

FOLLICULITE

DE QUOI S'AGIT-IL?

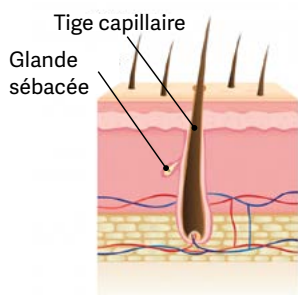
La folliculite est une inflammation des follicules pileux, les petites ouvertures à partir desquelles chaque poil pousse.

CAUSES

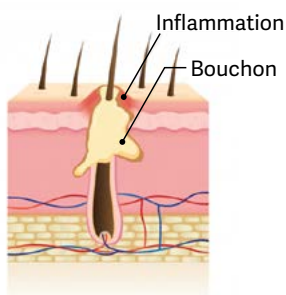
La folliculite survient habituellement lorsque les follicules sont endommagés puis infectés par des bactéries, des champignons, des virus ou des levures. Le plus souvent, c'est la bactérie *Staphylococcus aureus* qui est en cause.

L'irritation causée par le rasage, l'épilation à la cire ou la friction des vêtements est l'une des causes courantes.

Tige capillaire saine



Tige capillaire enflammée



APPARENCE

La folliculite peut se produire sur n'importe quelle partie du corps où vous avez des poils. Les symptômes sont notamment des grappes de petites bosses semblables à des boutons autour des follicules capillaires, des bosses ou des cloques remplies de pus, des démangeaisons ou une peau sensible au toucher.

Selon sa cause, la folliculite est aussi appelée « folliculite du spa » (ou du bain tourbillon), « boutons de rasage » et « rougeurs de la barbe ».



PRÉVENTION

Vous pouvez essayer de réduire la sensibilité de la peau affectée en appliquant une compresse chaude et humide et en nettoyant chaque jour la zone problématique. Si le problème s'aggrave ou ne se résorbe pas dans les trois jours, consultez votre médecin. Il devra peut-être vous prescrire un traitement.

La folliculite a tendance à revenir, mais on peut souvent la prévenir en adoptant les mesures suivantes :

Évitez les vêtements serrés — Lapeau peut être irritée par des vêtements rugueux ou serrés (cols de chemise fermés, écharpes ou cols roulés, vêtements de sport extensibles). Les bactéries peuvent être piégées dans la peau sous des vêtements obstructifs ou extensibles.

Rasez-vous moins souvent — Selon le taux de croissance de votre barbe ou si votre barbe frise, vous pourriez vous raser moins souvent (deux fois par semaine, comme le lundi et le jeudi, par exemple).

Gardez la peau propre — Évitez de toucher la peau affectée avec des mains ou des débarbouillettes sales; changez vos sous-vêtements et vos vêtements tous les jours, surtout après une activité physique qui cause de la transpiration.

Baignez-vous uniquement dans des spas (bains tourbillons) ou des piscines chauffées propres — Les bains tourbillons mal entretenus peuvent favoriser un certain type de folliculite causée par les bactéries *pseudomonas*. Ce type de folliculite peut nécessiter un traitement au moyen d'antibiotiques administrés par voie orale.

CONSEILS POUR LE RASAGE

Préparez la peau — Nettoyez la peau à l'eau tiède et au savon pour ramollir les poils.

Choisir un gel de rasage lubrifiant — Il aidera à protéger la peau contre les éraflures et les coupures.

Utiliser une nouvelle lame — Choisissez une lame neuve, bien aiguisée, chaque fois que vous vous rasez.

Ne vous rasez pas de trop près — Optez pour un rasoir muni d'une seule lame plutôt qu'un rasoir multi-lames. Rasez dans le sens de la pousse du poil. Ne vous rasez pas dans les deux sens, dans des directions opposées. Essayez d'éviter de tirer sur la peau pendant le rasage.

Apaisez votre peau — Une compresse froide ou une débarbouillette mouillée d'eau froide peut prévenir l'irritation et limiter l'enflure de la peau fraîchement rasée.

Réduire la formation de poils incarnés — Le lendemain du rasage, envisagez l'application d'un gel ou d'une lotion en vente libre contenant de l'acide salicylique (1 à 2 %) ou de l'acide glycolique (5 %) pour aider à garder la peau lisse autour des poils et éviter qu'ils s'incarnent en repoussant.



Des informations complémentaires sur la folliculite sont disponibles en ligne.

DERMATOLOGUE.CA

