

# PSORIASIS

*Maladies inflammatoires chroniques*

*Comprendre sa maladie*





<b>Introduction .....</b>	<b>4</b>
<b>Où trouver un complément d'information ? .....</b>	<b>5</b>
<b>Qu'est-ce que le psoriasis ? .....</b>	<b>6</b>
<b>Quels sont les symptômes du psoriasis ? .....</b>	<b>8</b>
<b>Quelles sont les causes du psoriasis ? .....</b>	<b>8</b>
<b>En quoi le psoriasis affecte-t-il la vie quotidienne ? .....</b>	<b>9</b>
<b>Comment traiter le psoriasis ? .....</b>	<b>10</b>
<b>Comment se fait le suivi de la maladie ? .....</b>	<b>11</b>

## INTRODUCTION

**Vous êtes atteint(e) d'une maladie inflammatoire chronique et votre médecin vous a probablement prescrit un traitement.**

Cette brochure a pour objectif de vous aider à mieux comprendre votre maladie, ses causes et ses symptômes et les traitements que votre médecin pourrait vous prescrire. Vous pouvez également vous y référer en tant qu'aide-mémoire après vos consultations chez le médecin.



## OÙ TROUVER UN COMPLÉMENT D'INFORMATION ?



Si vous avez d'autres questions sur votre traitement, **votre première et meilleure source d'information doit toujours être votre médecin, l'infirmière qui vous accompagne ou votre pharmacien.**



Il existe également des associations de patients ou des groupes de parole. Ce sont des groupes d'écoute et d'échange où vous pouvez recevoir de l'information et des conseils pratiques.

Prévenez aussi les autres professionnels de santé qui vous encadrent : dentiste, kinésithérapeute...



**Parler de votre maladie avec ces interlocuteurs ainsi qu'avec votre entourage peut vous aider à mieux vivre au quotidien et à mieux appréhender votre maladie.**

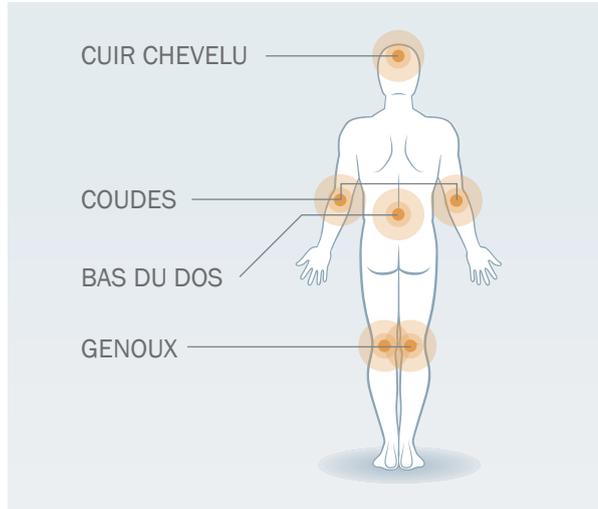
## QU'EST-CE QUE LE PSORIASIS ?

**Le psoriasis est une maladie chronique de la peau.**

Elle est non contagieuse et n'est pas provoquée par une infection.

Le psoriasis se caractérise par des plaques de peau rouge et épaisse avec parfois des croûtes blanchâtres, généralement sur les coudes, les genoux, le cuir chevelu et le bas du dos.

Les plaques sont localisées et peuvent se manifester sur n'importe quelle zone de la peau.



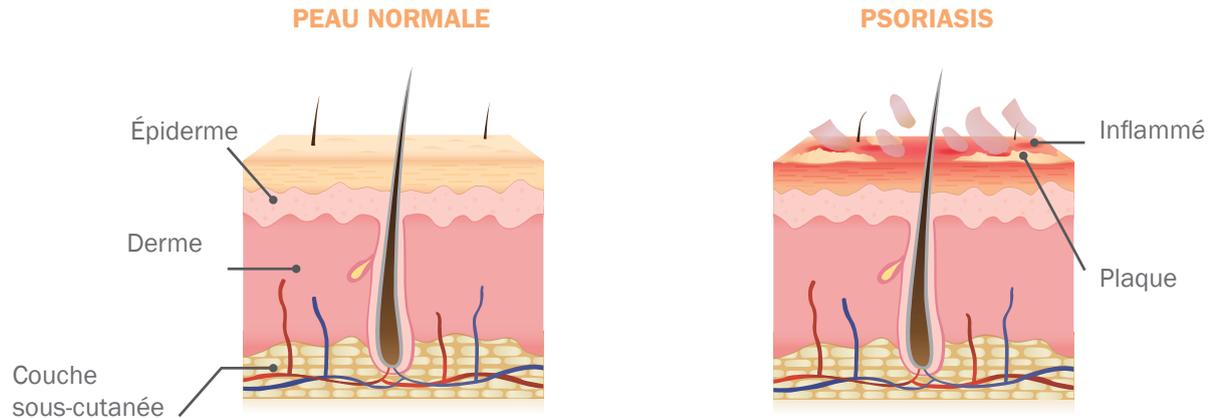
**Le psoriasis touche près de 3 % de la population mondiale, soit 125 millions de personnes.<sup>1</sup>**

Il touche **autant les hommes que les femmes** et peut débuter à tout âge mais apparaît le plus souvent chez les adultes, avant l'âge de 35 ans.<sup>1</sup>

Il existe différents types de psoriasis, le plus courant étant le psoriasis en plaques qui représente 80 % des cas de psoriasis.<sup>1</sup>

L'organisme produit de nouvelles cellules cutanées au niveau de la couche la plus profonde de la peau et ces cellules remontent progressivement vers la surface, meurent et se desquament. L'ensemble de ce processus se déroule normalement en trois à quatre semaines environ.

Chez les personnes atteintes de psoriasis, il se fait en à peine trois à sept jours. Ces personnes produisent donc trop de cellules cutanées, d'où l'apparition de plaques rouges, squameuses et croûteuses à la surface de la peau.<sup>1</sup>



## QUELS SONT LES SYMPTÔMES DU PSORIASIS ?

Les symptômes et leur intensité diffèrent d'une personne à l'autre. **Le psoriasis peut se développer sur n'importe quelle partie du corps**, y compris **les paupières, les mains, les ongles et les lèvres** mais il apparaît le plus souvent au niveau du **cuir chevelu, des genoux, des coudes et du bas du dos**.<sup>1,2</sup>

Les plaques se présentent généralement comme de petites zones de peau bien délimitées, rouges, squameuses, pouvant démanger ou être douloureuses, et il arrive qu'elles se craquent et saignent. Dans le psoriasis en plaques, ces plaques sont généralement symétriques (par exemple si un coude est touché, l'autre l'est également dans la plupart des cas).

Les autres symptômes possibles sont notamment des ongles épaissis, piquetés ou rainurés, gonflés et raides.<sup>1</sup>

## QUELLES SONT LES CAUSES DU PSORIASIS ?

On ne sait pas exactement pour quelle raison ce phénomène se produit mais on pense qu'il pourrait être dû à un **problème affectant le système immunitaire, combiné à certains facteurs génétiques et environnementaux**.

## EN QUOI LE PSORIASIS AFFECTE-T-IL LA VIE QUOTIDIENNE ?

**Chez certaines personnes, le psoriasis peut ne se présenter que sous la forme d'une irritation minime mais pour celles qui sont plus gravement atteintes, il peut avoir un impact significatif sur leur vie quotidienne.**<sup>2</sup> L'impact psychologique du psoriasis ne peut pas être négligé. Les patients qui en souffrent peuvent se sentir déprimés ou anxieux en raison des effets de la maladie sur leur apparence physique.

Les épisodes de stress peuvent être à l'origine d'une aggravation des symptômes, de sorte qu'il peut être utile d'apprendre à identifier les moments où l'on commence à se sentir anxieux et de trouver des moyens de garder son calme.

Découvrir des manières saines de gérer le stress quotidien, par **la pratique d'une activité physique ou grâce à des discussions avec son réseau de soutien, peut aider à gérer les symptômes.**

Les personnes atteintes de psoriasis sont exposées à un risque un peu plus important de développer un diabète ou des maladies cardio-vasculaires.

**Aussi, la pratique régulière d'une activité physique et un régime alimentaire sain sont recommandés pour éviter d'autres problèmes de santé.**<sup>2</sup>



## COMMENT TRAITER LE PSORIASIS ?

Bien que la cause de la maladie ne soit pas clairement établie et qu'il n'y ait pas encore de traitement curatif, **il existe de nombreux traitements qui permettent d'atténuer les symptômes et d'améliorer l'apparence des plaques.** Les principaux groupes de médicaments utilisés pour le traitement du psoriasis sont :<sup>3</sup>



### **Lotions ou onguents**

à appliquer sur la peau  
pour ralentir la croissance  
des cellules



### **Photothérapie**

(traitement par  
la lumière) pour  
ralentir la croissance  
des cellules



### **Traitements de fond chimiques ou biologiques,**

qui peuvent être  
administrés aussitôt après  
le diagnostic pour ralentir  
la progression de la  
maladie

**Prendre correctement les médicaments qui ont été prescrits contribue à éviter les poussées et ainsi améliorer la qualité de vie. Il est aussi important de bien se nourrir, de dormir suffisamment et de faire suffisamment d'exercice physique, autant de mesures qui aideront à se sentir mieux et à éviter les problèmes susceptibles de mener à une dépression.**

## COMMENT SE FAIT LE SUIVI DE LA MALADIE ?

**Un suivi régulier par des professionnels de santé est important dans le cas des maladies chroniques telles que le psoriasis en plaques.** Le médecin s'assurera que vous n'êtes pas confronté à des effets indésirables liés à votre traitement et surveillera votre état de santé par le biais d'analyses de laboratoire et d'examen cliniques réguliers.

### RÉFÉRENCES

1. International Federation of Psoriasis Associations. Profile of Psoriasis. Disponible sur : <https://ifpa-pso.com/our-cause/> Consulté le 18 septembre 2017.
2. Psoriasis Association. About Psoriasis. Disponible sur : <https://www.psoriasis-association.org.uk/psoriasis-and-treatments/> Consulté le 18 septembre 2017.
3. Mayo Clinic. Psoriasis. Treatment. Disponible sur : <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/psoriasis/basics/treatment/con-20030838> Consulté le 18 septembre 2017.

## REMERCIEMENTS

Mme Agnès HENNE, IDE en rhumatologie au CHU de Hautepierre (*Strasbourg*)

Mme Muriel VELTIN, IDE en gastro-entérologie au CHU de Brabois (*Nancy*)

Mme Marie-Hélène GRAUL, IDE en rhumatologie au CHR de Thionville

Mme Christele CERVEAUX, IDE en rhumatologie au CHU de Rouen







# Services Care

Vous êtes atteint(e) d'une maladie inflammatoire chronique. Biogen vous propose les services **CARE+** qui vous accompagnent dans la compréhension et le suivi de votre maladie et de votre traitement. Si vous avez des questions supplémentaires, n'hésitez pas à en discuter avec votre médecin, votre infirmière ou votre pharmacien.



Centre d'appel BIOSIMILAIRES

**01 77 69 68 14**

Prix d'un appel local

Pour toute information médicale ou de pharmacovigilance concernant les biosimilaires, merci de nous contacter au centre d'appel biosimilaires ou par email à [medinfo.europe@biogen.com](mailto:medinfo.europe@biogen.com)