



INFECTIOLOGIE

10 Questions et
Conseils...

...sur **l'herpès**

L'herpès est une maladie très répandue puisqu'elle **touche plus de 10 millions de personnes**. Elle est en augmentation car de nombreuses personnes ignorent qu'elles sont porteuses et transmettent le virus de l'herpès à leur insu. Ce dépliant va vous permettre d'**en savoir plus sur l'herpès** et sur les mesures à prendre pour **limiter sa survenue et sa propagation**.

10 Questions

sur l'herpès

1 QU'EST-CE QUE L'HERPÈS ?

L'herpès est une infection dont la transmission se fait uniquement entre humains **PAR CONTACT DIRECT AVEC LA PEAU OU LES MUQUEUSES INFECTÉES: LE BAISER, LA SALIVE ET LES LÉSIONS CUTANÉES POUR LE VIRUS HSV-1, LES RELATIONS SEXUELLES POUR LE VIRUS HSV-2.**

Les agents responsables sont deux virus HSV-1 et HSV-2 (Herpès Simplex Virus): HSV-1 se retrouve plutôt au niveau de la bouche, et HSV-2 se retrouve plutôt au niveau des organes génitaux.

2 COMMENT SE MANIFESTE L'HERPÈS ?

L'infection initiale ou primo-infection passe souvent complètement inaperçue. Les symptômes n'apparaissent que lors d'une réactivation du virus. Celle-ci se manifeste sous la forme d'un bouton de fièvre pour l'herpès buccal et sous la forme de vésicules (cloques remplies de liquide) sur les parties génitales de la femme ou de l'homme, elles sont souvent précédées d'une sensation de brûlure et de picotement.

3 EST-CE UNE MALADIE GRAVE ?

Cette maladie ne présente pas, en général, de caractère de gravité, toutefois, parce que les infections sont fréquentes et que les symptômes sont gênants, ils retentissent fortement sur la qualité de vie. Par ailleurs, les **LÉSIONS SONT TRÈS CONTAGIEUSES**, car elles renferment le virus en grande quantité. Attention au contact avec l'entourage!

4 POURQUOI LES LÉSIONS REVIENNENT-ELLES RÉGULIÈREMENT ?

Lorsque les virus de l'herpès buccal ou génital s'introduisent dans l'organisme, ils ne sont pas détruits. Ils y demeurent toute la vie, au niveau de cellules nerveuses. Le virus peut rester tranquille ainsi hébergé ou se réactiver sous l'influence de certains facteurs favorisants, entraînant une nouvelle poussée de symptômes.

5 QUELS FACTEURS FAVORISENT LES POUSSÉES D'HERPÈS ?

Ces facteurs favorisants sont nombreux.

- Pour l'herpès buccal (bouton de fièvre), il s'agit de la fièvre, du soleil, du froid, des règles, de la fatigue, du stress...
- Pour l'herpès génital, il faut ajouter les rapports sexuels à tous ces facteurs.

La fréquence des poussées varie d'un sujet à l'autre. Elle a tendance à **DIMINUER AVEC LE TEMPS.**

6 L'HERPÈS BUCCAL PEUT-IL SE TRANSFORMER EN HERPÈS GÉNITAL ?

Oui, un herpès buccal peut entraîner un herpès génital chez le partenaire en cas de rapports oro-génitaux. À noter qu'**UNE PERSONNE PEUT PRÉSENTER À LA FOIS UN HERPÈS BUCCAL ET UN HERPÈS GÉNITAL.**

7 QUELLES SONT LES COMPLICATIONS DE L'HERPÈS ?

Certaines formes d'herpès peuvent être graves du fait de complications comme des infections du système nerveux central ou des éruptions massives sur l'ensemble du corps. **LA LOCALISATION OCULAIRE DE L'HERPÈS** (par auto-contamination), avec risque de perdre la vue, **NÉCESSITE IMPÉRATIVEMENT UNE CONSULTATION CHEZ L'OPHTHALMOLOGISTE.** Sont graves également les herpès survenant chez des patients fragiles comme les nouveau-nés, les femmes enceintes ou les sujets immunodéprimés.



8 EST-CE DANGEREUX PENDANT LA GROSSESSE ?

Oui, la survenue d'un herpès génital durant la grossesse expose au **RISQUE DE CONTAMINATION DU FŒTUS APPELÉ HERPÈS NÉONATAL**. Le fœtus peut être contaminé soit pendant la grossesse, soit au moment de l'accouchement en passant par les voies génitales de sa mère, soit après la naissance par contact avec une personne contaminée. Cet herpès néonatal, rare mais grave provoque outre des lésions de la peau et des muqueuses, des atteintes du système nerveux, du foie et des poumons. C'est pourquoi le médecin recherchera tout signe d'herpès chez une femme enceinte, notamment au 3^e trimestre de grossesse pour instaurer des mesures préventives.

9 FAUT-IL RÉALISER DES EXAMENS POUR DIAGNOSTIQUER L'HERPÈS ?

Alors que le diagnostic d'herpès labial récidivant est évident et est porté par le médecin au cours de l'examen clinique, il est nécessaire d'avoir une confirmation virologique pour les autres localisations, y compris pour les primo-infections génitales souvent atypiques.

10 EXISTE-T-IL UN LIEN ENTRE HERPÈS ET SIDA ?

Une personne atteinte d'herpès génital peut plus facilement être contaminée par le virus du Sida, du fait des lésions présentes au niveau génital, constituant autant de portes d'entrée. De même, la transmission du virus du Sida à un partenaire est facilitée, en particulier pendant les périodes de poussées. Aussi, le médecin recherche systématiquement la présence du virus du Sida chez les personnes ayant un herpès génital.

10 Conseils

sur l'herpès

1 EN CAS DE POUSSÉE D'HERPÈS BUCCAL, ÉVITEZ LE CONTACT AVEC LES PERSONNES FRAGILES

En cas de poussée, vous pouvez contaminer votre entourage, car les lésions contiennent le virus en grande quantité. Il faut donc éviter d'embrasser votre entourage et surtout les personnes fragiles comme les enfants en bas âge, les femmes enceintes ou les personnes immunodéprimées.

2 LAVEZ-VOUS FRÉQUEMMENT LES MAINS

Respectez les règles d'hygiène élémentaires : lavez-vous les mains systématiquement après chaque contact avec les vésicules, car le liquide qu'elles contiennent est riche en virus et vous risquez ainsi de les propager sur d'autres zones, et notamment les yeux. Veillez également à avoir toujours votre propre linge de toilette.



3 NE GRATTEZ PAS LES BOUTONS

Les boutons, surtout sous forme de vésicules, renferment un liquide contenant les virus. Il faut éviter de rompre ces vésicules sous peine de propager le virus à d'autres zones, en particulier les yeux. D'autre part le grattage arrache la croûte, ce qui retarde la cicatrisation, tout comme l'application de maquillage.

NE VOUS TOUCHEZ PAS LES YEUX

Les yeux sont une zone fragile et leur contamination aboutit à un herpès cornéen pouvant entraîner une perte de la vue. Il faudra être particulièrement vigilant à ne pas se frotter les yeux, ni les paupières. Le virus étant également présent dans la salive, il ne faut jamais humidifier les lentilles avec la salive (en cas d'herpès buccal).

ESSAYEZ D'IDENTIFIER LES FACTEURS FAVORISANT L'APPARITION DE VOTRE HERPÈS

Afin de limiter le risque de poussées, il est important d'identifier les facteurs déclenchants : le soleil, le froid, les règles, la fatigue, le stress...

IL EST INUTILE D'UTILISER DES ANTISEPTIQUES À BASE D'ALCOOL

L'application de désinfectant ou de produits d'hygiène à base d'alcool provoque une irritation, ce qui entretient l'herpès. De même, pour ne pas aggraver les lésions d'herpès, il ne faut pas appliquer des corticoïdes localement.

APPLIQUEZ UN ÉCRAN SOLAIRE À HAUT DEGRÉ DE PROTECTION SUR VOS LÈVRES

Si vous avez remarqué que l'exposition au soleil déclenche des poussées d'herpès buccal, protégez le pourtour de vos lèvres des rayons ultraviolets avec un produit antisolaire à haut degré de protection.

8

EN CAS D'HERPÈS BUCCAL OU GÉNITAL, ÉVITEZ TOUTES PRATIQUES SEXUELLES

En effet, si vous présentez un bouton de fièvre, vous êtes contagieux et vous risquez de transmettre à votre partenaire un herpès génital en cas de pratiques sexuelles oro-génitales. Si vous présentez un herpès génital, considéré comme une véritable maladie sexuellement transmissible avec un mode de transmission par contact direct, il vous est recommandé de ne pas avoir de pratiques sexuelles.

9

À CE JOUR, VOUS NE POUVEZ PAS ÊTRE VACCINÉ

Certes, les résultats d'études sur un vaccin anti-herpès sont décevants, mais la recherche pour un vaccin efficace doit être poursuivie. En attendant, la prévention s'impose, surtout pour les femmes enceintes, du fait de la gravité des infections à herpès chez le fœtus et le nouveau-né.

10

N'HÉSITEZ PAS À EN PARLER À VOTRE MÉDECIN, SURTOUT SI VOUS ÊTES ENCEINTE

Si la poussée d'herpès est plus sévère que d'habitude ou touche les yeux, si malgré le traitement les lésions persistent au-delà de 10 jours ou si les récurrences se produisent plus de six fois par an, parlez-en à votre médecin. De même, si un herpès génital survient alors que vous êtes enceinte, informez-en impérativement votre médecin.



BIBLIOGRAPHIE

- Quotidien du Pharmacien. Herpès et zona. 17/11/2008.
- E.Pilly : Maladies infectieuses et tropicales; 22^e édition, 2010: p. 338-344.
- HAS. Conférence de Consensus. Prise en charge de l'herpès cutanéomuqueux chez le sujet immunocompétent (manifestations oculaires exclues). Novembre 2001. www.has-sante.fr
- ECN. Item 84 : Infections à herpès virus de l'enfant et de l'adulte immunocompétent. Éd. 2008.
- AFSSAPS (ANSM depuis mai 2012). Bien vous soigner avec des médicaments disponibles sans ordonnance. L'herpès labial ou bouton de fièvre. Juin 2008. www.ansm.sante.fr