

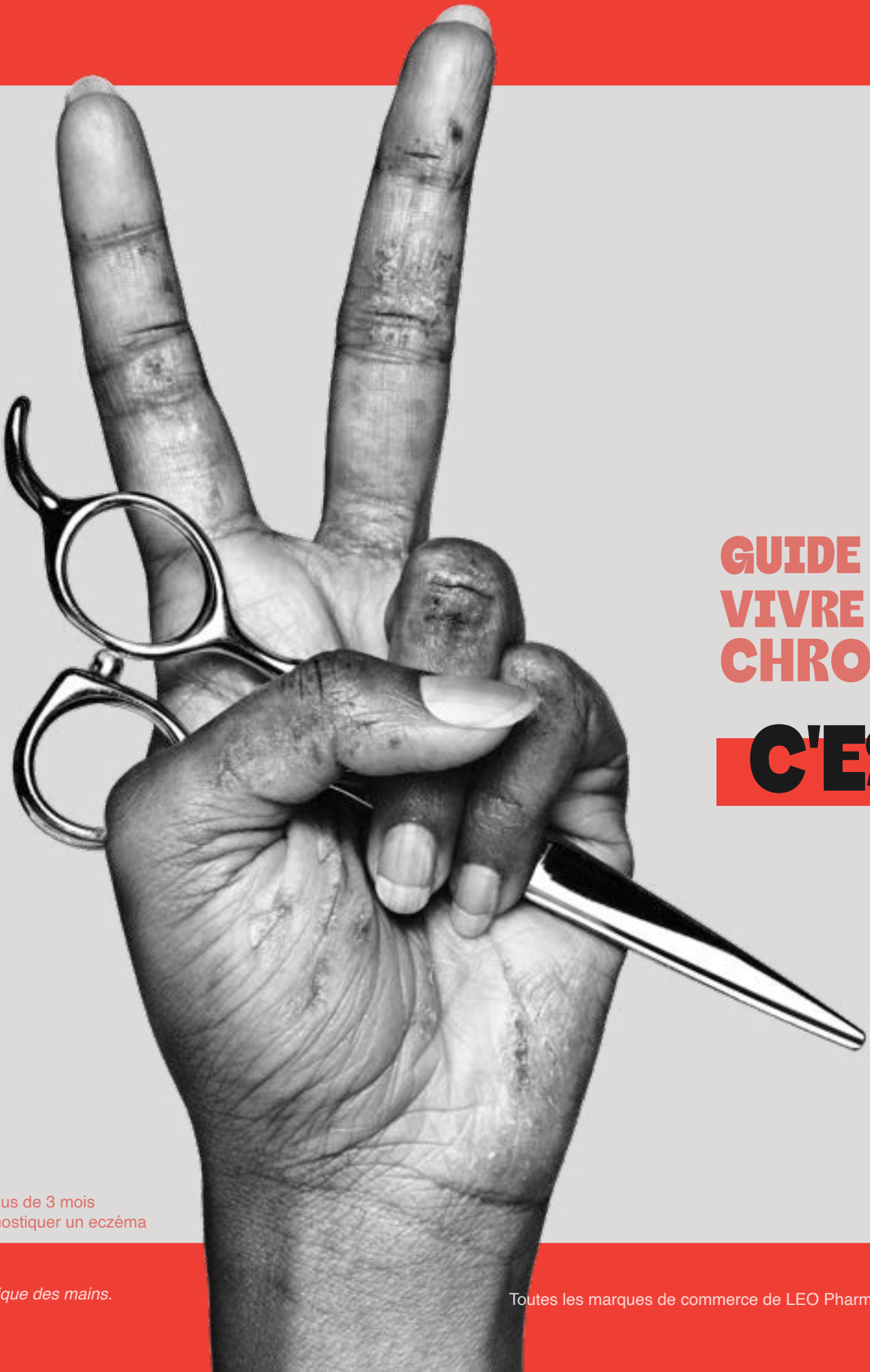


Il s'agit d'un patient fictif. Image fournie à titre indicatif seulement.

GUIDE POUR MIEUX
VIVRE AVEC L'ECZÉMA
CHRONIQUE DES MAINS.

C'EST PARTI ➔

EXPRIMEZ-
VOUS.



L'eczéma chronique des mains est un eczéma touchant les mains et les poignets qui dure depuis plus de 3 mois ou qui réapparaît au moins 2 fois par année¹. Seul(e) un(e) professionnel(le) de la santé peut diagnostiquer un eczéma



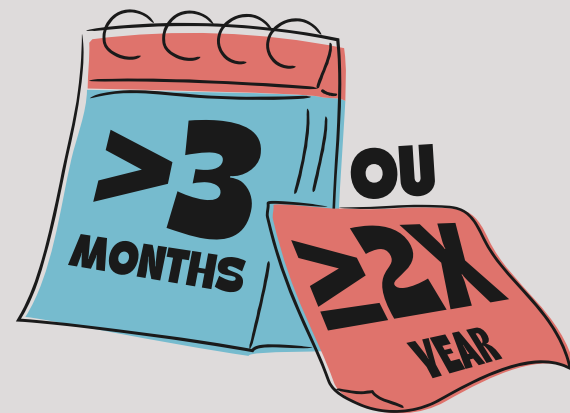
QU'EST-CE QUE L'ECZÉMA CHRONIQUE DES MAINS?



*Il s'agit d'un patient fictif.
Image fournie à titre indicatif seulement.*

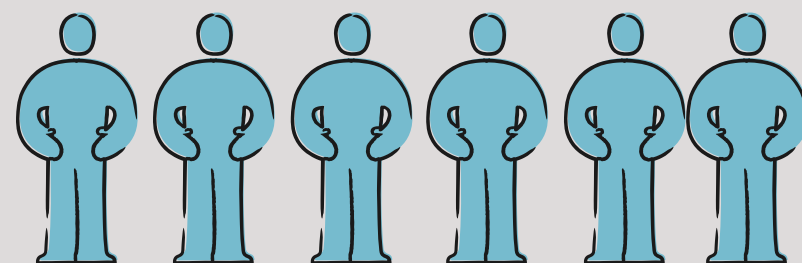
QU'EST-CE QUE L'ECZEMA CHRONIQUE DES MAINS?

L'eczéma chronique des mains est un eczéma touchant les mains et les poignets qui¹...



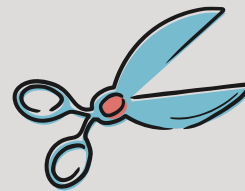
...DURE DEPUIS PLUS DE 3 MOIS OU QUI REAPPARAÎT AU MOINS 2 FOIS PAR ANNÉE.

Au Canada, environ 6% de la population pourrait souffrir d'eczéma chronique des mains^{*2}.

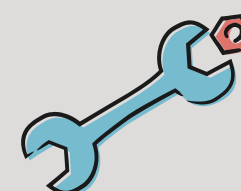


SOIT ENVIRON 6 PERSONNES SUR 100

Vous pourriez être plus susceptible de développer un eczéma des mains si vous exercez une profession comme^{1,3,4}:



COIFFEUR(-EUSE)



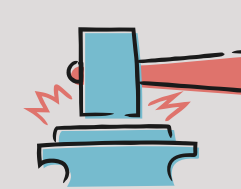
MÉCANICIEN(NE)



PERSONNEL D'ENTRETIEN



TRAVAILLEUR (-EUSE) DE LA SANTÉ



TRAVAILLEUR (-EUSE) EN MÉTALLURGIE OU CONSTRUCTION



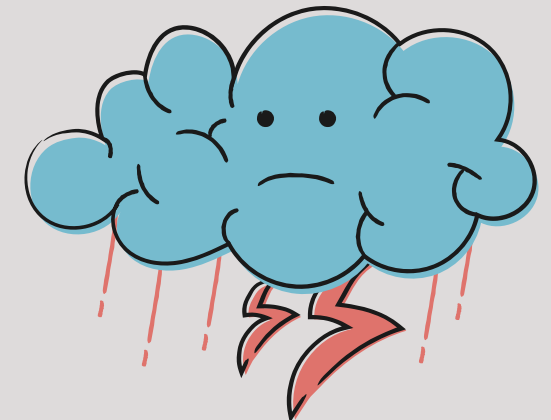
ESTHÉTICIEN(NE)

L'eczéma chronique des mains peut être déclenché par des **substances irritantes** ou **des allergènes** auxquels vous pourriez être exposé(e) si vous exercez ces métiers ou d'autres professions similaires. Mais il peut aussi être déclenché par certains passe-temps ou des activités du quotidien, comme les tâches ménagères^{1,3}.

Vous pouvez donc être touché(e) par l'eczéma chronique des mains même si vous n'exercez aucune de ces professions³.

Les **symptômes** peuvent inclure des démangeaisons et des douleurs, et la peau peut présenter des rougeurs et une desquamation⁵. Mais l'impact de l'eczéma chronique des mains peut aller au-delà des symptômes physiques^{5,6}.

Les personnes touchées peuvent avoir des...:



... RÉPERCUSSIONS SUR LEUR SANTÉ ÉMOTIONNELLE ET MENTALE⁷⁻⁹, ET CERTAINES ONT DÙ MODIFIER LEUR MODE DE VIE, LEUR TRAVAIL OU LEURS ACTIVITÉS QUOTIDIENNES^{6,10}

* Une étude intitulée « CHECK » a été menée auprès de personnes de 18 à 69 ans au Canada, en Allemagne, en France, en Italie, en Espagne et au Royaume-Uni. Elles ont été invitées à remplir un questionnaire en ligne. Au total, 60 131 personnes ont répondu au questionnaire; 4,7 % (2 847 personnes) d'entre elles avaient reçu un diagnostic d'eczéma chronique des mains posé par un médecin². CHECK : *Chronic Hand Eczema epidemiology, Care, and Knowledge of real-life burden* (épidémiologie, prise en charge et connaissance du fardeau réel de l'eczéma chronique des mains).



COMMENT SAVOIR S'IL S'AGIT D'UN ECZEMA CHRONIQUE DES MAINS?



Les mains ne sont pas censées démanger et être douloureuses en permanence. Pourtant, pour les personnes atteintes d'eczéma chronique des mains, cela peut être une réalité quotidienne. N'attendez pas avant d'en parler à un(e) professionnel(le) de la santé^{5,11}.

Pourrait-il s'agir d'un eczéma chronique des mains?

La question ci-dessous peut vous aider à déterminer si vos symptômes pourraient correspondre à un eczéma chronique des mains.¹ *(Cochez si oui*)*

Est-ce que l'eczéma sur vos mains ou vos poignets...



A) a déjà duré plus de 3 mois? ☒

ou



B) est réapparu au moins 2 fois dans la dernière année? ☒

*Si vous avez répondu « oui » à la question **A** or **B**, il pourrait s'agir d'un eczéma chronique des mains¹. Toutefois, seul(e) un(e) **un(e) professionnel(le) de la santé**, généralement un(e) médecin ou un(e) dermatologue, peut poser un diagnostic. Ce questionnaire ne vise pas à fournir des conseils médicaux ni à poser un diagnostic. Consultez toujours un(e) professionnel(le) de la santé.



DANS LA SECTION « OUTILS DE SUIVI DES SYMPTÔMES », VOUS TROUVEREZ DES CONSEILS PRATIQUES POUR VOUS AIDER À AVOIR UNE CONVERSATION CONSTRUCTIVE AVEC VOTRE PROFESSIONNEL(LE) DE LA SANTÉ.

Reconnaître et nommer certains signes de l'eczéma chronique des mains

Il peut être utile de connaître les bons mots pour décrire les signes de l'eczéma chronique des mains.

ÉRYTHÈME

La peau est rouge¹²

DESQUAMATION

Peau qui pèle¹²

FISSURES

Crevasses ou gerçures de la peau¹²

LICHÉNIFICATION

Épaississement et durcissement de la peau, qui devient rugueuse et peut paraître plus foncée que la peau environnante¹²

VÉSICULES

Petites bosses généralement transparentes et remplies de liquide¹²

ŒDÈME

Enflure de la peau¹³

HYPERKÉRATOSE

Épaississement de la couche externe de la peau¹⁴

POUSSÉES ET & DECLENCHEURS

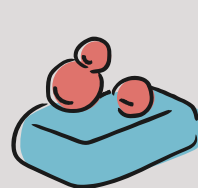
Poussées

Les symptômes de l'eczéma chronique des mains peuvent évoluer au fil du temps, s'améliorant parfois pour s'aggraver à nouveau par la suite. Les périodes où les symptômes s'intensifient sont appelées des « **poussées** »^{5,7}. Les poussées peuvent parfois survenir après un contact avec des déclencheurs⁵.

Déclencheurs

Les déclencheurs sont des éléments susceptibles de déclencher une poussée d'eczéma. Il peut être utile de déterminer ce qui aggrave votre eczéma chronique des mains et d'éviter ces éléments autant que possible^{1,3,15}.

Les déclencheurs varient d'une personne à l'autre, mais peuvent notamment inclure :



SAVONS⁵



PRODUITS
CHIMIQUES⁵



TRAVAIL EN
MILIEU
HUMIDE¹



ALCOOL¹⁶



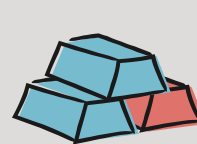
TABAGISME^{1,17}



CAOUTCHOUC^{1,18}



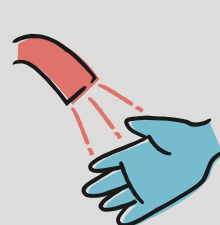
ALIMENTS¹⁸



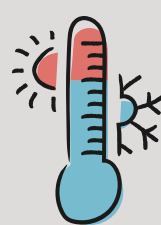
TRAVAIL DES
MÉTAUX^{1,18}



STRESS^{5,16}



LAVAGE
FRÉQUENT
DES MAINS⁵



TEMPÉRATURES
FROIDES OU
CHAUDS⁵



CHANGEMENTS
HORMONAUX¹⁶



Si un(e) professionnel(le) de la santé vous diagnostique un eczéma chronique des mains, il ou elle pourrait vous proposer des examens pour déterminer les facteurs susceptibles de le déclencher et suggérer des moyens de les éviter.



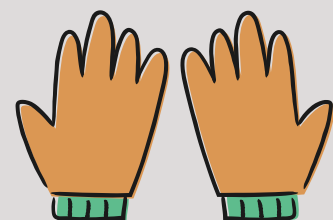
COMMENT LE GÉRER



Il s'agit d'un patient fictif. Image fournie à titre indicatif seulement.

UN ECZÉMA DES MAINS QUI REVIENT SANS CÉSSE^{1,19}?

L'eczéma chronique des mains ne disparaîtra peut-être pas complètement chez tout le monde, mais certaines mesures peuvent aider à mieux le maîtriser^{3,16}.



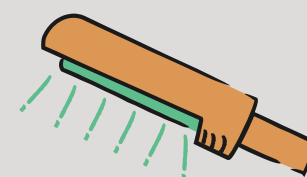
SOINS DE BASE DES MAINS

Quel que soit le stade de l'eczéma chronique des mains, des soins de base peuvent être recommandés. Ceux-ci peuvent notamment comprendre l'utilisation d'émollients, le port de gants, l'évitement des déclencheurs (comme les allergènes ou les substances irritantes) ou la participation à des programmes d'éducation^{1,3}.



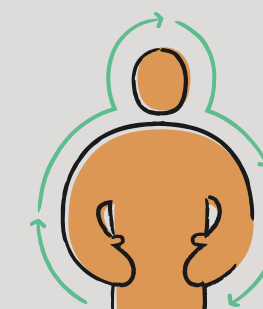
TRAITEMENTS TOPIQUES

Les traitements **topiques** sont des traitements qui s'appliquent directement sur la peau, comme des lotions ou des crèmes^{1,3}.



PHOTOTHÉRAPIE

La **photothérapie** consiste à utiliser des rayons ultraviolets (UV) pour traiter l'eczéma chronique des mains modéré ou grave. Elle est pratiquée par des spécialistes dans une clinique ou un hôpital^{3,20}.



TRAITEMENT À ACTION GÉNÉRALE

Les traitements **à action générale** peuvent être pris par voie orale ou administrés par injection et agissent dans l'ensemble de l'organisme^{3,21}.

Un(e) professionnel(le) de la santé pourra vous conseiller sur les traitements qui pourraient vous convenir et vous renseigner sur leurs avantages et leurs effets secondaires.

S'IL S'AGIT D'UN ECZÉMA CHRONIQUE DES MAINS, UN(E) PROFESSIONNEL(LE) DE LA SANTÉ PEUT VOUS APPORTER UN SOUTIEN CONTINU^{1,6,11,19,22}.





OUTIL DE SUIVI DES SYMPTÔMES



Il s'agit d'un patient fictif. Image fournie à titre indicatif seulement.

QU'EST-CE QUE L'ECZÉMA
CHRONIQUE DES MAINS?

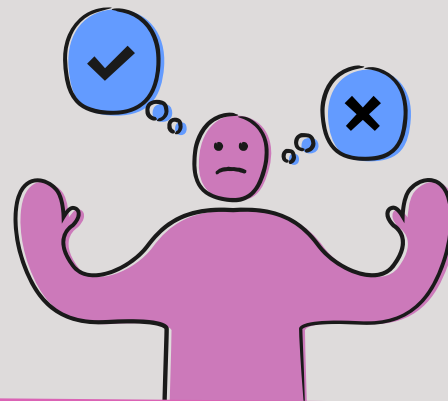
COMMENT
LE GÉRER

OUTIL DE SUIVI
DES SYMPTÔMES

ANNULER DES SORTIES, CACHER SES MAINS, S'ABSENTER ENCORE DU TRAVAIL...



Parfois, on peut avoir l'impression que l'eczéma chronique des mains dicte toutes nos décisions, grandes ou petites^{6,8,22}.



Parler de l'eczéma chronique des mains, même à sa famille et à ses proches, peut être difficile. Certaines personnes peuvent avoir l'impression que leurs symptômes ne sont pas assez importants pour consulter un(e) professionnel(le) de la santé^{6,23} ou que personne ne comprend ce qu'elles vivent⁶.

Il peut être difficile d'expliquer les répercussions de l'eczéma chronique des mains, surtout lorsque les symptômes évoluent au fil du temps. Les mains peuvent sembler moins atteintes qu'elles ne l'étaient lors d'une poussée précédente^{5,7}. De plus, il peut être difficile d'aborder les répercussions moins visibles de l'eczéma chronique des mains, notamment sur les plans mental, émotionnel et social⁶.



En notant vos symptômes et votre état émotionnel entre les rendez-vous, vous pourrez aider votre professionnel(le) de la santé à mieux comprendre l'impact global de l'eczéma chronique des mains et ses répercussions sur votre quotidien.

SYMPTÔMES
PHYSIQUES

Début du suivi :

Fin du suivi :

1. Comment évalueriez-vous les symptômes suivants lors de votre pire journée depuis le début du suivi sur une échelle de 1 à 5²⁴?

Démangeaisons

1

2

3

4

5

Douleur

1

2

3

4

5

Gerçures

1

2

3

4

5

Rougeur

1

2

3

4

5

Sécheresse

1

2

3

4

5

Peau qui pèle

1

2

3

4

5

Autres symptômes :
(comme un érythème ou
une desquamation)

1

2

3

4

5

Pas si
mal

Terribles

2. Comment qualifieriez-vous les
répercussions de ces symptômes
pendant cette période?

1

2

3

4

5

Pas si
mal

Terribles

3. Quelles ont été les répercussions de ces
symptômes sur votre sommeil^{5,25}?

1

2

3

4

5

Pas si
mal

Terribles

4. Combien de jours a duré votre plus longue
poussée?

jours

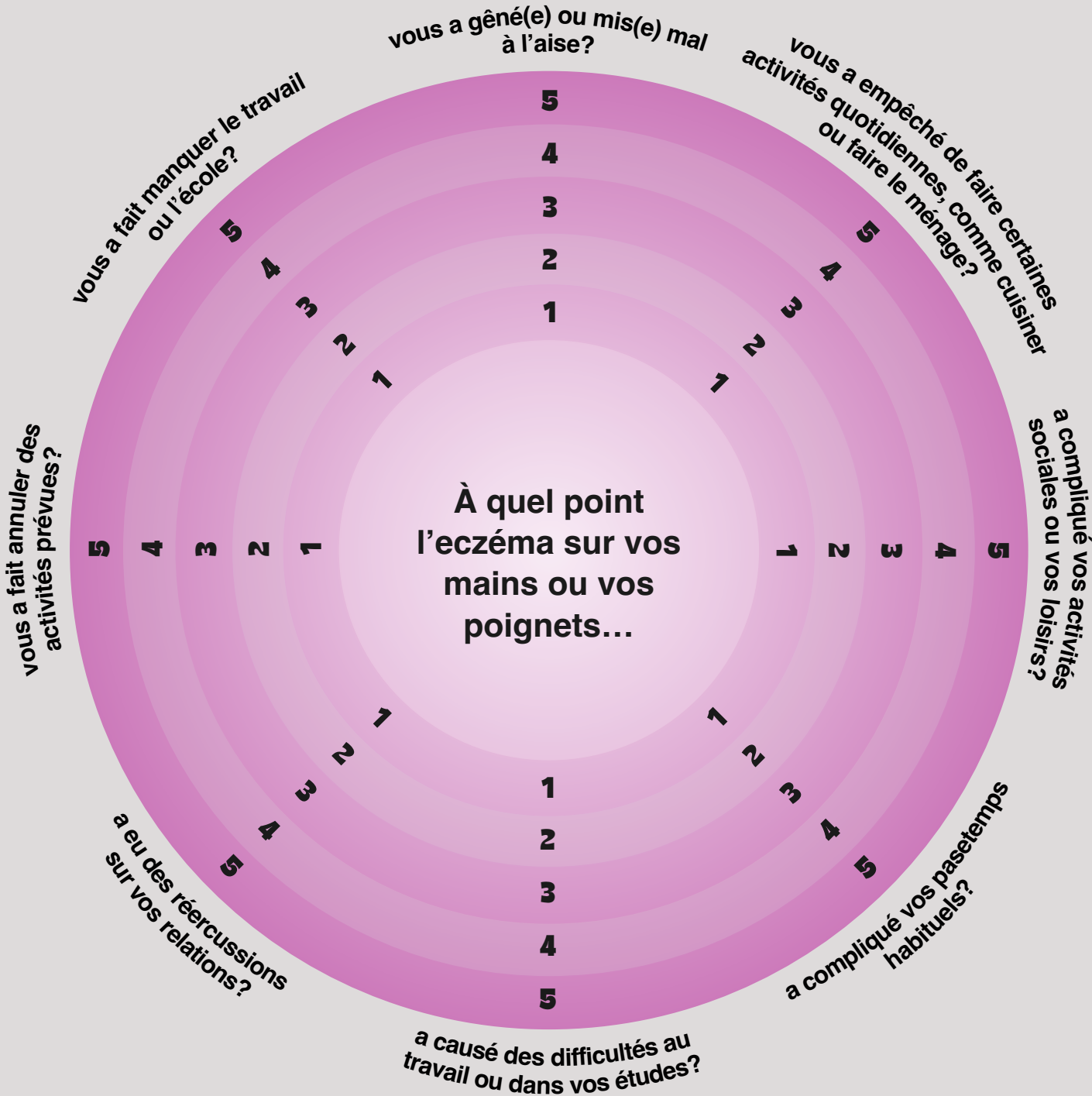
LE SUIVI DES SYMPTÔMES PEUT AIDER À CONSTATER
TOUTE ÉVOLUTION DE LA GRAVITÉ AU FIL DU TEMPS²⁴.



PARLONS DES RÉPERCUSSIONS AUTRES QUE LES SYMPTÔMES PHYSIQUES



Évaluez sur une échelle de 1 (pas du tout) à 5 (beaucoup ou très souvent)^{5,6} :



1. Avez-vous remarqué ce qui déclenche vos poussées^{1,3,15}?

2. Faites-vous quelque chose pour soulager vos poussées^{1,3,15}?
(Par exemple, éviter certains allergènes ou irritants, porter des gants ou utiliser des crèmes ou des émollients.)

OBJECTIFS DU TRAITEMENT

Il est important de se fixer des attentes et des objectifs de traitement réalistes¹¹.

1. Qu'aimeriez-vous améliorer grâce au traitement?

2. Notez vos traitements antérieurs pour l'eczéma chronique des mains:

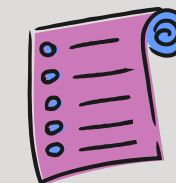
3. Date du début du

4. Le ou les traitements ont-ils été utilisés selon les recommandations d'un(e) professionnel(le) de la santé?



Plan de traitement^{1,3,16,26}

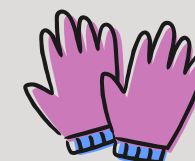
(À remplir avec un[e] professionnel[e] de la santé)



Demandez à votre professionnel(le) de la santé de noter les allergènes qu'il ou elle a identifiés (leurs noms peuvent être longs ou complexes)⁷.



Prévoyez comment éviter les facteurs déclenchants ou par quoi remplacer les irritants^{1,3}.



Notez les autres changements à apporter à votre mode de vie qui, de l'avis de votre professionnel(le) de la santé, pourraient aider (comme porter des gants ou arrêter de fumer)^{1,17}.

Il n'est pas obligatoire de suivre un plan de traitement. Un(e) professionnel(le) de la santé peut vous conseiller sur les approches qui pourraient être utiles dans votre cas.



N'ATTENDEZ PAS QUE VOS SYMPTÔMES VOUS LIMITENT D'AVANTAGE. PARLEZ-EN A UN(E) PROFESSIONNEL(LE) DE LA SANTÉ ET REPRENEZ VOTRE VIE EN MAIN⁶.



Si vous avez de l'eczéma aux mains et aux poignets depuis **plus de 3 mois** ou si vous avez des poussées **au moins 2 fois par année**, il pourrait s'agir d'un **eczéma chronique des mains**^{1,11}.

Consultez un(e) professionnel(le) de la santé et...

EXPRIMEZ-VOUS.

* Seul(e) un(e) professionnel(le) de la santé peut diagnostiquer un eczéma chronique des mains.

Il s'agit d'un patient fictif. Image fournie à titre indicatif seulement.

GLOSSAIRE

Les mots utiles pour parler de l’eczéma chronique des mains

ALLERGÈNE

Substance qui provoque une réaction allergique, comme le pollen, les squames d’animaux ou certains aliments. Les allergènes peuvent parfois déclencher des poussées d’eczéma²⁷.

CONTAGIEUX

Qui peut se transmettre d’une personne à l’autre. L’eczéma chronique des mains n’est pas contagieux et ne se transmet pas comme un rhume^{11,29}.

DERMATITE ATOPIQUE

Autre nom de l’eczéma. Il s’agit d’une affection cutanée qui peut rendre la peau sèche et provoquer des démangeaisons^{27,28}.

DERMATOLOGUE

Médecin spécialisé(e) dans les maladies de la peau²⁷.

DESQUAMATION

Peau sèche qui pèle¹².

ECZÉMA CHRONIQUE DES MAINS

Eczéma touchant les mains et les poignets qui dure depuis plus de 3 mois ou qui survient au moins 2 fois par année¹.

ÉMOLLIENT

Produit hydratant qui aide à adoucir et à nourrir la peau³⁰.

ÉRYTHÈME

Rougeur de la peau¹².

FISSURE

Crevasse ou gerçure de la eau¹².

HYPERKÉRATOSE

Épaississement marqué de la peau, comme si des couches supplémentaires s’étaient accumulées³¹.

INFLAMMATION

Rougeur, enflure, chaleur et douleur dans une partie du corps. Il s’agit de la réaction de l’organisme à une blessure ou à une irritation²⁸.

IRRITANT

Substance qui irrite la peau et peut aggraver l’eczéma, comme le savon, les détergents ou certains produits chimiques³².

LICHÉNIFICATION

Épaississement et durcissement de la peau, souvent causés par des grattages répétés¹².

MÉDICAMENT À ACTION GÉNÉRALE

Médicament pris par voie orale ou administré par injection qui agit dans l’ensemble de l’organisme et circule dans le sang²¹.

MÉDICAMENT TOPIQUE

Médicament appliqué directement sur la peau, comme une crème ou un onguent^{34,35}.

ŒDÈME

Enflure¹³.

PHOTOTHÉRAPIE/PUVA/UVB

Traitements par la lumière qui peuvent être utilisés pour traiter l’eczéma^{3,20}.

POUSSÉE

Période où l’eczéma s’aggrave soudainement. Elle peut entraîner une augmentation des démangeaisons, de la douleur, des rougeurs et de la sensibilité^{5,7}.

PROFESSIONNEL(LE) DE LA SANTÉ

Personne qui travaille dans le domaine de la santé, comme un(e) médecin, un(e) infirmier(-ère), un(e) pharmacien(ne) ou un(e) dermatologue.

PRURIT

Démangeaisons³³.

SYMPTÔMES

Les symptômes sont des signes que votre corps vous envoie. Dans le cas de l’eczéma chronique des mains, les symptômes peuvent comprendre des démangeaisons, des rougeurs, de la sécheresse ou des gerçures. Ils peuvent apparaître et disparaître²⁷.

TRAVAIL EN MILIEU HUMIDE

Travail ou activité qui implique un contact fréquent avec l’eau, comme la coiffure, le nettoyage ou les soins de santé. Cela peut assécher les mains et aggraver l’eczéma³⁶.

VÉSICULE

Petite cloque remplie de liquide¹².

RÉFÉRENCES

1. Thyssen JP, et al. *Contact Dermatitis*. 2022;86(5):357–78.
2. Apfelbacher C, et al. Poster presentation at ESCD, 2024. Poster ID: P1901.
3. Weidinger S and Novak N. *Lancet*. 2024;404:2476–86.
4. National Eczema Association. Hand Eczema: Causes, Symptoms and Treatment Options. Available at: <https://nationaleczema.org/eczema/types-of-eczema/hand-eczema/> (Accessed April 2025).
5. Grant L, et al. *Adv Ther*. 2020;37(2):692–706.
6. Ahmed A, et al. *Clin Exp Dermatol*. 2015;40(5):495–501.
7. Agner T and Elsner P. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2020;34 Suppl 1:4–12.
8. Cortesi P, et al. *Contact Dermatitis*. 2014;70(3):158–68.
9. Elsner P and Agner T. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2020;34 Suppl 1:3.
10. Crépy et al. Poster presentation at ECSD, 2024. Poster No. 19.
11. Rönsch H, et al. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2023;37(7):1396–405. Erratum in: *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2024;38(8):1662.
12. Chiang NYZ and Verbov J. *Dermatology: A handbook for medical students & junior doctors*. 3rd ed. Garsington Road: Oxford; 2020.
13. MedlinePlus. Edema. Available at: <https://medlineplus.gov/edema.html> (Accessed April 2025).
14. Taber’s Medical Dictionary. Hyperkeratosis. Available at: <https://www.tabers.com/tabersonline/view/Tabers-Dictionary/758851/2/hyperkeratosis> (Accessed April 2025).
15. National Eczema Society. Triggers for eczema. Available at: <https://eczema.org/information-and-advice/triggers-for-eczema/> (Accessed April 2025).
16. Ghio D, et al. *Br J Dermatol*. 2020;182(1):112–18.
17. Bauer A, et al. *J Dtsch Dermatol Ges*. 2023;21:1054–74.
18. Diepgen TL, et al. *J Dtsch Dermatol Ges*. 2015;13(1):e1–22.
19. Giménez-Arnau AM, et al. Poster presentation at ESCD, 2024. Poster No. 27.
20. National Eczema Society. Phototherapy. Available at: <https://eczema.org/information-and-advice/treatments-for-eczema/phototherapy/> (Accessed April 2025).
21. DermNet. Treatments: Alitretinoin. Available at: <https://dermnetnz.org/topics/alitretinoin#> (Accessed April 2025).
22. Bewley A, et al. Poster presentation at EADV, 2024. Poster No. 3.
23. Allergy UK and LEO Pharma. The Chronic Hand Eczema Patient Impact Report. Available at: <https://mc-df05ef79-e68e-4c65-8ea2-953494-cdn-endpoint.azureedge.net/-/media/corporatecommunications/uk/our-responsibility/supporting-patients/che-impact-report/the-chronic-hand-eczema-report---leo-pharma-allergy-uk.pdf?rev=81e7456b8ca44db5bbec2d2ca48f6f13&hash=7B270B7BEE21C24395DCB0E5F4844682> (Accessed April 2025).
24. Molin S, et al. *Dermatol Ther (Heidelb)*. 2024;14:643–69.
25. Kouris A, et al. *Contact Dermatitis*. 2015;72:367–70.
26. Mollerup A, et al. *Br J Dermatol*. 2013;169:1056–65.
27. NHS. Atopic Eczema. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/atopic-eczema/> (Accessed April 2025).
28. Bennett JM, et al. *Front Med*. 2018;5:316:1–30.
29. NIH: National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. Atopic Dermatitis. Available at: <https://www.niams.nih.gov/health-topics/atopic-dermatitis> (Accessed April 2025).
30. NHS. Emollients. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/emollients/> (Accessed April 2025).
31. Taber’s Medical Dictionary. Hyperkeratosis. Available at: <https://www.tabers.com/tabersonline/view/Tabers-Dictionary/758851/all/hyperkeratosis#:~:text=1.,horny%20layer%20of%20the%20epidermis> (Accessed April 2025).
32. NHS. Contact Dermatitis. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/contact-dermatitis/> (Accessed April 2025).
33. Pruritus Symposium. Pruritus Resources - Numeric Rating Scale. Available at: <http://www.pruritussymposium.de/numericalratingscale.html> (Accessed April 2025).
34. National Eczema Society. Topical steroids factsheet. Available at: <https://eczema.org/wp-content/uploads/Topical-steroids-Jan-25.pdf> (Accessed April 2025).
35. Bani KS and Bhardwaj K. *J Drug Deliv Ther*. 2021;11(4):105–10.
36. Lund T, et al. *Scand J Work Environ Health*. 2020. Epub ahead of print: doi:10.5271/sjweh.3876.