

## Livret d'information pour les patients

# GROS PLAN SUR LE PSORIASIS

### Objectif de ce livret

*Ce livret, qui est le premier d'une série de 11 livrets consacrés au psoriasis, a été conçu pour vous aider à mieux connaître cette maladie. Il explique ce qu'est le psoriasis, quelles sont ses causes et quels sont ses liens avec le système immunitaire. Il présente aussi les différentes formes de psoriasis.*

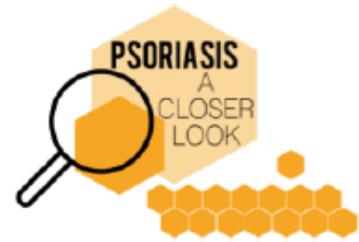
# GROS PLAN SUR LE PSORIASIS

## Qu'est-ce que le psoriasis ?

Le psoriasis est caractérisé par la présence de plaques rouges recouvertes de squames, qui semblent apparaître sans raison et recouvrent le corps. C'est une maladie de peau chronique qui touche 2 à 3 % de la population mondiale. Divers traitements sont actuellement disponibles, chacun présentant ses propres avantages et inconvénients. Certains traitements peuvent être plus adaptés à certaines personnes qu'à d'autres. Il n'existe cependant aucun traitement permettant de guérir définitivement le psoriasis et, compte tenu du caractère chronique de la maladie, le traitement doit être suivi à vie. C'est pour cette raison que le diagnostic de psoriasis peut être bouleversant et accablant, mais c'est pour cette même raison qu'il est si important d'être bien informé(e) et d'avoir une bonne relation avec son médecin, qui sera un allié dans cette épreuve.

## En quoi les informations présentées dans les livrets sur le psoriasis pourront-elles vous aider ?

Vous devez maîtriser votre



psoriasis pour profiter au mieux de votre vie. Bien que le psoriasis soit une maladie complexe et que son traitement puisse être difficile et chronophage, ces informations visent à vous orienter pour que vous puissiez aller de l'avant. Les informations ont été rassemblées suivant différents thèmes dans les livrets. Prenez le temps de les parcourir. Notez toutes les questions que vous vous posez pour pouvoir les poser à votre médecin lors d'une future consultation.

Nous espérons que les informations présentées ici vous donneront les moyens de gérer votre maladie d'une manière qui vous semblera adaptée. Bien que le psoriasis soit une maladie chronique, il ne doit pas vous empêcher de vivre votre vie.

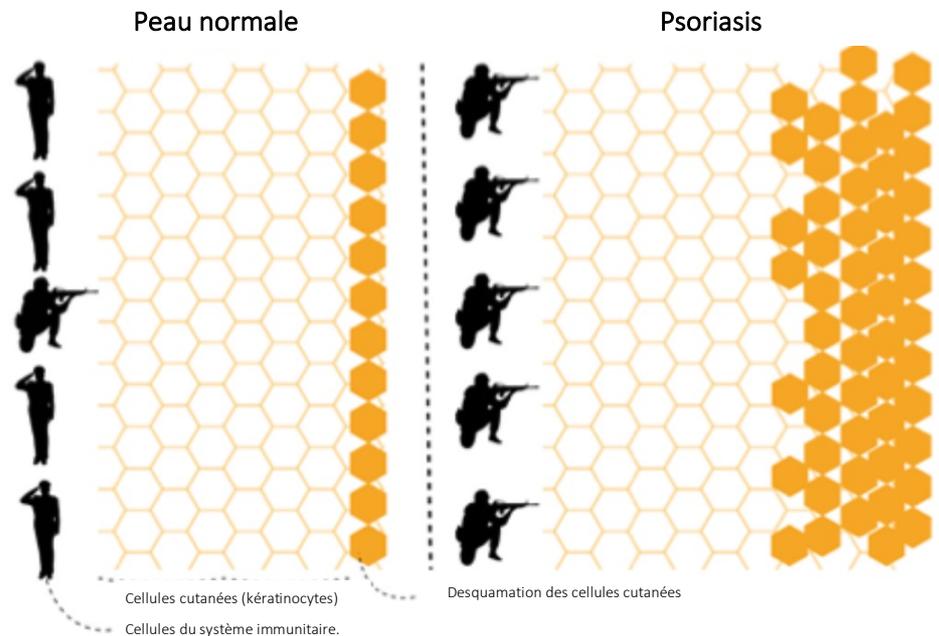


En fait, le psoriasis ne doit constituer qu'une petite partie de vous-même : il ne vous définit pas. Il définit en partie votre santé et, s'il n'est pas traité, il pourrait totalement contrôler votre santé ; mais les informations présentées ici vous dévoilent de nombreuses manières de lutter contre lui. Ne laissez pas le psoriasis vous contrôler, ni contrôler votre santé ou votre vie. Vous pouvez toujours porter de jolies lunettes de soleil ou des vêtements fantaisie, trouver de nouvelles façons de faire du sport, contacter votre médecin, en parler à votre voisin qui se plaint de perdre ses cheveux, rechercher une association de patients dans votre région, prendre soin de vous en prenant soin de votre peau, etc.

Quoi que vous fassiez, ne laissez pas le psoriasis vous définir : définissez plutôt comment vous voulez vivre avec lui. Faites que chaque jour vaille la peine d'être vécu, avec ou sans le psoriasis. Bonne chance !

## Que se passe-t-il dans votre peau lorsqu'elle est touchée par le psoriasis ?

La peau est un organe très important ; elle nous protège du monde extérieur est c'est la première barrière du système immunitaire. Le système immunitaire s'active quotidiennement dans la peau pour distinguer ce qui fait partie de notre corps de ce qui n'en fait pas partie : bactéries, virus, champignons ou objets, comme des échardes. En cas de psoriasis, le système immunitaire semble désorienté et hyperactif, ce qui explique pourquoi les lésions du psoriasis sont rouges : cela signale la dilatation des vaisseaux sanguins qui permettent au système immunitaire d'agir. Une autre conséquence est l'abondance des signaux qui autorisent les cellules de la peau à se diviser bien plus rapidement que d'habitude. Alors que la peau saine se renouvelle tous les 26 à 27 jours, elle le fait en seulement 6 à 7 jours en cas de psoriasis : c'est 4 fois plus rapide ! C'est pour cela que la peau desquame autant en cas de psoriasis et que les lésions sont épaisses.



# GROS PLAN SUR LE PSORIASIS

## Pourquoi le système immunitaire est-il dérégulé ?

Bien que la science ait déjà fourni de nombreuses informations sur le psoriasis, nous ne savons toujours pas clairement pourquoi certaines personnes en souffrent et d'autres non. Les causes du psoriasis sont multifactorielles, c'est-à-dire que son développement dépend de divers facteurs, comme des prédispositions génétiques (le psoriasis est plus fréquent au sein de certaines familles), la situation géographique (plus on s'éloigne de l'équateur, plus la prévalence augmente), la survenue d'autres maladies et des facteurs de risque (comorbidités ou maladies « liées », qui apparaissent souvent en même temps), entre autres.

En cas de psoriasis, le système immunitaire est hyperactif. Pour comprendre ce qui se passe, imaginez que votre système immunitaire est une armée, avec divers rangs, chacun ayant son propre rôle à remplir (voir figure ci-dessous). Par exemple, une partie de l'armée est responsable de la lutte contre les bactéries, une autre de la lutte contre les virus et une autre encore de la lutte contre les parasites envahisseurs. Le psoriasis peut être vu comme une réaction exagérée du système immunitaire à un intrus, comme un virus ou un champignon, qui omet ensuite de désactiver le système de défense. En même temps, cela rend les personnes souffrant de psoriasis moins vulnérables à certaines infections cutanées que les personnes qui ne sont pas touchées, parce que, chez ces premières, cette armée est toujours prête à attaquer. Autrement dit, cette armée est constamment en alerte et elle construit un « fort », responsable des lésions typiques du psoriasis, qu'on appelle aussi plaques.

Comme toute armée, notre système immunitaire obéit à des ordres. Ces ordres peuvent être « criés » par une cellule à une autre cellule. Certains ordres sont des ordres d'attaque ; ils sont interprétés comme étant pro-inflammatoires et provoquent une inflammation (une guerre). Le TNF<sup>1</sup> est un ordre de destruction très connu dans l'organisme. D'autres ordres sont de se retirer ; ils sont considérés comme des signaux anti-inflammatoires, qui inhibent l'inflammation. Les corticostéroïdes sont connus pour émettre des ordres anti-inflammatoires ; ce sont des hormones

que nous produisons nous-même, souvent utilisées pour réduire l'inflammation. Lorsqu'on observe de près les lésions du psoriasis, on observe beaucoup plus d'ordres pro-inflammatoires que dans une peau saine. C'est sur la base de cette observation que des traitements appelés « traitements biologiques » ont été mis sur le marché au début des années 2000. Ces médicaments biologiques permettent de stopper certains ordres et donc d'interférer de manière sélective et spécifique dans les ordres donnés par le système immunitaire.

## En quoi le psoriasis est-il différent d'une simple maladie de peau ?

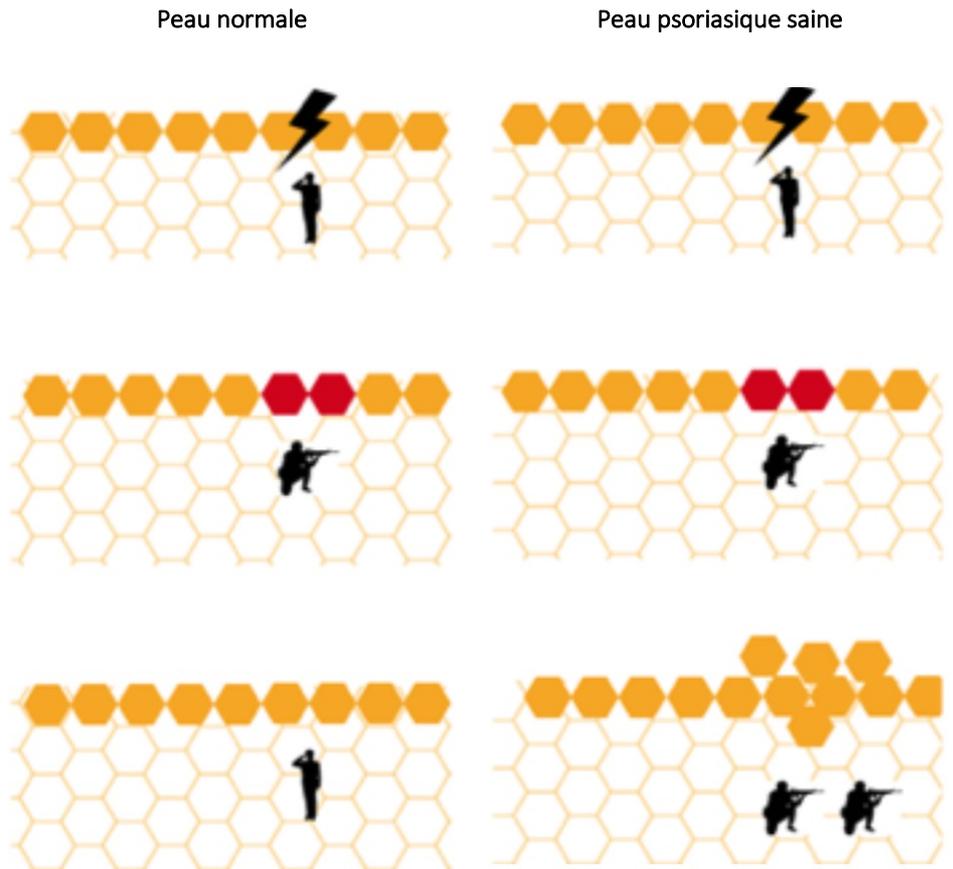
Le psoriasis n'est pas présent que dans la peau : on le retrouve dans d'autres parties du corps. Il peut en résulter des comorbidités, d'autres maladies que l'on risque davantage de développer lorsqu'on souffre de psoriasis. On pense que cela est dû à l'état d'inflammation à bas bruit mais chronique qui affecte tout le corps. Il est donc primordial de maîtriser le psoriasis pour éviter l'apparition des comorbidités. Ces comorbidités, lorsqu'elles sont présentes, ont un fort impact sur la santé et nécessitent des traitements supplémentaires. Bien que le psoriasis en lui-même ne soit pas une maladie mortelle, un lien a été établi entre des cas sévères et non maîtrisés de psoriasis et une espérance de vie plus courte de jusqu'à 10 ans ! C'est pourquoi, suite à un diagnostic de psoriasis, on ne doit pas se limiter à traiter les lésions cutanées... Il faut aussi mettre en place une approche efficace et stable de lutte contre la maladie, une tâche à accomplir avec l'aide d'un médecin.

## Qu'est-ce que le « phénomène de Koebner » et pourquoi est-il important de protéger sa peau ?

Votre médecin pourra évoquer à mi-voix un « phénomène de Koebner » au moment de l'examen. Ce qu'il ou elle veut dire par là, c'est qu'une lésion (un trauma) de la peau peut déclencher le développement d'une lésion psoriasique. Cette lésion peut provenir d'une blessure, d'une incision chirurgicale, voire d'un tatouage. Ce phénomène a été décrit pour la première fois par un dermatologue allemand nommé Heinrich Koebner. En effet, les lésions psoriasiques peuvent suivre la forme d'un traumatisme cutané. Ce phénomène est bien sûr

<sup>1</sup> NdT : Erreur dans le texte original (« TNF (or) »). Doit-on lire « TNF $\alpha$  » ?

## Le phénomène de Koebner : d'une lésion cutanée au psoriasis



assez gênant pour les personnes qui souffrent de psoriasis, car cela leur complique encore plus la vie. Il est donc essentiel de protéger soigneusement sa peau et d'éviter les lésions cutanées. Remarque : une forte sécheresse cutanée est aussi une forme de lésion cutanée ; hydratez votre peau !

### Est-il facile de diagnostiquer le psoriasis ?

Le psoriasis est un terme collectif qui désigne diverses formes de maladies de la peau dues à une inflammation. La forme la plus courante et la plus fréquente est le psoriasis vulgaire, aussi nommé psoriasis en plaques. Il en existe aussi d'autres formes, qui heureusement ne sont pas toutes présentes chez une seule et même personne, bien qu'il soit possible de souffrir de plusieurs formes de psoriasis.

Il est difficile de distinguer le psoriasis d'autres maladies de peau. Souvent, un médecin peut reconnaître le psoriasis en examinant minutieusement la peau, mais parfois il peut être nécessaire de prélever un petit morceau de peau (biopsie) pour l'examiner plus en détail au microscope. Malheureusement, tous les médecins généralistes ne connaissent pas les différentes formes de psoriasis et il faut souvent faire appel à un dermatologue pour confirmer le diagnostic. Il en résulte que le diagnostic du psoriasis peut prendre un certain temps. Entretemps, il est possible que vous receviez divers diagnostics et divers traitements, avec une grande frustration à la clé.

# GROS PLAN SUR LE PSORIASIS

## Quelles sont les différentes formes de psoriasis ?

- **Psoriasis en plaques** : lésions rouges en relief, avec des squames argentées à blanches qui peuvent se détacher. Les lésions peuvent couvrir tout le corps, mais elles sont plus généralement présentes au niveau des coudes, des genoux, du dos et du cuir chevelu.

- **Psoriasis du cuir chevelu (*psoriasis capitis*)** : il peut être léger (légère desquamation) à sévère (croûtes épaisses couvrant tout le cuir chevelu) et apparaît à la racine des cheveux, sur le front, le cou et derrière les oreilles.

- **Psoriasis en goutte** : petites plaques rouges, avec des squames, pouvant apparaître sur tout le corps. Cette forme est souvent associée à une angine à streptocoques et elle peut évoluer vers un psoriasis en plaques.

- **Psoriasis pustuleux** : présence de pustules (vésicules remplies de pus) sur les mains et les pieds ; cette forme est généralement aiguë.

- **Psoriasis inversé (touchant les plis, aussi appelé psoriasis interverti)** : plaques rouges brillantes et lisses présentes surtout sous les bras, au niveau de l'aîne, sous les seins et au niveau d'autres plis cutanés (p. ex., autour de l'appareil génital et du sillon interfessier). La peau peut être craquelée au bord des lésions.

- **Psoriasis unguéal** : anomalie d'un ou plusieurs ongles pouvant toucher les doigts ou les orteils. Les anomalies incluent un épaississement de l'ongle, un changement de couleur ou de forme, la présence de « gouttes d'huile » (taches jaune orangé dans le lit de l'ongle), des crêtes ou des sillons dans l'ongle, un détachement de l'ongle, un ongle ponctué, des pustules dans le lit unguéal et une rougeur et un gonflement à la jonction de la peau et de l'ongle (paronychie).

- **Rhumatisme psoriasique** : forme très particulière, sans être rare, de psoriasis dans laquelle les articulations sont également touchées. Il est caractérisé par un gonflement et des douleurs articulaires et il touche environ 30 % des personnes souffrant de psoriasis. Toutes les articulations peuvent être touchées, ainsi que les tendons et les ligaments.

## Peut-on décrypter facilement le psoriasis ?

En réalité, notre système immunitaire est très complexe ; il est donc encore plus compliqué de comprendre ce qui se passe en cas de psoriasis. De plus, les démangeaisons et les douleurs typiquement associées au psoriasis rendent le tableau clinique encore plus complexe. Les démangeaisons et les douleurs sont liées au système nerveux ; il envoie à notre système immunitaire des ordres différents. Tous ces signaux rendent difficile une bonne compréhension de la maladie. Des recherches scientifiques sont toujours en cours pour déterminer comment les deux systèmes communiquent entre eux. Un grand nombre de traitements sont déjà disponibles sur le marché, mais aucun ne permet de guérir la maladie.



ACADÉMIE EUROPÉENNE DE  
DERMATOLOGIE ET DE VÉNÉRÉOLOGIE

*Malgré tous nos efforts pour que les informations fournies dans ce livret soient exactes, tous les traitements ne sont pas adaptés à tous les patients ni efficaces pour tous les patients. Votre médecin pourra vous conseiller plus précisément.*

ÉTABLI PAR LE GROUPE DE TRAVAIL PSORIASIS DE L'EADV EN COOPÉRATION AVEC LA LIGUE FLAMANDE CONTRE LE PSORIASIS

Date de publication : 2019

Copyright © EADV