



LE ZONA DE A À Z

Qu'est-ce que le zona?

Le zona est une infection qui se manifeste par une réaction inflammatoire de la peau le long d'un nerf ou d'un ganglion nerveux. Souvent douloureuses, les éruptions cutanées touchent particulièrement le thorax ou le visage mais, toutes les parties du corps peuvent être atteintes. Chez certaines personnes, à un stade plus avancé de la maladie, la douleur est tellement présente que seul le vent ou le contact d'un vêtement sur la peau peut créer de l'inconfort. Souvent sous-estimée, cette maladie n'est pas à prendre à la légère!

Zona 101 : mieux comprendre les causes

L'infection résulte de la réactivation du virus responsable de la varicelle. À la suite d'une varicelle, tous les virus sont détruits à l'exception de quelques-uns. Ceux-ci se logent alors dans la moelle épinière et restent dormants pendant plusieurs années. Avec l'âge ou en raison d'une condition médicale, le système immunitaire peut parfois perdre de sa capacité à contrôler le virus. C'est ainsi que celui-ci se réactive, causant des picotements, des démangeaisons, puis une douleur semblable à celle d'une brûlure. En l'absence d'un traitement, les lésions du zona durent environ 3 semaines. Sinon, des médicaments antiviraux peuvent être prescrits pour diminuer la gravité et la durée des symptômes.

Le saviez-vous?

Il est possible que les adultes en contact avec des enfants atteints de varicelle bénéficient d'une protection accrue contre le zona. Les scientifiques croient qu'une seconde exposition au virus stimule le système immunitaire et contribue à maintenir le virus à l'état dormant.¹

Êtes-vous à risque?

Si vous avez déjà eu la varicelle, vous êtes à risque de développer le zona au cours de votre vie. Puisqu'environ 90 % des adultes dans le monde ont déjà eu la varicelle, ils sont donc porteurs du virus.

On estime qu'environ une personne sur trois développera la maladie au cours de sa vie. Plus on avance en âge, plus les risques de contracter la maladie augmentent. Ainsi, une personne âgée de plus de 50 ans est davantage à risque qu'une personne dans la trentaine.

Et la contagion...

Contrairement à la varicelle, le zona ne se transmet pas d'une personne à une autre. Toutefois, le liquide à l'intérieur des vésicules contient le virus de la varicelle et celui-ci est très contagieux. Pour atteindre l'organisme, le virus doit entrer en contact avec une muqueuse (par exemple, les yeux, la bouche ou le nez). Se laver les mains est donc de mise pour éviter de contaminer d'autres personnes qui n'ont jamais eu la varicelle, plus particulièrement les femmes enceintes, les nouveau-nés et les personnes dont le système immunitaire est affaibli.

La vaccination : la meilleure façon de se protéger

Le vaccin est recommandé à la majorité des personnes de 60 ans ou plus et peut être administré sans contre indication à partir de 50 ans. Cette solution demeure la plus efficace pour se protéger de la maladie. Si toutefois la maladie apparaît malgré la vaccination, son intensité et sa durée seront beaucoup moins intenses. Parlez-en à un professionnel de la santé!

Cliquez ici pour en savoir plus

En somme, il est important d'être bien informé sur le zona puisqu'il touche plusieurs personnes, à différents degrés. Vous pourrez ainsi mieux comprendre la maladie, prendre les moyens nécessaires pour éviter de la contracter et la soigner, si nécessaire.

Sources

¹ Site Web Passeportsante.net. http://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=zona_pm
Consulté le 10 août 2015.