Les lésions cutanées induites par le port du masque

IDGO
INSTITUT DE DERMATOLOGIE
DU GRAND OUEST

Plan

I) Introduction:

- Introduction générale
- L'organisation et la composition de la peau
- Le microbiome cutané

II) Les différents types de lésions cutanées induites par le port du masque et leurs moyens de prévention

1) Les signes cutanés d'une inflammation de la peau
   A) Dermatite d'irritation
   B) Dermatite de contact (ou eczéma de contact)
   C) Dermatite atopique (ou eczéma atopique)
   D) Dermatite séborrhéique
2) Acné
3) Psoriasis
4) Rosacée
5) Infections
6) Maladie de Verneuil en rétro-auriculaire

III) Conclusion

1) Introduction

Le port du masque

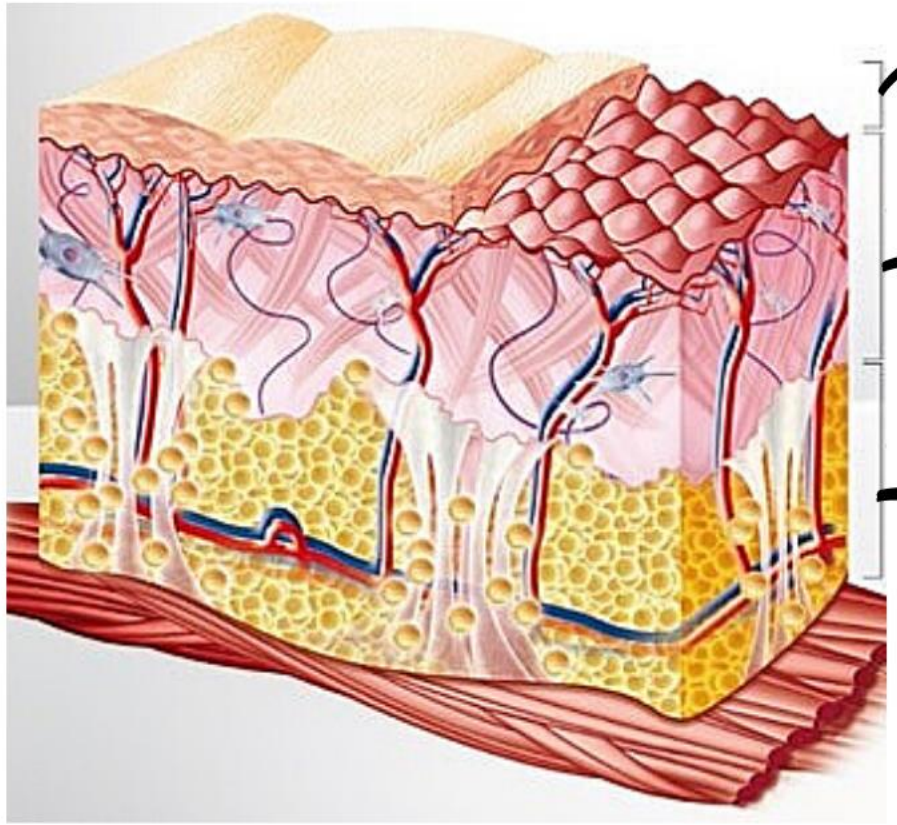
Devenu **quotidien** depuis la diffusion mondiale du Coronavirus

Protection indispensable vis-à-vis de notre **santé** et de celle des autres

Peut entraîner diverses **lésions cutanées** ; ou aggraver des problèmes de peau préexistants.

Le frottement, la chaleur, la transpiration et l'humidité peuvent **perturber l'équilibre de la peau** (modification du pH, du microbiome, réponse inflammatoire...).

L'organisation et la composition de la peau



L'épiderme :

- **5 sous-couches**
- **véritable barrière** contre les agressions
- recouvert du **film hydrolipidique** (pH acide)

Accueille un **autre organe** à part entière : **le microbiome cutané** (**ou** « **flore cutanée** »), essentiel à l'équilibre de la peau.

Le derme :

- vaisseaux sanguins, tissu conjonctif (**collagène et élastine**), glandes sudoripares et bulbe du follicule pileux

L'hypoderme :

- **tissu adipeux** (graisse sous cutanée), vaisseaux sanguins

LE SAVIEZ-VOUS ?

La **peau** est le **plus grand organe** du corps humain : **2m²** et **1/6 ème du poids** du corps !

Le microbiome cutané

Le **microbiome cutané**, c'est l'aire biotique de l'**ensemble des microorganismes** vivant à la **surface de la peau** (= microbiote cutané ou « **flore cutanée** »).

Principalement des bactéries

Mais aussi des champignons....

...ou des microorganismes unicellulaires

Ce microbiome cutané se retrouve à la **surface de la peau**, **au sein du film hydro-lipidique**.

Dans la flore cutanée, on trouve :

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le **microbiome** est propre à chacun, et **unique** ; **comme une empreinte digitale** !

La flore résidente

- **Non pathogène**, adaptée à la peau
- **Présente toute au long de la vie**
- **Rôles bénéfiques** :
  - Lutte contre l'installation des microorganismes pathogènes
  - Participation à la veille immunitaire locale
  - Maintien du pH optimal
  - Sécrétion de lipides et d'autres substances essentielles à la peau
- Représentants : Staphylococcus epidermidis, Corynebacterium sp., Proprionibacterium sp. ...

La flore transitoire

- Parfois inoffensive, parfois **pathogène** ; non adaptée à la peau
- **Présente sur une courte durée**
- Origine : environnement, tube digestif,milieu ORL
- Représentants : Staphylococcus aureus, Streptococcus pyogenes., Pseudomonas sp. ...

II) Les différents types de lésions cutanées induites par le port du masque et leurs moyens de prévention

1) Les signes cutanés d'une inflammation de la peau

Une **dermatite** est une **inflammation** superficielle de la peau caractérisée par les signes suivants : **rougeur , œdème , chaleur, douleur**.

A) Dermatite d'irritation

SYMPTÔMES

- **Rougeurs**,
- **Sécheresse**, rugosité,
- **Inconfort**, picotements,
- **Démangeaisons**,
- **Œdème**,
- **Desquamation**.

OÙ ?

- le **nez**,
- les **pommettes**,
- les **lèvres**,
- l'**arrière des oreilles**.
- Peuvent parfois s'étendre au **cou**, et au **front.**

QUE SE PASSE-T-IL ?

Inflammation / **irritation**

- locale
- réversible
- non allergique

Pourquoi ?

- **frottements du masque**
- **déséquilibre du pH de la peau**

QUI ?

S'installe facilement chez les personnes à :

- **peau sensible**,
- **peau fine**,
- **peau claire**,
- **peau à tendance atopique.**

Moyens de prévention :

A faire :

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux, surgras,** à **pH neutre**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante**
- **Crème barrière** pour éviter le contact irritant
- **Crème cicatrisante** si besoin

Masque :

- **Masques en tissu et en coton**, **doux**
- **Masques blancs**
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les produits parfumés, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille ou les aérosols.**

B) Dermatite de contact (ou eczéma de contact)

SYMPTÔMES

- **Démangeaisons** intenses,
- **Douleurs**,
- **Rougeurs**,
- **Sécheresse**, rugosité,
- **Vésicules** ou bulles,
- **Lésions de grattage**,
- **Desquamation**,
- **Œdème.**

OÙ ?

- le **nez**,
- les **pommettes**,
- les **lèvres**,
- l'**arrière des oreilles**.
- Peuvent parfois s'étendre à d'**autres zones**, par grattage ou par auto-eczématisation

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'allergie est une réponse excessive du système immunitaire (**hypersensibilité**) face à des substances de l'environnement (**allergènes**).

QUE SE PASSE-T-IL ?

Inflammation / irritation

- locale
- réversible
- allergique

Pourquoi ?

- **présence d'allergènes**
- **frottements du masque**
- **déséquilibre du pH de la peau**

QUI ?

•Tout le monde :

les personnes ayant déjà un terrain allergique mais aussi les autres !

Moyens de prévention :

A faire :

Général :

•**Eviction de l'allergène**

Hygiène et cosmétiques :

•**Nettoyant doux, surgras,** à **pH neutre, hypoallergénique**
•**Sécher en tamponnant**
•**Crème hydratante**
•**Crème barrière** pour éviter le contact irritant
•**Crème cicatrisante** si besoin

Masque :

•**Masques en tissu et en coton**, **doux**
•**Masques blancs**
•**Changer régulièrement son masque**

Médical :

•**Compresses fraiches apaisantes (eau thermale)**
•**Antihistaminiques** (si besoin)
•**Consulter son médecin** si besoin
•**Confirmer l'allergie** chez un allergologue

A éviter :

•**Les produits parfumés, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille ou les aérosols.**

C) Dermatite atopique (ou eczéma atopique)

SYMPTÔMES

- **Lésions chroniques**,
- **Sécheresse**, **rugosité**, voire **lichénifaction**,
- **Démangeaisons** intenses,
- **Lésions de grattage**,
- **Douleurs**,
- **Rougeurs**,
- **Suintement**,
- **Desquamation**,
- **Œdèmes.**

OÙ ?

Pour la zone du visage et du cou :

- Les **joues**
- Les **paupières**
- Le **contour des lèvres**
- Le **front**
- Le **cou**

QUE SE PASSE-T-IL ?

C'est un **trouble cutané inflammatoire chronique**, avec :

- une **susceptibilité génétique**

(terrain atopique, perte en eau de la peau accrue)

- des **facteurs environnementaux**

(chaleur, sudation, substances irritantes…).

Pourquoi ?

- **frottements du masque**
- **dessèchement de la peau**
- **déséquilibre du pH de la peau**

QUI ?

S'installe facilement chez les personnes à :

- Les **personnes déjà atteintes de dermatite atopique**
- Les **personnes ayant un terrain atopique ou allergique** (asthme, rhume des foins, conjonctivite allergique…)

Souvent une **maladie préexistante**.

Moyens de prévention :

A faire :

Général :

- **Eviction des agents en cause**

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux, surgras,** à **pH neutre, hypoallergénique**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante et émolliente**
- **Crème barrière** pour éviter le contact irritant
- **Crème cicatrisante** si besoin
- **Ongles coupés ras**

Masque :

- **Masques en tissu et en coton**, **doux**
- **Masques blancs**
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Compresses fraiches apaisantes (eau thermale)**
- **Antihistaminiques** (si besoin)
- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les produits parfumés, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille ou les aérosols**
- **Les bains chauds** et l'eau trop chaude.

D) Dermatite séborrhéique

SYMPTÔMES

•**Desquamation** diffuse,
avec **pellicules** du cuir chevelu,
•**Démangeaisons**,
•**Rougeurs**,
•**Papules** jaunes-rouges,
•**Blépharite et conjonctivite** (parfois).

OÙ ?

•Les **ailes du nez** et la **racine du nez**
•Les **sillons nasogéniens**
•Le **cuir chevelu et sa lisière**
•Les **sourcils** et la **glabelle** (entre les sourcils)
•Les **conduits auditifs externes**
•L'**arrière des oreilles**
•La **barbe** et la **moustache** chez l'homme

QUE SE PASSE-T-IL ?

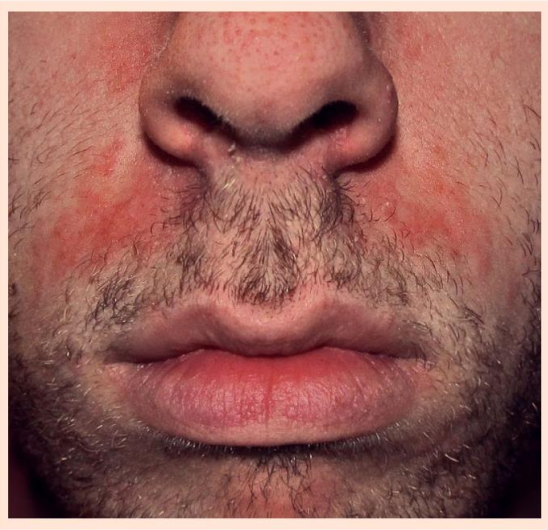
Inflammation d'une zone avec une forte densité de glandes sébacées

Cause inconnue mais implication de :
- **Malassezia sp., une levure**
- des **facteurs aggravants** (hypersudation, stress, abus d'alcool, manque d'hygiène...).

Pourquoi ?

- **frottements du masque**
- **chaleur, transpiration, humidité**

Conséquences : **hyperséborrhée réactionnelle,** rougeurs et desquamation de la peau.



QUI ?

- **Jeunes adultes**
- **Hommes** (plus touchés)
- **Peau grasse**
- **Maladies associées** :

VIH+, Parkinson, syndrome de Down, Obésité

- **Grossesse**

(pour les femmes)

Moyens de prévention :

A faire :

Général :

- **Eviction des agents en cause**

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux,** formulé **pour peaux acnéiques**
- **Sécher en tamponnant**
- **Shampoing spécifique D.S**.
- **Crème hydratante** (texture légère et non comédogène)
- **Crème solaire**

Masque :

- **Masques respirants**, non occlusifs
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les produits parfumés, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille**
- **L'exposition solaire** excessive ou sans protection.

2) Acné

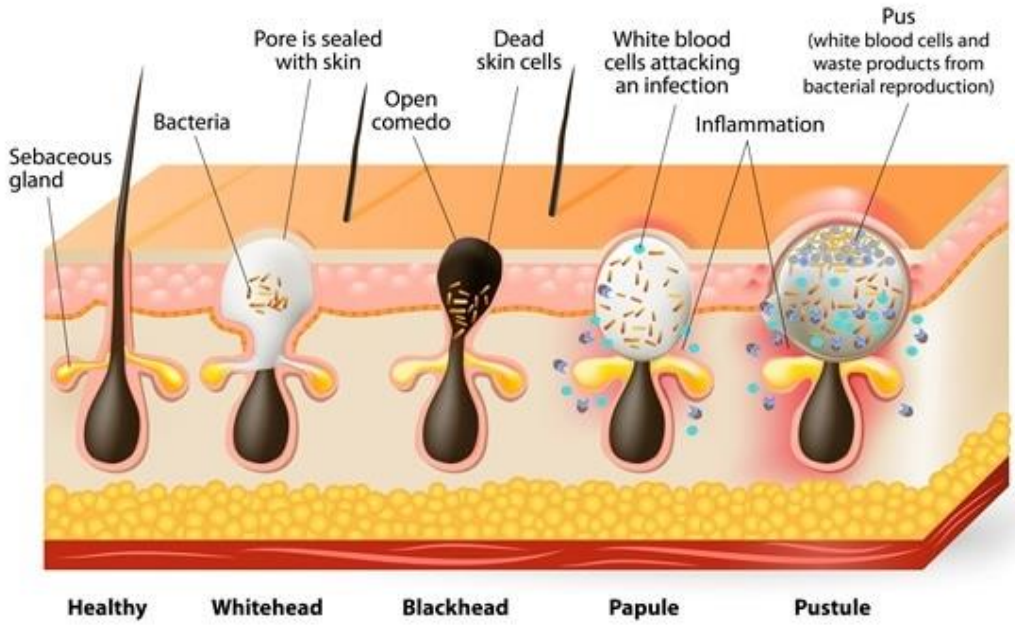
SYMPTÔMES

- **Peau grasse,**
- **Boutons** : points blancs et noirs, papules, nodules, pustules,
- **Rougeurs,**
- **Cicatrices.**

OÙ ?

Pour la zone du visage et du cou :

- **Acné de l'adolescent(e)**:
  - La **zone T +++ : le front, le nez, le menton**
  - Les **joues** et les **pommettes** peuvent aussi être touchées
- **Acné de l'adulte** :
  - La zone du **bas du visage et en dessous** le menton



QUE SE PASSE-T-IL ?

L'acné est une pathologie cutanée **chronique inflammatoire** du **follicule pilo-sébacée**, avec :

- une **susceptibilité individuelle**
(peau grasse à tendance acnéique)
- des **facteurs aggravants**
(hormones, stress, pollution, sudation, fatigue...)

Pourquoi ?

- **frottements du masque**
- **chaleur, transpiration, humidité**
- **déséquilibre du pH de la peau**

Conséquences : **hyperséborrhée réactionnelle**, **inflammation** de la peau et **surprolifération de bactéries** responsables de l'acné (C. acnes).

QUI ?

S'installe facilement chez les personnes ayant déjà une **peau à tendance acnéique** (**mixte à grasse**).

Moyens de prévention :

A faire :

Général :

- **Eviction des agents en cause**

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux,** formulé **pour peaux acnéqiues**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante** (texture légère et non comédogène)
- **Crème traitante** (si besoin)
- **Maquillage non gras**, non comédogène
- **Crème solaire**

Masque :

- **Masques respirants**, non occlusifs
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les produits parfumés, les produits bio, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille**
- **L'exposition solaire** excessive ou sans protection
- **La manipulation des boutons**
- **Les gommages et masques** (stimulent la production de sébum).

3) Psoriasis

SYMPTÔMES

- **Démangeaisons** intenses,
- **Sécheresse**, **rugosité**,
- **Rougeurs**,
- **Desquamation**,
- **Lésions de grattage**,
- **Douleurs**,
- **Tâches pigmentaires post-inflammatoires** (parfois).

OÙ ?

Pour la zone du visage et du cou :

- Le **cuir chevelu**
- Les **sourcils**
- Les **ailes du nez**
- Les **plis d'amertume** (en dessous des lèvres)
- Les **oreilles**

QUE SE PASSE-T-IL ?

C'est une **maladie inflammatoire chronique**, qui correspond à une **hyperkératose** (épaississement de la couche cornée de la peau); avec :

- une **susceptibilité génétique** (dysfonctionnement immunitaire)
- des **facteurs environnementaux** (infections, stress, surpoids, alcool, tabac...).

Pourquoi ?

- **frottements du masque**
- **déséquilibre du pH de la peau**

QUI ?

S'installe chez les **personnes ayant déjà un psoriasis** (maladie **préexistante**).

Moyens de prévention :

A faire :

Général :

- **Eviction des agents en cause**

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux, surgras, à pH neutre, hypoallergénique**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante et lissante** (à base d'urée)
- **Shampoing adapté** au psoriasis
- **Crème barrière**

Masque :

- **Masques en tissu et en coton, doux**
- **Masques blancs**
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Compresses fraiches apaisantes (eau thermale)**
- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les produits parfumés, les produits bio, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille**
- **L'exposition solaire** excessive
- **Les excès d'alcool et de tabac**.

4) Rosacée

SYMPTÔMES

•**Rougeurs**, dues à une **vasodilatation** des petits vaisseaux sanguins du visage,
•**Bouffées de chaleur**,
•**Sécheresse**,
•**Sensation de brûlures.**

OÙ ?

Pour la zone du visage et du cou :

•Les **joues**
•Le **nez**
•Le **front**
•Le **menton**

QUE SE PASSE-T-IL ?

C'est une **affection inflammatoire chronique** de la peau qui débute par une **vasodilatation des capillaires du visage** (=> **rougeurs**).

Pourquoi ?

- **frottements** du masque
- **chaleur** sous le masque
- **déséquilibre du pH** de la peau

QUI ?

S'installe facilement chez les **personnes faisant déjà de la rosacée** (maladie **préexistante**).

Elle touche particulièrement :

- Les **femmes** +++.
- Age **30-50 ans**,
- **Peau claire**,
- Origine **Nord-Européenne**,
- **Prédisposition familiale**.

Moyens de prévention :

A faire :

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux, surgras, à pH neutre, hypoallergénique**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante et anti-rougeurs**
- **Shampoing adapté** au psoriasis
- **Crème barrière**

Alimentation et hygiène de vie :

- **Consommer des fruits et légumes riches en Vitamine C**
- **Boire suffisamment d'eau**

Masque :

- **Masques respirants**, non occlusifs
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Compresses fraiches apaisantes (eau thermale)**
- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les produits parfumés, les produits bio, les huiles essentielles, l'alcool, le savon de Marseille**
- **Eviter les changements brutaux de température**
- **L'exposition solaire** excessive
- **Les excès d'alcool et de tabac**.

5) Infections

SYMPTÔMES

·**Rougeurs**,
·**Douleurs**,
·**Œdème**,
·**Pus** (souvent),
·**Croûtes jaunâtres** (impétigo),
·**Liserai blanc** autour de l'érythème (champignon).

QUE SE PASSE-T-IL ?

Un **micro-organisme** (bactérie, virus, champignon) pénètre et **se développe** dans la peau.

Pourquoi ?

- **frottements** du masque (créent des brèches, portes d'entrée pour les micro-organismes)
- **chaleur, humidité** sous le masque
- **déséquilibre du pH** de la peau

QUI ?

- **Tout le monde** !

Mais particulièrement :

- **Peaux fines et fragiles**
- **Hommes qui se rasent** (coupures)
- **Personnes immunodéprimées** (cancer, VIH, traitement immunosuppresseur…)
- **Enfants** (portent les mains à la bouche et au visage)

Moyens de prévention :

A faire :

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux, surgras, à pH neutre, hypoallergénique**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante et apaisante**
- **Crème cicatrisante**
- **Crème barrière**
- **Se laver régulièrement les mains**

Masque :

- **Masques respirants**, non occlusifs
- **Changer régulièrement son masque**

Médical :

- **Laver et désinfecter** la zone infectée
- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Eviter de toucher les lésions**

6) Maladie de Verneuil en rétro-auriculaire

SYMPTÔMES

- **Nodules inflammatoires**,
- **Rougeurs**,
- **Douleurs**,
- Possible **suintement**, voire **écoulement de pus**.

OÙ ?

Pour la zone du visage et du cou :

- **Derrière les oreilles**

QUE SE PASSE-T-IL ?

C'est une **maladie chronique inflammatoire** qui se caractérise par le **développement de nodules** dans les **zones des glandes sudoripares** (zones axillaires ; plis inguinaux, inter-mammaire ; rétro-auriculaire).

Pourquoi ?

- **frottements** du masque

Conséquences : aggravation de l'**inflammation** de la maladie, possible **rupture d'un nodule**.

QUI ?

S'installe facilement chez les **personnes ayant déjà la maladie de Verneuil** (**maladie préexistante**).

Elle touche particulièrement :

- Les **hommes** (un peu plus touchés),
- Âge **20-30 ans**,
- **Surpoids ou obésité**,
- **Tabac, Cannabis**,
- **Prédisposition génétique.**

Moyens de prévention :

A faire :

Hygiène et cosmétiques :

- **Nettoyant doux, surgras, à pH neutre, hypoallergénique**
- **Sécher en tamponnant**
- **Crème hydratante et apaisante**
- **Crème barrière**

Masque :

- **Privilégier les masques à attacher derrière le crâne** (avec des lanières), pour éviter le frottement derrière les oreilles

Médical :

- **Laver et désinfecter** la zone infectée
- **Consulter son médecin** si besoin

A éviter :

- **Les excès d'alcool et de tabac**.

III) Conclusion

Pour plus d'informations, parlez-en à votre médecin ou à votre dermatologue ou demandez conseil à votre pharmacien.