par la bouche d'un médicament, une éruption cutanée ou de l'urticaire apparaissent sur votre peau, accompagnées de démangeaisons, arrêtez de prendre ce médicament et ne le reprenez plus jamais. Vous éviterez ainsi le risque d'un choc allergique (p. 120).

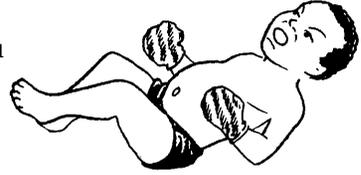
La réaction allergique de la peau peut apparaître quelques minutes ou jusqu'à 10 heures après l'injection du médicament.

Les médicaments utilisés par les personnes infectées à VIH peuvent causer des lésions de la peau (boutons, plaques, et autres), surtout le cotrimoxazole (p. 532) et la névirapine (p. 600). Parfois, la réaction sur la peau peut être évitée en commençant par prendre une petite quantité du médicament et en augmentant lentement la dose, jusqu'à atteindre la dose entière.

Traitement des démangeaisons

- Baignez la zone dans de l'eau fraîche ou appliquez des compresses froides (morceaux de tissu trempés dans l'eau froide ou glacée).

- Les compresses froides à l'amidon peuvent calmer les démangeaisons. Faites bouillir de l'avoine, du riz, ou du blé, égouttez, et utilisez l'eau quand elle a refroidi. Ou servez-vous d'amidon en poudre, en le combinant avec de l'eau.



- Si les démangeaisons sont intenses, prenez un antihistaminique, comme la chlorphénamine (page 581).
- Pour éviter qu'un bébé ne se gratte quand il a des rougeurs ou des boutons, coupez-lui les ongles très courts, ou mettez-lui des gants ou une paire de chaussettes sur les mains.

Les Plantes et les produits qui peuvent causer une réaction de la peau

Certaines plantes (comme les orties) peuvent causer des ampoules, des brûlures, des rougeurs ou des plaques foncées, ainsi que des démangeaisons, quand la peau les touche. Les liquides ou les poils de chenille ou d'autres insectes peuvent aussi provoquer des réactions allergiques.

Chez les personnes allergiques, les irritations de la peau peuvent être causées par le contact avec certains objets et produits. Les chaussures en caoutchouc, les bracelets de montre, les boucles d'oreille, certaines crèmes de beauté, des parfums, des savonnets sont souvent la cause de réactions allergiques.

Traitement

Toutes ces irritations disparaissent toutes seules quand les choses qui les causent ne touchent plus la peau. Un mélange d'amidon de céréales et d'eau, appliqué sur la peau, peut aider à soulager la démangeaison.

Vous pouvez aussi prendre de l'aspirine ou un antihistaminique (p. 579). Dans des cas plus graves, vous pouvez appliquer une pommade contenant de la cortisone ou des corticoïdes (p. 553), mais ces pommades sont dangereuses. Ne les appliquez pas si les lésions semblent infectées. Ne les utilisez pas pendant longtemps. Pour prévenir l'infection, la zone irritée doit toujours être propre.

Le Zona

Signes

L'apparition, sur un seul côté du corps, d'une série de toutes petites ampoules douloureuses, alignées ou regroupées, signale probablement un zona. Les ampoules se trouvent souvent sur le dos, la poitrine, le cou ou le visage. Les ampoules sèchent et forment une croûte, puis disparaissent au bout de 2 ou 3 semaines. Parfois, la douleur continue ou revient longtemps après que les ampoules ont disparu.

Le zona est causé par le virus de la varicelle, et affecte généralement des personnes qui ont déjà eu la varicelle. Il n'est pas dangereux, mais peut causer de fortes douleurs. Il arrive qu'il soit le premier signe d'une maladie plus grave – peut-être un cancer ou une infection à VIH (voyez p. 506).



Traitement

- Mettez des pansements légers sur les ampoules, pour éviter le frottement des vêtements.
- Prenez de l'aspirine ou d'autres médicaments contre la douleur.
- L'acyclovir peut empêcher les ampoules de l'herpès de se propager (p. 557).
- Les antibiotiques n'ont aucune efficacité.

Les Boutons de fièvre (l'herpès labial)

De petites ampoules apparaissent sur ou près de la lèvre, souvent quand on a de la fièvre ou qu'on est affaibli.

Traitement

- Touchez-les le moins possible, ou seulement avec de l'alcool iodé.
- N'y appliquez jamais de crèmes ou de pommades, sauf si elles sont destinées spécifiquement à l'herpès (mais elles sont chères).
- Prenez de la vitamine C.

Les Infections à champignons (la teigne)

Les infections à champignons peuvent apparaître sur n'importe quelle région du corps. Mais le plus souvent, on les voit :



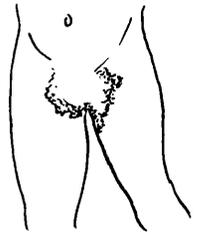
sur la peau du crâne
(teigne)



sur la peau sans poils



entre les orteils ou les
doigts (pied d'athlète)



entre les jambes

La plupart des infections à champignons se présentent sous forme de plaques arrondies, et causent des démangeaisons, parfois intenses. La teigne peut donner des pellicules et causer la chute des cheveux. Les ongles infectés par des champignons deviennent jaunes, déformés, et épais.

Traitement

- De l'eau et du savon. Parfois, il suffit de laver la zone infectée tous les jours, à l'eau et au savon.
- Essayez autant que possible de garder les zones infectées au sec et à l'air, ou au soleil. Changez souvent de sous-vêtements ou de chaussettes, surtout après avoir transpiré.

- Appliquez une pommade faite d'une part de soufre et de 10 parts de graisse végétale.
- Pour les champignons entre les doigts, les orteils, ou à l'aîne, appliquez de la crème ou de la poudre contenant de l'acide salicylique ou undécylénique, ou du tolnaftate (p. 554).
- Dans les cas sévères de teigne sur la tête, ou pour tout autre infection aux champignons étendue, ou qui ne s'améliore pas malgré les traitements ci-dessus, donnez de la griséofulvine (p. 554), 1 gramme par jour pour les adultes, et un demi-gramme par jour pour les enfants. Il sera peut-être nécessaire de continuer à en prendre pendant des semaines ou même des mois, pour éliminer complètement l'infection. Mais les femmes enceintes ne doivent pas prendre de griséofulvine.
- Souvent, la teigne disparaît toute seule au moment de la puberté (de 11 à 14 ans). Les infections sévères, où de grandes plaques remplies de pus se sont formées, doivent être soignées avec des compresses tièdes d'eau bouillie, salée. Rasez tous les cheveux de la partie atteinte. Utilisez de la griséofulvine si possible.
- Vous pouvez éviter les champignons aux pieds en portant des chaussures aérées. Utilisez de l'alcool iodé pour les éliminer.



Comment prévenir les infections fongiques:

Toutes les teignes et autres infections à champignons sont **contagieuses** (facilement transmises). Pour éviter la contagion d'un enfant à l'autre :

- Ne laissez pas l'enfant infecté dormir avec les autres enfants.
- Ne laissez pas plusieurs enfants partager le même peigne, ou la même serviette, ou s'échanger des vêtements, à moins que ces objets n'aient été bien lavés (ou même bouillis) et exposés au soleil d'abord.
- Traitez l'enfant sans attendre.

Des Taches Blanches sur le visage et le corps



Le pityriasis versicolor est une infection aux champignons bénigne qui cause de petites taches blanches, ou plus claires, ou au contraire plus foncées, aux bords irréguliers, mais bien délimités, se formant parfois sur le cou, la poitrine, ou le dos des enfants et des adultes. À ces endroits, la peau peut être légèrement craquelée en petits morceaux secs ou qui se détachent, mais elle ne gratte pas. Ces taches ont peu d'importance sur le plan médical.

Traitement

- Appliquez une pommade faite de soufre (1 part) et de graisse végétale (10 parts) tous les jours, jusqu'à la disparition des taches. Ou utilisez une crème spéciale contre les champignons (voir p. 553).

- Le thiosulfate de sodium est encore plus efficace (c'est un produit qu'utilisent les photographes pour développer un film). Dissolvez une cuillère à soupe de thiosulfate de sodium dans un demi-verre d'eau et appliquez le mélange sur la peau. Puis frottez la peau avec un morceau de coton trempé dans du vinaigre.
- Pour éviter que les taches reviennent, vous aurez peut-être à réappliquer ce produit tous les 15 jours.
- Le sulfure de sélénium (p. 554) peut aussi servir. Rincez-le au bout de 15 minutes. Appliquez-en tous les jours pendant 15 jours.

Une autre sorte de petites taches blanches peut apparaître sur les joues des enfants à peau foncée qui passent beaucoup de temps au soleil. Leurs bords sont moins délimités que dans le cas du pityriasis versicolor. Elles ne signalent pas d'infection et n'ont pas d'importance médicale. Elles disparaissent généralement à mesure que l'enfant grandit. Utilisez des savons doux et appliquez de l'huile. Aucun autre traitement n'est nécessaire.

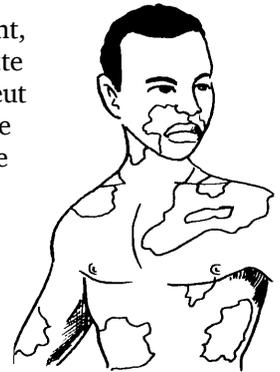


Contrairement à certaines croyances, aucun de ces types de taches n'est dû à l'anémie, et les taches ne disparaîtront pas sous l'effet de remontants ou de vitamines. Les taches qui ne se trouvent que sur les joues n'ont pas besoin de traitement.

Attention ! Des taches pâles peuvent être les premiers signes de la lèpre (p. 308). Les taches de lèpre ne sont jamais complètement blanches et sont moins sensibles, ou complètement insensibles, à la piqûre d'une épingle. Si la lèpre est fréquente dans votre région, faites examiner l'enfant.

Le Vitiligo

Chez certaines personnes, la peau perd sa couleur naturelle (pigment) à plusieurs endroits, et des taches blanches apparaissent, surtout sur les mains, les pieds, le visage ou le haut du corps. Cette dépigmentation – appelée vitiligo – n'est pas une maladie. Elle peut être comparée aux cheveux blancs des personnes âgées. Il n'existe pas de médicament qui l'arrête ou repigmente la peau. Essayez de protéger les taches des coups de soleil, soit avec des vêtements, soit avec une pommade d'oxyde de zinc. Certaines crèmes colorantes spéciales peuvent aider à rendre les taches moins visibles.



Attention : ne les confondez pas avec les taches de la lèpre qui sont beaucoup moins blanches et ont perdu la sensibilité.

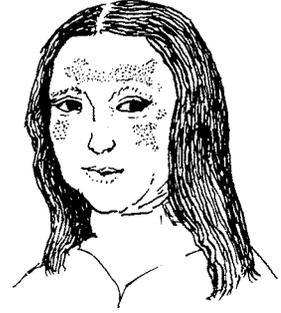
Certaines maladies peuvent provoquer des taches blanches qui ressemblent au vitiligo. Certaines infections fongiques provoquent également des taches blanchâtres (voyez Tinea versicolor, sur la page ci-contre).

La perte générale ou inégale de la couleur de la peau et des cheveux chez les enfants peut être causée par la malnutrition sévère (kwashiorkor, page 193 ; ou la pellagre, page 334.).

Le Masque de grossesse

Pendant la grossesse, beaucoup de femmes voient apparaître des zones plus foncées sur la peau de leur visage, de leurs seins, et de leur ventre. Cette coloration peut disparaître après l'accouchement, mais il arrive aussi qu'elle reste. Certaines femmes qui prennent la pilule contraceptive ont le même problème.

Les taches ne sont pas signe de maladie ou de faiblesse. Pas besoin de traitement.



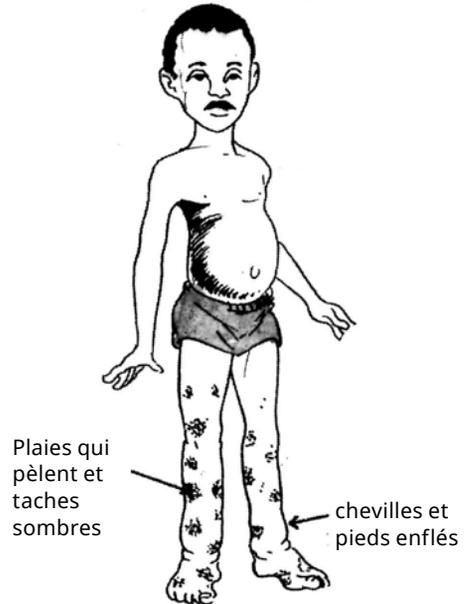
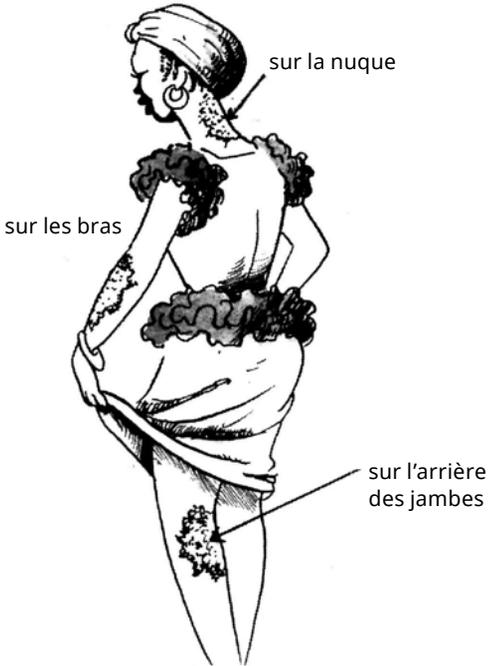
La Pellagre et autres problèmes de la peau dus à la malnutrition

La pellagre est une forme de malnutrition qui affecte la peau et parfois les systèmes digestif et nerveux. Elle se déclare dans les régions où on mange beaucoup de maïs ou de féculents, et pas assez de haricots secs, de viande, de poisson d'œufs, de légumes et d'autres aliments riches en protéines ou en vitamines (p. 188).

Signes

Chez l'adulte, la peau est desséchée, craquelée, et pèle comme après un coup de soleil, surtout sur les endroits exposés au soleil :

Chez l'enfant mal nourri, la peau des jambes (et parfois des bras) peut avoir des marques sombres, et des plaies qui pèlent. Souvent les pieds et chevilles sont enflés.



Quand ces signes sont visibles, il y a généralement aussi d'autres manifestations de la malnutrition : ventre gonflé ; plaies aux coins de la bouche ; inflammation et rougeur de la langue ; faiblesse ; perte d'appétit ; incapacité de prendre du poids, etc. (voir chapitre 11, pages 192 et 194).

Le kwashiorkor (p. 193) est une autre maladie due à la malnutrition (manque de protéines) qui entraîne aussi des problèmes de peau. Celle-ci devient plus foncée par endroits puis se met à peler. Elle porte des lésions qui ressemblent à des brûlures.

Traitement

- La pellagre disparaît quand la personne est alimentée correctement. Chacun devrait essayer de manger tous les jours des haricots, des lentilles, ou des arachides, ou du poulet, de la viande, du poisson, des œufs, du fromage, du lait, des fruits et légumes. Le son est très utile pour combattre la pellagre.
- Si la pellagre est sévère, et pour d'autres formes de malnutrition, il peut être utile de prendre des vitamines, mais les aliments nutritifs sont plus importants. Assurez-vous que la formule de vitamines que vous prenez est riche en vitamines B, surtout la niacine. La levure de bière est une bonne source de vitamines B, aussi bien que les produits fermentés comme le yaourt, le sumbala, et le datu (condiments utilisés en Afrique de l'Ouest).



Avant de manger
correctement

Après avoir mangé
correctement



Les taches sombres et l'enflure des jambes et des pieds de ce garçon résultent d'une mauvaise nutrition. Il mangeait surtout du maïs, sans aliments riches en protéines et en vitamines.

Une semaine après qu'il a commencé à manger des haricots et des œufs avec le maïs, l'enflure a disparu et les taches sont presque éliminées.



La peau 'brûlée' sur les jambes de cette femme est un signe de pellagre - qui résulte d'une mauvaise alimentation (p. 328).

Les Verrues

La plupart des verrues, surtout chez l'enfant, disparaissent d'elles-mêmes au bout de 3 à 5 ans. Les taches plates et douloureuses ressemblant à des verrues sur la plante du pied sont souvent des verrues « plantaires ». (Ou il peut s'agir de cors. Voir plus bas.)



Traitement

- Les remèdes traditionnels sont souvent très efficaces. Mais évitez certaines plantes vénéneuses, ou certains acides : les brûlures ou les plaies laissées par ces remèdes sont bien plus difficiles à supporter que les verrues.
- Les verrues douloureuses peuvent parfois être éliminées par un soignant. En attendant, on peut essayer de les faire partir avec de la vaseline salicylée de 10 % à 50 %, sous un pansement fermé.
- Pour les verrues sur le pénis, sur, autour, ou dans le vagin, ou autour de l'anus, p. 372.

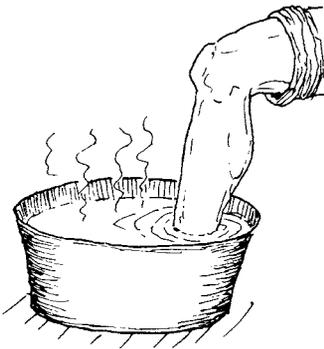
Les Cors au pied (durillons)

Un cor ou durillon est une bosse de peau très dure. Il se forme à un endroit où les sandales ou les chaussures frottent continuellement la peau, ou là où un orteil presse tout le temps contre un autre. Les cors au pied peuvent être très douloureux.

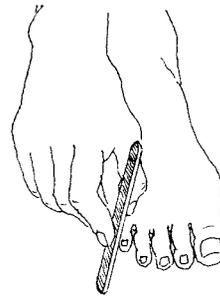
Traitement

- Portez des sandales ou des chaussures qui ne frottent pas les cors.
- Pour réduire la douleur du cor, faites comme suit :

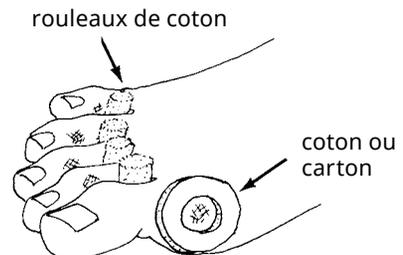
Trempez le pied dans de l'eau tiède pendant 15 minutes.



Limez le cor jusqu'à ce qu'il soit très fin.



Entourez le cor de sorte qu'il ne soit pas en contact avec la chaussure ou un autre orteil. Enroulez le pied ou l'orteil dans un tissu doux pour former un coussin épais, et découpez un trou autour du cor.



Les Boutons et les points noirs (acné)

Les adolescents et les jeunes adultes ont parfois des boutons sur le visage, la poitrine, ou le dos, surtout si leur peau contient trop d'huile. Les **boutons d'acné** sont de toutes petites bosses de la peau qui forment une pointe blanche remplie de pus, ou des **points noirs** causés par des cellules mortes. Les boutons peuvent devenir gros ou douloureux.

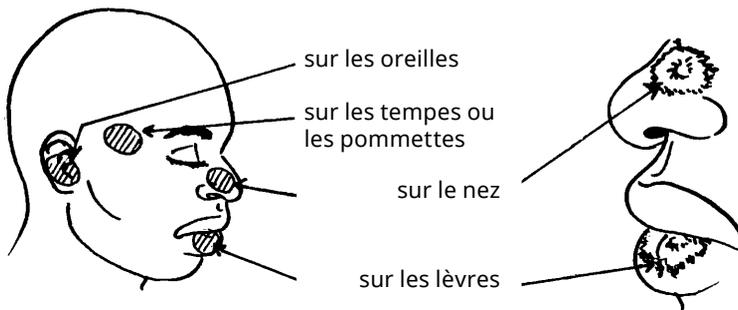
Traitement

- Lavez-vous la figure deux fois par jour avec du savon et de l'eau chaude.
- Lavez-vous les cheveux tous les deux jours, si possible.
- Alimentez-vous le mieux possible, buvez beaucoup d'eau, dormez bien.
- Le soleil aide à éliminer l'acné. Laissez la lumière du soleil tomber sur les parties affectées du corps.
- N'utilisez pas de crèmes ou de lotions pour le corps ou pour les cheveux qui soient huileux ou gras.
- Avant de vous coucher, passez un mélange d'alcool et de soufre (10 parts d'alcool pour 1 part de soufre) sur votre visage.
- Dans des cas sérieux, où les boutons remplis de pus ne disparaissent pas malgré le traitement indiqué plus haut, prenez de la tétracycline (4 comprimés par jour pendant 3 jours, puis il peut être nécessaire de prendre 1 à 2 capsules par jour pendant des mois).
- Ne mettez jamais des pommades contenant des corticoïdes (p. 553).



Le Cancer de la peau

Le cancer de la peau est plus fréquent chez les personnes à peau claire qui passent beaucoup de temps au soleil. Il se développe généralement aux endroits que le soleil frappe avec le plus de force, c'est-à-dire :



Le cancer de la peau peut prendre de nombreuses formes. La plus courante est un anneau clair qui a un trou au milieu. Cet anneau grandit petit à petit.

La plupart des cancers de la peau ne sont pas dangereux s'ils sont soignés à temps. Ils nécessitent tous une opération. Si vous avez une lésion chronique qui pourrait être un cancer de la peau, consultez un soignant. Tout changement dans l'apparence d'une verrue ou d'un grain de beauté doit aussi être vérifié par un soignant.

Pour éviter le cancer de la peau, les personnes à la peau claire doivent se protéger du soleil et toujours porter un chapeau. Les personnes qui ont déjà eu un cancer de la peau et qui sont obligées de travailler au soleil doivent protéger leur peau des effets du soleil, en utilisant des crèmes de protection spéciales. La pommade à l'oxyde de zinc est efficace et bon marché.

La Tuberculose de la peau ou des ganglions lymphatiques

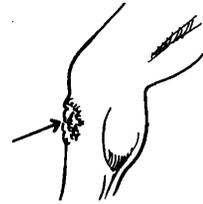
Le même microbe qui cause la tuberculose peut être responsable de lésions indolores de la peau comme :

des tumeurs (grosseurs) qui défigurent

des plaques de lésions chroniques

des ulcères de la peau,

de grosses verrues



En général, la tuberculose de la peau se développe lentement, dure longtemps, et revient continuellement au bout de mois ou d'années.

La tuberculose peut aussi affecter les ganglions lymphatiques – le plus souvent ceux du cou ou de la zone qui se trouvent en arrière de la clavicule, entre le cou et l'épaule. Les ganglions grossissent, s'ouvrent, laissent couler du pus, se referment pendant un certain temps, puis s'ouvrent et coulent à nouveau. En général, ils ne sont pas douloureux.

Ils ne sont pas dus à des plaies de la tête ou des infections de la gorge ou des dents comme les autres ganglions qu'on avait vus à la page 142. Le malade a souvent d'autres signes de tuberculose (amaigrissement, manque d'appétit, un peu de fièvre le soir).



La tuberculose des ganglions lymphatiques, ou « écrouelles »

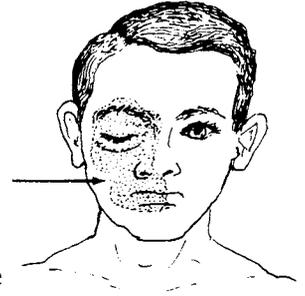
Traitement

En cas de lésion, d'ulcère, ou de ganglions enflés qui reviennent de façon chronique, il vaut mieux consulter un soignant. Il sera peut-être nécessaire de faire des analyses pour en connaître la cause. Le traitement de la tuberculose de la peau est le même que celui de la tuberculose des poumons (p. 291). Pour prévenir le retour de l'infection, des médicaments doivent être pris pendant plusieurs mois après la guérison de la peau.

L'Érysipèle et la cellulite

L'érysipèle est une infection de la peau aiguë (soudaine) et très douloureuse, qui cause l'apparition d'une plaque enflée, brillante et chaude, rouge ou foncée, dont les bords sont bien délimités. La plaque s'étend rapidement. Elle commence souvent sur le visage, au bord du nez. Elle est généralement accompagnée d'une enflure des ganglions, de fièvre et de frissons.

La cellulite est aussi une infection de la peau aiguë et très douloureuse, qui peut apparaître n'importe où sur le corps. Elle se produit souvent après une coupure ou une autre lésion de la peau. L'infection est plus profonde et les bords de la plaque sont moins marqués que dans le cas de l'érysipèle.



Traitement

Pour l'érysipèle comme pour la cellulite, commencez le traitement dès que possible. Donnez un antibiotique comme la pénicilline : en comprimés, 400 000 unités, 4 fois par jour. Dans les cas graves, faites une piqûre de pénicilline procaïne, 800 000 unités par jour (p, 524). Continuez à administrer l'antibiotique jusqu'à 2 jours après que tous les signes d'infection ont disparu. Appliquez aussi des compresses chaudes, et donnez de l'aspirine pour la douleur.

La Gangrène

La gangrène est l'infection très dangereuse d'une blessure, d'où coule un liquide gris ou marron qui sent mauvais. La peau qui entoure la plaie peut former des cloques foncées, et il peut y avoir des bulles d'air dans la chair.

L'infection commence entre 6 heures et 3 jours après la blessure. Elle empire très vite tout en se propageant rapidement. Sans traitement, la personne meurt en quelques jours.

Traitement

- Ouvrez la blessure aussi largement que possible. Nettoyez-la à l'eau bouillie et au savon. Enlevez la chair morte ou endommagée. Si possible, inondez la plaie d'eau oxygénée (peroxyde d'hydrogène) toutes les 2 heures.
- Injectez de la pénicilline (benzylpénicilline sodique de préférence), 1 000 000 (un million) d'unités toutes les 3 heures (ou 2 000 000 4 fois par jour).
- Laissez la plaie ouverte et découverte pour que l'air circule. Recherchez d'urgence une assistance médicale.

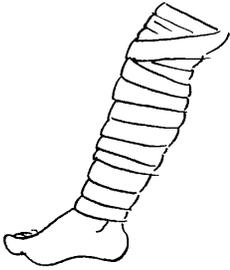
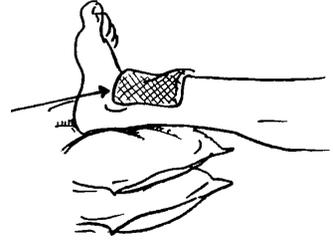
Les Ulcères de la peau dus à une mauvaise circulation

Les ulcères de la peau, qui sont de grandes plaies ouvertes, ont plusieurs causes (p. 63). Mais les ulcères chroniques sur les chevilles des personnes âgées, surtout chez les femmes qui ont des varices, sont généralement causés par une mauvaise circulation du sang. Le sang passe trop lentement à travers les jambes. Ce type d'ulcère peut atteindre une grande taille. La peau autour de l'ulcère est bleu foncé ou violette, brillante et très fragile. Souvent, le pied est enflé.



Traitement

- Importance fondamentale du repos
- Ces ulcères mettent très longtemps à guérir – et seulement avec les meilleurs soins. Le plus important est de garder le pied surélevé très haut, et le plus souvent possible. Dormez les pieds sur des coussins. Pendant la journée, reposez-vous en surélevant bien le pied toutes les 15 ou 20 minutes, si possible. La marche améliore la circulation, mais la position debout immobile, ou assise avec les pieds vers le bas ralentit au contraire le passage du sang.
- Appliquez des compresses d'eau tiède très légèrement salée – une petite cuillère de sel dans un litre d'eau bouillie. Après la compresse, posez un pansement lâche de gaze ou de tissu stérilisé. Plaie et pansement doivent rester propres.
- Si la plaie a mauvaise apparence et semble infectée, faites des bains de permanganate de potassium (1 comprimé dans 10 litres d'eau, p. 348), tous les jours.



- Après la compresse, vous pouvez appliquer un peu de pommade à l'oxyde de zinc et laisser la plaie à l'air libre.
- Pour aider la plaie à mieux guérir, assurez-vous d'avoir une alimentation équilibrée, riche en protéines.
- Comprimez légèrement la jambe à l'aide de bas ou de bandes élastiques. Continuez à porter ceux-ci et à surélever le pied après que la peau a guéri. Faites très attention à ne pas égratigner ou blesser la zone de la cicatrice. La moindre lésion peut causer un nouvel ulcère.

Évitez les ulcères de la peau – prenez soin des varices dès le début.

Les Escarres (plaies de lit)

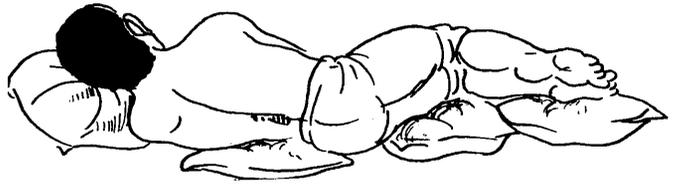
Ces plaies ouvertes chroniques apparaissent chez les personnes qui sont trop malades pour se retourner dans leur lit, surtout les personnes âgées qui sont minces et très affaiblies. Elles se forment sur les parties osseuses du corps, là où la peau presse fort contre le lit : le haut des fesses, le dos, les épaules, les coudes, les talons.



Prévention

- Retournez la personne toutes les heures : sur le dos, sur le ventre, sur les côtés.
- Lavez-la tous les jours, puis passez-lui de l'huile de massage (par exemple, huile pour bébés) sur le corps.
- Utilisez des draps doux si possible, et changez-les tous les jours et à chaque fois qu'ils sont salis d'urine, d'excréments, de vomissures, etc.

- Ne laissez rien de mouillé sous la personne.
- Placez des coussins ou des oreillers sous son corps, là où les os appuient contre le lit.
- Nourrissez-la le mieux possible. Si elle ne mange pas bien, des suppléments de vitamines et de fer pourraient lui donner des forces (p. 200).
- Tout enfant atteint d'une maladie chronique grave devrait être porté souvent sur les genoux de sa mère.



Traitement

- Suivez tous les conseils de prévention des escarres ci-dessus.
- Lavez les ulcères à l'eau bouillie, un peu salée, ou avec de l'eau oxygénée. Faites un pansement avec de la gaze stérile.
- 3 fois par jour, lavez les plaies avec de l'eau bouillie refroidie froide mélangée à du savon doux.
- Retirez délicatement toutes les chairs mortes. Rincez bien, avec de l'eau bouillie refroidie.
- Pour combattre l'infection et accélérer la guérison, remplissez la plaie d'une couche épaisse de miel, de sucre, ou de mélasse. (Une pâte faite de miel et de sucre est plus facile à utiliser.) Il est important de nettoyer et de remplir la plaie au moins 2 fois par jour. Si la couche de miel ou de sucre devient trop mince à cause du liquide sortant de la plaie, elle nourrira les microbes au lieu de les tuer.

Problèmes de peau chez les bébés

Les Rougeurs sur la zone génitale (érythème fessier)

Les plaques de peau rouge et irritées, avec ou sans petits boutons, qui apparaissent entre les jambes, sur le pubis ou les fesses d'un bébé peuvent être causées par le contact prolongé de la peau du bébé avec l'urine ou les excréments restés dans sa couche ou son lit.



Rester nu, oui !

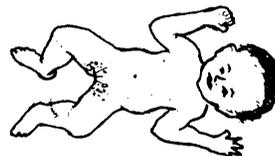
Traitement

- Baignez l'enfant tous les jours à l'eau tiède, avec un savon doux. Essayez-le sans frotter. Pour éviter ou soigner les rougeurs, l'enfant doit rester nu, sans couches, et doit être amené au soleil.

Non



Oui



- Si on met des couches au bébé, celles-ci doivent être changées. Après les avoir lavées, rincez-les à une eau légèrement vinaigrée.
- Il vaut mieux ne pas lui mettre de talc (qui pourrait nuire à ses poumons). Mais si vous le faites, attendez que les rougeurs aient disparu.

La Séborrhée de la tête (croûtes de lait, chapeau)

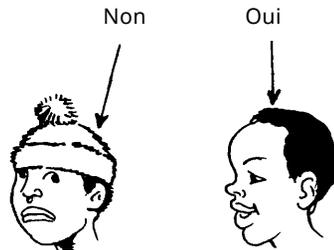
La séborrhée, qui rappelle les pellicules des cheveux, forme des plaques rouges sur le crâne du bébé, couvertes de flocons de peau morte, jaunes et gras. Mais les croûtes peuvent aussi apparaître sur les joues, le front, les sourcils, le nez et les oreilles. Elles peuvent se produire parce que la tête du bébé n'est pas lavée assez souvent, ou reste recouverte d'un bonnet. Elles sont assez courantes chez les personnes infectées à VIH.



Traitement

- Lavez la tête du bébé tous les jours, avec un savon normal. Si ce n'est pas suffisant, essayez une préparation médicamenteuse (p. 552).
- Peignez ou brossez doucement les cheveux pour enlever toutes les croûtes. Pour amollir celles-ci et faciliter leur décollement, enveloppez d'abord la tête dans une serviette trempée d'eau tiède, ou appliquez-y de la vaseline avant le coucher, puis lavez le lendemain.

Ne recouvrez pas la tête de votre bébé.



Bébé n'a pas besoin de bonnet !

- Laissez la tête **découverte**, à l'air et à la lumière du soleil.
- Si vous voyez un signe d'infection, soignez comme un impétigo (p. 328).

L'Eczéma (plaques rouges avec de petites cloques)

Signes

- Chez les jeunes enfants, des petites plaques rouges apparaissent sur les joues, les bras ou les mains. Les plaques portent de très petites cloques qui suintent (s'ouvrent et produisent du liquide).
- Chez les enfants plus âgés et les adultes, l'eczéma est généralement plus sec, et apparaît le plus souvent derrière le genou ou dans le pli du coude.
- Ce n'est pas une infection, mais une réaction allergique.



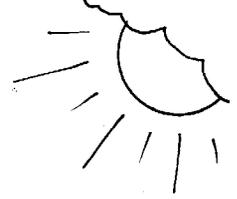
Traitement

- Appliquez des compresses d'eau froide.
- S'il y a des signes d'infection, soignez comme un impétigo (p. 328).
- Exposez la zone au soleil.
- Dans les cas difficiles, appliquez une pommade de cortisone ou de corticoïdes (p. 553), le moins longtemps possible, car une utilisation prolongée peut entraîner des effets secondaires. Consultez un soignant.

Le Psoriasis

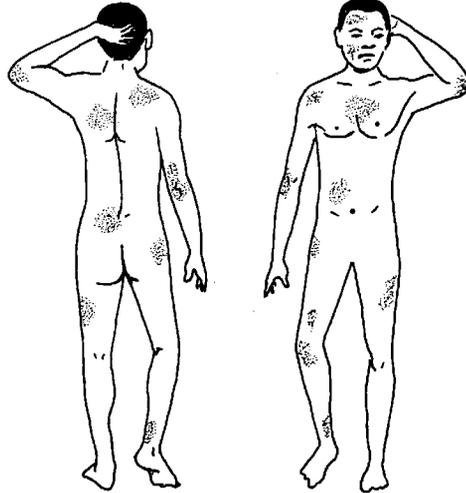
Signes

- Plaques rouges recouvertes d'épaisses croûtes de peaux blanches ou argentées, qui se détachent. Elles sont le plus souvent situées aux endroits indiqués par le dessin.
- Elles durent longtemps, ou reviennent continuellement. Le psoriasis n'est pas une infection et ne pose pas de dangers.



Traitement

- L'exposition au soleil peut faire du bien.
- Les bains de mer peuvent aussi être utiles.
- Consultez un soignant. Le traitement doit être continué pendant une longue période.



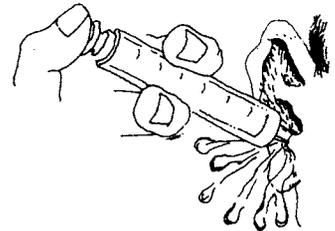
Cérumen (cire de l'oreille)

Certaines personnes ont trop de cérumen, ce qui gêne le passage des sons.

Traitement

Pour enlever la cire, amollissez-la d'abord en mettant plusieurs gouttes d'huile végétale tiède dans l'oreille de la personne. Puis demandez-lui de s'allonger sur le côté de l'oreille non-bouchée, pendant 15 minutes. Enfin, lavez bien l'oreille avec plusieurs tasses d'eau tiède.

Si rien de cela ne marche, enlevez l'aiguille d'une seringue, remplissez la seringue d'eau tiède et introduisez l'eau dans le canal auditif de la personne. Refaites ceci plusieurs fois, ou jusqu'à que la cire sorte. Arrêtez si la personne se sent prise de vertige. Si la cire ne sort toujours pas, consultez un soignant.



Seringue sans aiguille