



Dre Suzanne Gagnon,
Dermatologue
M.D., FRCP(C),
CSPQ, FAAD

DERMATOLOGIE
FACE AU TEMPS
www.faceautemps.ca



LA ROSACÉE :

UNE CONDITION DERMATOLOGIQUE FRÉQUENTE ET SOUVENT NON DIAGNOSTIQUÉE



www.shutterstock.com/gallery-842245

Dans un récent cahier spécial *Dermatology* du National Post, Cynthia Nixon, une des actrices principales de *Sex and the City* partage son expérience concernant sa rosacée. Elle confie au journal que les rougeurs et les boutons sur son visage affectaient sa confiance sur le plateau de tournage et lors des événements sociaux, et croyant faire des rechutes d'acné comme dans son adolescence, elle essayait des traitements qui ne l'aidaient pas du tout. Elle se sentit vraiment soulagée, suite à une visite chez le dermatologue, quand ce dernier posa le diagnostic de rosacée. Même si on ne guérit pas la rosacée, elle dispose maintenant de traitements qui contrôlent bien ses éruptions sur le visage et elle connaît aussi les facteurs aggravants personnels qui provoquent les récurrences. Elle se sent plus rassurée et confiante.

LES FAITS

La rosacée est plus fréquente chez les caucasiens de descendance celtique ou du nord de l'Europe. Elle affecte trois fois plus de femmes que d'hommes et se manifeste majoritairement entre les âges de 25 à 35 ans ou à la ménopause. La rosacée touche plus de 16 millions de personnes en Amérique du Nord, dont 2 millions de Canadiens, et plus de 46 millions dans le monde.

Malgré tout, la rosacée est encore sous diagnostiquée et plusieurs personnes atteintes pensent,

comme Cynthia, souffrir d'acné ou être affligé d'une peau ultra sensible ou facilement irritée. Comme Cynthia, leur rosacée affecte leur vie personnelle. La *National Rosacea Society* rapporte que 76 % des patients souffrent d'une diminution de leur confiance en soi et 41 % évitent les contacts sociaux à cause de leur rosacée. Ceci confirme bien l'importance de poser le diagnostic.

CLASSIFICATION DE LA ROSACÉE

On classe la rosacée en quatre sous-types, selon les symptômes. Ces symptômes peuvent varier en intensité de légers à sévères. Chez un sujet en particulier, on peut retrouver un seul sous-type ou une combinaison ou même les quatre sous-types. La rougeur fait partie des quatre sous-types.

1. **Sous-type 1** : Rosacée vasculaire ou érythémato-télangiectasique : peau rougeâtre au visage, vaisseaux dilatés (souvent appelée couperose) et tendance à rougir facilement (*flushing*).

2. **Sous-type 2** : Rosacée papulopustuleuse (appelée acné rosacée) : en plus de la rougeur, on remarque l'apparition de papules et pustules (boutons rouges ou à tête blanche) surtout aux sites où le visage est rouge, soit le nez, les joues et le menton. Contrairement à l'acné vulgaire, il n'y a pas de comédons (points noirs)

3. **Sous-type 3** : Rosacée hypertrophique : variété rare et qui est presque toujours précédée par les deux types précédents. On voit alors une peau épaissie et à surface irrégulière surtout sur le nez (rhinophyma). Cette forme rare touche plus particulièrement les hommes.

4. **Sous-type 4** : Rosacée oculaire : les yeux peuvent être rouges, irrités et les paupières enflées.

Quel que soit le sous-type, les patients souffrant de rosacée ont une peau facilement irritée. L'application de crèmes, de cosmétiques, d'onguents cause souvent une sensation de brûlure ou de picotement et ils finissent par refuser quelque produit que ce soit. De plus, à cause de cette intolérance, même les médicaments prescrits en application locale peuvent provoquer une sensation désagréable sur leur peau.

FACTEURS AGGRAVANTS OU DÉCLENCHANTS DE LA ROSACÉE

On ne connaît pas, à l'heure actuelle, la ou les causes exactes de la rosacée. En attendant des réponses plus précises, nous pouvons aider nos patients en

« La rosacée touche plus de 16 millions de personnes en Amérique du Nord, dont 2 millions de Canadiens, et plus de 46 millions dans le monde. »

leur suggérant d'éviter les facteurs aggravants qui s'appliquent à leur cas particulier.

Une étude dirigée par la *National Rosacea Society* a mis en évidence les facteurs aggravants suivants :

Exposition solaire : 81%



Stress émotif : 79%

Température chaude : 75%

Vent : 57%

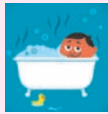


Exercices violents : 56%

Consommation d'alcool : 52%



Bains chauds : 51%



Températures froides : 46%

Aliments épicés : 45%



Humidité : 44%

Chaleur intérieure : 41%

Certains produits pour soins de la peau : 41%



Breuvages chauds : 36%

CONSEILS DE BASE

Comme la première étape dans tout traitement est la prévention, nous suggérons à nos patients de se faire un journal personnel où ils notent les facteurs aggravants. Ceux-ci varient d'une personne à l'autre et seule une bonne observation personnelle permettra de bien les identifier. Pour Cynthia, ce sont la chaleur intense et l'humidité qui déclenchent la plus souvent les crises de rosacée.

Nous leur recommandons aussi de simplifier leur routine de soins de la peau en commençant par un nettoyage quotidien. Ce nettoyage a pour but d'éliminer les cellules mortes de surface, le fond de teint, les excès d'huile, et doit être fait avec de l'eau fraîche ou tiède. Les patients avec rosacée ont une barrière cutanée abîmée, ce qui donne à la peau une apparence et une texture sèche; nous leur conseillons donc de choisir un hydratant léger et d'éviter les produits trop riches ou irritants.

Il y a de plus en plus de bons produits de maquillage pour camoufler les lésions et les rougeurs, les patients ne doivent pas hésiter à les utiliser. S'ils ont de la difficulté à choisir ce qui leur convient, ils peuvent consulter les cliniques de dermatologie qui offrent un service de maquillage spécialisé pour la rosacée.

« La rosacée est plus fréquente chez les caucasiens de descendance celtique ou du nord de l'Europe. Elle affecte trois fois plus de femmes que d'hommes et se manifeste majoritairement entre les âges de 25 à 35 ans ou à la ménopause. »

« Comme la première étape dans tout traitement est la prévention, nous suggérons à nos patients de se faire un journal personnel où ils notent les facteurs aggravants. Ceux-ci varient d'une personne à l'autre et seule une bonne observation personnelle permettra de bien les identifier. »

Comme le soleil est reconnu comme facteur aggravant chez la grande majorité des patients et comme la rosacée touche surtout les personnes à peau pâle, l'application d'une bonne protection solaire est nécessaire et obligatoire. Il faut choisir un écran solaire qui filtre autant les UVA que les UVB.

La rosacée peut aussi s'accompagner de séborrhée centro-faciale (petites squames ou peaux mortes sur les côtés du nez et entre les sourcils). Souvent, on observera aussi des pellicules au cuir chevelu. Les patients pensent à tort qu'il s'agit de peaux sèches alors qu'elles sont grasses et ils aggravent la condition en appliquant des crèmes trop riches. La séborrhée est une maladie de peau chronique qui évolue en fonction des saisons et des périodes de stress. Elle nécessite un traitement différent de la rosacée.



TRAITEMENT DE LA ROSACÉE

Vous arrivez bien préparé pour votre consultation car vous avez tenu compte des conseils précédents!

Lors de la rencontre, le dermatologue vous prescrira probablement un médicament topique à base de métronidazole (Métrogel, Métrocrème, Métrolotion ou Noritate) ou plus récemment une crème à base d'acide azélaïque (Finacea). Ces produits peuvent parfois être un peu irritants, on vous conseille donc une application progressive selon la tolérance de votre peau. Il faut persévérer 2 à 3 mois pour voir si le médicament contrôle bien votre condition.

Depuis 2013, les dermatologues disposent de nouveaux traitements pour aider leurs patients souffrant de rosacée.

En effet, Santé Canada vient d'approuver un médicament de prescription à base de Brimonidine : *Onreltea*. En application locale, ce traitement soulage le *flushing* et les rougeurs sur le visage en resserrant les petits vaisseaux dilatés. En médecine on parle d'un effet vasoconstricteur. Dans les 30 à 60 minutes suivant l'application, le patient voit ses rougeurs faciales diminuer et cet effet persiste entre 6 et 12 heures! Même si *Onreltea* n'influence pas l'évolution de la rosacée, ce traitement peut s'avérer fort utile avant une entrevue, une nouvelle rencontre ou une soirée sociale.

Dans *The Chronical of Skin and Allergy* de Mars 2014, Dre Taraska, dermatologue de Winnipeg, fait mention de nouveaux produits en vente libre dans les pharmacies. Elle a déjà commencé à utiliser avec succès *Reversa* soin apaisant anti-rougeurs. Elle mentionne que cette crème présente des propriétés anti-oxydantes et anti-inflammatoires. Les propriétés d'hydratation améliorent la barrière cutanée, ce qui aide les patients avec rosacée. En plus, avec la *niacinamide* et les extraits de l'écorce de la plante *quassia amara*, ce produit contribue à diminuer les rougeurs et les patientes ont remarqué une amélioration côté *flushing* et érythème. Un autre produit, *Rosaliac* possède aussi une activité anti-inflammatoire et anti-rougeurs et est formulé dans une base hydratante bien tolérée par les patients avec rosacée.

MYTHES :

Même si l'alcool est un facteur aggravant de la rosacée, il est faux de penser que toute personne avec couperose est alcoolique! C'est d'ailleurs un préjugé qui affecte beaucoup nos patients masculins qui souffrent de rosacée.

Quand les patients ont un épisode de *flushing*, on pense souvent qu'ils font une crise d'hypertension. Il n'y a pas de relation entre les deux.



Couperose sur le nez avant et après traitement LASER 532 nm.

Pour les cas plus avancés ou mal contrôlés avec les produits topiques, les dermatologues prescrivent des antibiotiques par la bouche, surtout dans le groupe des Tétracyclines. On choisit ces antibiotiques pour leur action anti-inflammatoire et non pour leur activité contre les bactéries, car la rosacée n'est pas une maladie de peau infectieuse mais une maladie de peau plutôt inflammatoire. Nous sommes aussi concernés par le risque de développement de résistance bactérienne avec des doses d'antibiotiques plus élevées et des traitements de longue durée. Dans ce contexte, en 2013, Santé Canada a finalement approuvé une nouvelle formulation de l'antibiotique Doxycycline : Aprilon. Dosé à 40 mg au lieu de 100 mg, ce médicament offre la même efficacité pour contrôler la rosacée type 2 avec papulopustules (boutons rouges et à tête blanche) et présente en plus l'avantage de causer moins de troubles gastro-intestinaux et moins de vaginites.

TRAITEMENTS PHYSIQUES DE LA COUPEROSE ET DE LA ROUGEUR

Malgré tous ces bons médicaments, les vaisseaux sanguins dilatés et localisés surtout sur le nez, les joues et le menton demeurent visibles et inconfortables. En dermatologie on identifie la couperose sous le terme de télangiectasies. Nous pouvons intervenir en utilisant des traitements dits physiques qui utilisent des principes de lumière. La lumière choisie sera absorbée par l'hémoglobine des vaisseaux sanguins, ce qui causera une réaction de chaleur qui va abîmer ou détruire les vaisseaux inconfortables. (En médecine on parle de photothermolyse).

Nous utilisons donc des lasers spécifiques pour contrôler la couperose et l'érythrose. Le terme LASER est un acronyme qui signifie : *Light Amplification Emission of Radiation*. Il y a plusieurs sortes de lasers et la lumière (ou longueur d'onde) de chaque laser est très spécifique pour une cible précise dans la peau. Dans le cas qui nous concerne, on recherche des lasers avec une longueur d'onde qui sera absor-



Couperose des joues avant traitement Laser 532 nm



Notez la réduction significative de la couperose après traitement laser 532 nm.



Couperose très visible sur les joues de cette femme avant traitements laser 532 nm



Diminution importante de la couperose des joues chez cette femme après traitements laser 532 nm

Source:

Patients des Dres Madelaine et Suzanne Gagnon. Nous présentons seulement une partie du visage pour des raisons de confidentialité.

Avertissement:

Ces photos sont publiées à titre indicatif afin de fournir de l'information sur la nature de l'intervention. Elles ne constituent aucunement une garantie de résultat.

« Les patients avec rosacée ont une barrière cutanée abîmée, ce qui donne à la peau une apparence et une texture sèche; nous leur conseillons donc de choisir un hydratant léger et d'éviter les produits trop riches ou irritants. »

bée par l'hémoglobine des vaisseaux sanguins de couperose. Nous choisissons surtout des lasers avec la longueur d'onde de 532 nm (exemple, laser Excel V) et les lasers à colorant pulsé avec une longueur d'onde de 595 nm (exemple, laser V Beam Perfecta). Pour des vaisseaux plus profonds et qui ont un aspect plus bleuté, on choisira un laser avec longueur d'onde de 1064 nm.

Les appareils de lumière intense pulsée (LIP en français, mais mieux connus sous l'abréviation IPL en anglais) ne sont pas des lasers car ils émettent plusieurs longueurs d'onde. On les utilise aussi pour traiter la rosacée. L'électrocoagulation est une procédure de moins en moins utilisée car elle laisse plus facilement des marques sur la peau et ne se compare pas en efficacité aux lasers ou LIP.

Les traitements lasers sont bien tolérés. Il faut compter de 2 à 4 traitements pour bien contrôler la couperose et ceci quel que soit l'appareil utilisé. Les dermatologues doivent tenir compte de la sévérité de la condition et du type de peau. Il faudra aussi prévoir des traitements d'entretien car la rosacée est une maladie chronique qui évolue par poussées et récurrences. De plus, il n'est pas facile d'éviter tous les facteurs aggravants. Même si la rosacée touche

moins d'hommes que de femmes, ces derniers sont souvent affligés d'une couperose plus apparente et sévère. Ils sont donc nombreux à consulter pour réduire l'apparence des vaisseaux dilatés sur leur nez et leurs joues. Pour ceux qui utilisent le médicament *Onreltea*, on recommande de ne pas l'appliquer le jour du traitement.

CONCLUSION

La rosacée est une maladie de peau tellement fréquente que les recherches abondent pour en identifier la cause et trouver de nouveaux traitements. C'est définitivement encourageant pour nos patients! Comme dermatologues, nous sommes conscients de l'impact de la rosacée sur la confiance et l'estime de soi. Ces dernières années les hommes aussi expriment leur désarroi face à cette condition. Heureusement, depuis cette époque, nous avons à notre disposition de meilleurs traitements médicaux et physiques pour aider nos patients à bien vivre avec leur rosacée. N'hésitez pas à consulter, il y a une solution pour vous. Et comme l'exprime si bien Cynthia, «Les symptômes peuvent être contrôlés et c'est important de ne pas les laisser s'aggraver. La rosacée restera peut-être toujours dans votre esprit mais elle n'a pas à se voir sur votre visage!» ■