

DÉCOLORATION DES ONGLES

DE QUOI S'AGIT-IL?

Lorsque quelque chose ne tourne pas rond, un signe qui ne ment pas est la décoloration des ongles. Des ongles en santé ont une teinte rosée et une coloration uniforme. Divers problèmes des ongles ou des maladies affectant une autre partie du corps peuvent causer une coloration anormale des ongles.



SIGNES ET SYMPTÔMES

- **Jaune** : Le jaunissement des ongles peut être causé par un lymphœdème (l'accumulation de liquide lymphatique dans les tissus), une maladie pulmonaire ou le psoriasis.
- **Vert** : Le « syndrome des ongles verts » est souvent causé par une infection fongique appelée *Pseudomonas*.
- **Brun** : Les ongles peuvent être tachés de brun par l'usage de la nicotine, l'emploi de vernis à ongle et même la chimiothérapie.
- **Mauve** : Une ecchymose causée par une blessure peut colorer en mauve une partie d'un ongle. Des stries rouges ou mauves peuvent aussi être le résultat d'une hémorragie linéaire sous-unguéale (c.-à-d. des petits saignements qui se produisent sous l'ongle).
- **Bleu** : Les ongles peuvent virer au bleu suite à l'ingestion de l'antibiotique minocycline et de plusieurs autres médicaments oraux.
- **Noir** : Habituellement provoqués par une infection à la bactérie *Pseudomonas*, les ongles noirs peuvent aussi être causés par des ecchymoses sévères. Certains patients dont le teint est plus foncé peuvent également observer un assombrissement uniforme de leurs ongles ou l'apparition de lignes foncées sur leurs ongles au fur et à mesure qu'ils vieillissent. Cependant, la possibilité d'un mélanome sous-unguéal (voir « Mélanome sous-unguéal » pour plus d'information) ne doit jamais être écartée en présence d'une décoloration noirâtre des ongles.
- **Blanc** : Des ongles blancs peuvent être un trait héréditaire ou le signe d'une carence en albumine (déficience protéique). Des stries blanches peuvent se développer suite à un traumatisme de l'ongle. Les ongles peuvent aussi se décolorer et virer au blanc suite à un vitiligo, une maladie de la peau caractérisée par une perte de pigmentation.



ONGLES CASSANTS

DE QUOI S'AGIT-IL?

L'onychoschizie se caractérise par une fragilisation des ongles qui s'amincissent, se ramollissent et se fissurent. Ce problème commun est plus prévalent chez les femmes et apparaît habituellement avec le vieillissement. Des ongles fragiles peuvent aussi être le reflet de problèmes de santé comme des maladies de la thyroïde.



CAUSES

Il existe de rares cas dans lesquels des anomalies liées aux ongles peuvent être associées à une maladie (en général, ils peuvent refléter une carence en fer ou une maladie thyroïdienne), mais la plupart des cas de fragilisation des ongles sont souvent causés par une surexposition à l'eau et à des savons et détergents puissants, ainsi que l'utilisation excessive de vernis à ongles et le recours à des manucures répétés. Le fait de mouiller et de faire sécher ses ongles à répétition les fait gonfler et se contracter, ce qui les fragilise. Les ongles cassants peuvent être le résultat d'une exposition à des conditions trop sèches et trop humides. Lorsque les ongles se cassent en raison d'humidité excessive, ils peuvent ramollir et se décoller. Les traumatismes répétés aux ongles peuvent également les fendre ou les ramollir.

TRAITER LA FRAGILISATION DES ONGLES

- Évitez l'exposition superflue des ongles à l'eau. Portez des gants en caoutchouc lorsque vous lavez la vaisselle ou faites du nettoyage dans votre maison.
- Réduisez votre recours aux manucures, aux vernis à ongles et aux dissolvants pour vernis à ongles.
- Hydratez-vous régulièrement les mains.
- Coupez-vous les ongles en ligne droite ou avec un léger arrondissement à l'aide de coupe-ongles ou de ciseaux bien aiguisés.
- Une lime à ongles permet également d'égaliser la longueur des ongles déchiquetés afin de prévenir de nouveaux dommages. Assurez-vous d'employer une lime qui n'est pas faite de métal et de vous polir les ongles uniquement dans la direction de la croissance de l'ongle, pour éviter que l'ongle ne se fende davantage.
- Évitez de vous ronger les ongles ou de leur infliger des lésions (par exemple, ne pas utiliser vos ongles pour ouvrir un emballage).
- Il n'y a pas suffisamment de preuves scientifiques pour que l'on puisse recommander le recours à des suppléments sans ordonnance tels que la biotine contre les cas d'ongles fragiles. Ces suppléments posent également des risques, comme l'interférence avec des analyses sanguines courantes.

