

Diagnostiquer et prendre en charge la peau sensible : perspective d'un expert

Cette liste de vérification a été mise au point pour aider les fournisseurs de soins de santé à identifier les patients présentant une peau sensible. En l'absence de traitement, une peau sensible peut entraîner une aggravation des symptômes et de l'inconfort. Utilisez cette liste de vérification pour vous aider à identifier les déclencheurs et irritants possibles et conseiller vos patients sur la prise en charge de leur peau sensible.



Mis au point en association avec :
Dre Carrie Lynde, LLB, MD,
FRCPC, dermatologue

IDENTIFIER LES SIGNES ET SYMPTÔMES D'UNE PEAU SENSIBLE

À quoi ressemble une peau sensible? Utilisez cet outil de diagnostic pratique pour évaluer vos patients lorsqu'ils consultent pour des problèmes de peau généraux.

SIGNES ET SYMPTÔMES D'UNE PEAU SENSIBLE À RECHERCHER¹

- Peau rouge avec ou sans œdème
- Peau qui pique ou brûle
- Éruption cutanée ou urticaire
- Peau sèche qui pèle, présente des fissures, forme des cloques ou saigne
- Zones de peau sèche, dure ou ayant une apparence de cuir.

Recommandations cliniques

Prendre le temps de s'informer au sujet du lieu de travail, de l'environnement extérieur et du domicile du patient peut aider à identifier l'irritant à l'origine de la peau réactive.

- Posez des questions au sujet des expositions du patient sur son lieu de travail et du moment de l'apparition de l'éruption cutanée. Demander si l'état de la peau est exacerbé au travail et s'améliore par la suite peut aider à trouver les déclencheurs.
- Pensez aux produits utilisés pour faire la lessive, qui sont des déclencheurs fréquemment omis. Quelque chose d'aussi simple que des vêtements et des draps lavés avec un détergent parfumé peut déclencher des éruptions cutanées généralisées étant donné que ces tissus sont presque toujours en contact avec la peau.

Conseils pour éviter les irritants :

- Utilisez un nettoyant doux pour les mains et protégez votre peau avec une crème hydratante ou une crème protectrice sans parfum.
- Fermez les fenêtres lorsque les niveaux de pollution atmosphérique sont élevés et utilisez un purificateur d'air.
- Portez des vêtements doux et protecteurs.
- Portez des gants protecteurs lorsque vous nettoyez ou passez l'aspirateur et époussetez souvent.

Prenez le temps de poser une série de questions « éliminatoires » pour trouver les irritants et retirez-les de l'environnement du patient. S'il y a plusieurs déclencheurs, il pourrait être utile de tous les éliminer et de lentement les réintroduire un par un.

IDENTIFIER LES CAUSES SOUS-JACENTES DE LA PEAU SENSIBLE

Il y a trois domaines clés à explorer pour tenter d'identifier les déclencheurs possibles à la suite de l'établissement d'un diagnostic de peau sensible :

1. Déclencheurs professionnels :

- ✓ Quel type de travail le patient pratique-t-il?
- ✓ Le travail est-il effectué à la chaleur ou au froid?
- ✓ Y a-t-il une exposition à l'eau? Y a-t-il un lavage excessif des mains?
- ✓ Y a-t-il une exposition à des savons, des solvants, d'autres produits chimiques ou des gants en latex?
- ✓ Est-ce que l'état de la peau s'aggrave au travail pour s'améliorer par la suite?

2. Déclencheurs environnementaux :

- ✓ Est-ce que le patient passe beaucoup de temps à l'extérieur (p. ex., jardinage, camping, randonnée)?
- ✓ Est-ce que le patient utilise un écran solaire régulièrement? Le cas échéant, s'agit-il d'un écran solaire minéral ou chimique?
- ✓ Le patient souffre-t-il d'allergies saisonnières?
- ✓ Le patient a-t-il récemment été exposé à de l'herbe à puce, à du sumac occidental ou à du sumac à vernis?

3. Déclencheurs liés au domicile et aux soins personnels :

Déclencheurs liés au domicile :

- ✓ Le patient se baigne-t-il dans une piscine ou utilise-t-il un bain à remous?
- ✓ Le patient a-t-il des passe-temps?
- ✓ Y a-t-il des animaux de compagnie à la maison?
- ✓ Quels produits d'entretien ménager le patient utilise-t-il?
- ✓ Le patient fait-il sa propre lessive ou utilise-t-il un service de blanchisserie? Est-ce que des détergents, des assouplissants et des feuilles assouplissantes sans parfum ni colorant sont utilisés?

Déclencheurs liés aux soins personnels :

- ✓ Le patient utilise-t-il des produits de soin de la peau ou des cheveux parfumés? Le cas échéant, quels produits?
- ✓ Le patient utilise-t-il des produits de soin de la peau contenant des ingrédients actifs potentiellement irritants comme le rétinol ou l'acide glycolique?
- ✓ À quelle fréquence le patient prend-il un bain et quelle est la durée?
- ✓ Lorsqu'il prend un bain, le patient utilise-t-il des additifs comme un exfoliant ou des bombes effervescentes?