Crédit photo : Getty images

ZONA, ÊTES-VOUS À RISQUE ?

PENSEZ Aprium PHARMACIE

1 personne sur 3 risque de développer un Zona*.

Parlez-en avec votre pharmacien.

Écoutez notre podcast :

*Johnson RW, et al. Herpes zoster epidemiology, management, and disease and economic burden in Europe: a multidisciplinary perspective. Ther Adv Vaccines 2015, 3(4) : 109-20.

en partenariat avec

GSK

Ce guide ne se substitue en aucun cas à une consultation chez un professionnel de santé qualifié. Pour toute question, veuillez vous rapprocher de votre pharmacien ou de votre médecin généraliste.

QUELQUES CHIFFRES

+90%

DES ADULTES SONT PORTEURS DU VIRUS*

1/3 PERSONNE

RISQUE DE DÉVELOPPER UN ZONA AU COURS DE SA VIE

2/3 DES CAS

SURVIENNENT APRÈS L'ÂGE DE 50 ANS

243 000

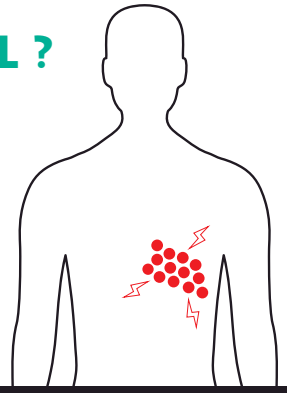
CAS PAR AN ESTIMÉS EN FRANCE[1]

*Toutefois, ils ne développeront pas tous un zona.

01 LE ZONA : DE QUOI S'AGIT-IL ?

Le zona est causé par **une réactivation du virus varicelle zona (VZV),** le même qui cause la varicelle.[2]

C'est une **éruption cutanée** unilatérale vésiculeuse et prurigineuse, accompagnée de **douleurs aiguës**.[2]



02 LES SYMPTÔMES DU ZONA

Le zona se déroule **en trois étapes** : il peut durer **jusqu'à 4 semaines**, mais il arrive que les douleurs perdurent **pendant quelques mois après.**

1 AVANT ÉRUPTION :
3-4 JOURS À ≥ 1 SEMAINE

DOULEURS, PICOTEMENTS, DÉMANGEAISONS AU NIVEAU DE LA ZONE DE L'ÉRUPTION CUTANÉE, FIÈVRE, MAUX DE TÊTE, SENSIBILITÉ À LA LUMIÈRE, FATIGUE.

2 PHASE AIGUË - L'ÉRUPTION :
2 À 4 SEMAINES

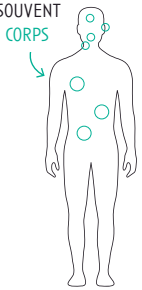
ÉRUPTION DE PETITES CLOQUES SUR LA PEAU APPELÉES VÉSICULES, PETITES, ROUGES ET REMPLIES DE LIQUIDE. ELLES SE MANIFESTENT SOUVENT SUR UN SEUL CÔTÉ DU CORPS, QUI DÉMANGE ET S'ACCOMPAGNE DE DOULEURS INTENSES.

3 PHASE CHRONIQUE :
PERSISTANCE ≥ 3 MOIS

DOULEURS PERSISTANTES APRÈS LA DISPARITION DU ZONA : NÉVRALGIES POST-ZOSTÉRIENNES.

TEMPS

LES ÉRUPTIONS CUTANÉES DU ZONA APPARAISSENT SOUVENT DANS CES ZONES DU CORPS



03 LES FACTEURS DE RISQUE

ÂGE
+ DE 50 ANS[3,4]

IMMUNODÉPRESSION[6]

MALADIES CHRONIQUES[7]

GENRE[5]
FEMME

ÉVÈNEMENT **STRESSANT[5]**

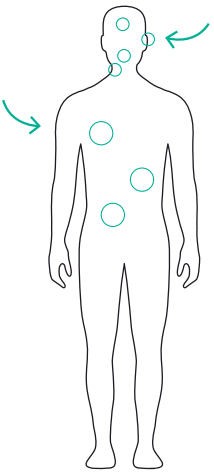
Autres facteurs de risques : certaines comorbidités telles que diabète, arthrite rhumatoïde, maladies cardiovasculaires, maladies rénales, lupus érythémateux systémique (LES) et maladie intestinale inflammatoires.

03 LES COMPLICATIONS

DOULEURS OU NÉVRALGIES POST-ZOSTÉRIENNES
DES DOULEURS PERSISTANTES QUI DISPARAISSENT EN GÉNÉRAL EN 6 MOIS MAIS PEUVENT ÊTRE DÉFINITIVES ET INVALIDANTES[8].

SE PRODUISENT JUSQU'À 30% CHEZ LES PATIENTS[9].

PEUVENT DURER DES MOIS VOIRE DES ANNÉES[2].



ZONA OPHTALMIQUE[8,10]
LES COMPLICATIONS AU NIVEAU DE L'OEIL SONT : CONJONCTIVITE, KÉRATITE, PARALYSIE DES MOUVEMENTS OCULAIRES, VOIRE PERTE DE LA VISION.

LE RISQUE TOTAL DE DÉVELOPPER UN ZONA OPHTALMIQUE AU COURS D'UNE VIE EST DE L'ORDRE DE 1 À 4%[3].

04 LES SOLUTIONS POUR SOULAGER ET TRAITER

Voici quelques mesures pour atténuer les symptômes du zona situé sur le corps (hors traitement médical)[1] :

- Prenez **des douches ou des bains,** 2 fois par jour, à l'eau tiède et utilisez un savon **surgras**,
- Séchez bien en **tamponnant délicatement,**
- Appliquez, si possible, des **pansements** simples sur les lésions du zona,

- Gardez la zone d'éruption **aussi propre que possible** et appliquez si nécessaire un **antiseptique**,
- Portez des **vêtements amples** pour diminuer le contact avec les lésions et les douleurs,
- Coupez-vous les ongles et **essayez de ne pas vous gratter** malgré les fortes démangeaisons.

Sources : [1]Sentinelles. Bilan d'activité 2023. Janvier à décembre 2023. https://www.sentiweb.fr/document/6012. Consulté le 7 octobre 2024. [2]Harpaz R, Ortega-Sanchez IR, Seward JF. Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). Centers for Disease Control and Prevention (CDC). [3]Ameli. Le zona ou la réactivation du virus de la varicelle. https://www.ameli. fr/assure/sante/themes/zona/reconnaitre-zona. Consulté le 28/10/2024. [4]Hales C, Harpaz R, Ortega-Sanchez I, et al. Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). [5]Katz J, Melzack R. Measurement of pain. Surg Clin North Am. 1999;79(2):231-52. [6]Bilan d'activité 2021, Réseau Sentinelles. [7]Marra F, Parhar K, Huang B, Vadlamudi N. Risk Factors for Herpes Zoster Infection : A Meta-Analysis. Open Forum Infect Dis. 2020 Jan 9;7(1):ofaa005. doi: 10.1093/ofid/ofaa005. PMID: 32010734; PMCID: PMC6984676. [8]Mes vaccins.net. Zona https://www.mesvaccins.net/web/diseases/33-zona. Mise à jour 16 août 2024. [9]Kawai K, Gebremeskel B, Acosta C. Systematic review of incidence and complications of herpes zoster: towards a global perspective. BMJ Open. 2014;4(6):e004833. [10]Kedar S, Jayagopal L, Berger J. Neurological and ophthalmological manifestations of varicella zoster virus. J Neuroophthalmol. 2019;39(2):220-31. [11]https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/zona/consultation-traitement-zona NP-FR-HZU-LBND-250002 mars 2025- © 2025 Groupe GSK ou ses concédants. Marque appartenant ou concédée au groupe GSK.

Ne pas jeter sur la voie publique.
Aprium Pharmacie - 32 avenue Pierre Grenier, 92100 Boulogne-Billancourt - 491 892 170 RCS Nanterre.
LE TRI EST FACILE LIVRET