

# Identifier et gérer les facteurs déclenchant d'une peau sensible

## À quoi ressemble une peau sensible?

Votre patient pourrait avoir une peau sensible si celle-ci réagit fortement aux produits chimiques et aux colorants ou aux parfums trouvés dans les produits qui entrent en contact avec elle, comme les vêtements.

Certains des signes et symptômes les plus courants d'une peau sensible sont<sup>1</sup> :

- une peau rouge avec ou sans œdème;
- une peau qui démange, pique ou brûle;
- une peau sèche qui pèle, présente des fissures, forme des cloques ou saigne;
- des zones de peau dures ou ayant une apparence de cuir.



Mis au point en association avec :

**D<sup>re</sup> Carrie Lynde**

LL. B., M. D., FRCPC,  
Dermatologue

## Identifier les facteurs déclenchant courants d'une peau sensible

Prendre le temps d'enquêter sur les irritants potentiels sur le lieu de travail, de l'environnement extérieur et du domicile du patient peut aider à identifier le déclencheur à l'origine de la peau réactive.

« Je recommande de prendre le temps de faire une série de tests par élimination pour trouver les irritants et de les retirer de l'environnement du patient. Le fait de prendre en note les soins prodigués à la peau peut aider à déterminer les tendances et les déclencheurs potentiels à l'irritation de la peau. S'il y a plusieurs déclencheurs, il peut être utile de tous les éliminer et de les réintroduire progressivement un par un pour déterminer le déclencheur précis. »

## Il y a trois volets principaux à explorer :

| Déclencheurs professionnels :   | Déclencheurs environnementaux :   | Soins personnels et déclencheurs liés au domicile :   |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quel type de travail le patient pratique-t-il?</li> <li>• Est-il exposé à des savons, des produits chimiques, des gants de latex ou au lavage des mains fréquent?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Est-ce que le patient passe beaucoup de temps à l'extérieur?</li> <li>• A-t-il été en contact récemment avec de l'herbe à puce, du sumac occidental ou du sumac à vernis?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le patient utilise-t-il des produits de soin de la peau contenant des ingrédients potentiellement irritants comme le rétinol ou l'acide glycolique?</li> <li>• Est-ce que des détergents, des assouplissants et des feuilles assouplissantes sans parfum ni colorant sont utilisés?</li> </ul> |

Pour voir la liste complète de déclencheurs d'une peau sensible, consultez la page [www.pgsciencebehind.com/fr-ca/puretdoux](http://www.pgsciencebehind.com/fr-ca/puretdoux)



TIDE ET DOWNY PUR ET DOUX SONT RECONNUS PAR LA SCE\* ET LA FNP† :



LA SEULE ROUTINE DE LESSIVE APPROUVÉE PAR :

## Le rôle des tissus avec la peau sensible

Les produits pour la lessive sont fréquemment négligés comme déclencheurs possibles d'une peau sensible. Plusieurs patients ignorent que le parfum peut causer de l'irritation et que le lavage de vêtements et de draps avec des détergents à lessive parfumés peut mener à des éruptions cutanées généralisées. « En tant que dermatologue, je recommande toujours à mes patients d'utiliser, en premier lieu, des produits hypoallergéniques, sans parfum ni colorant comme la routine Tide, Downy et Bounce Pur et doux pour prendre en charge leur peau sensible. »

## La routine de lessive complète ne doit inclure aucun parfum ni colorant!

Il est important de rappeler aux patients, lorsque vous leur parlez de leur routine de lessive, que l'ensemble de cette routine soit « exempte » de colorants et de parfums pour éviter les éruptions cutanées et la sensibilité de la peau. Cela inclut les adoucissants textiles et les feuilles assouplissantes.

**Les produits à lessive les plus recommandés par les dermatologues. Hypoallergéniques. Sans parfum.**

\* Le détergent à lessive liquide Tide Pur et doux, les capsules de détergent à lessive Tide PODS Pur et doux et l'adoucissant textile liquide Downy Pur et doux ont tous reçu le sceau d'acceptation de la Société canadienne de l'eczéma. † Marque déposée de Eczema Society of Canada/Société canadienne de l'eczéma, utilisée sous licence.

† Sceau de reconnaissance de la National Psoriasis Foundation obtenu, sauf pour les feuilles assouplissantes Bounce Pur et doux et Downy rinçage purifiant Pur et doux.

Références : 1. McCallum K. Sensitive Skin: Symptoms, Common Triggers & How It's Treated. Houston Methodist Hospital - Texas Medical Center. 2 février 2022. Disponible à l'adresse : <https://www.houstonmethodist.org/blog/articles/2022/feb/sensitive-skin-symptoms-common-triggers-how-its-treated/>