



Fiche d'information sur les crèmes, pommades, onguents, huiles et gels utilisés dans le traitement du Lichen scléreux

Pommades à la cortisone

Dans le traitement du LS, on utilisera en priorité des pommades à base de cortisone très puissante avec comme substance active, le propionate de clobétasol. Voir www.lichensclereux.ch ou www.lichensclereux.fr : *À destination des médecins et des patient.e.s.*

Lorsqu'elle est utilisée pour la première fois, la pommade à la cortisone peut provoquer une sensation de brûlure accrue, une gêne dans la zone intime qui normalement disparaît en deux semaines au plus.

Si ce n'est pas le cas, contactez votre médecin. Il est rare que les malades ne tolèrent pas les pommades à la cortisone. Le plus souvent il s'agit d'une intolérance aux substances associées (excipients) dans la pommade et non à la cortisone (substance active) elle-même. Si les différentes pommades à la cortisone destinées à la thérapie ne sont pas tolérées, les antagonistes de la calcineurine peuvent fournir une bonne alternative à la cortisone, et en particulier le Tacrolimus (Protopic®).

Dans le cas où au cours du traitement, vos problèmes de santé s'aggraveraient au lieu de s'améliorer, vérifier si le diagnostic du LS est bien exact en faisant établir un second diagnostic pourra être nécessaire.

Pour traiter le LS, de nombreux produits sont disponibles sous forme de pommade ou bien de crème (exemple pommade Dermovate® (Derموval® en France) et crème Dermovate®). On utilisera les pommades de préférence aux crèmes, moins nourrissantes.

Il est indispensable de compléter la thérapie à la cortisone par des **soins quotidiens et réguliers des parties intimes avec des pommades émollientes**. Soignez également l'anus ; lui aussi peut être atteint par le LS (surtout chez les femmes).

Les œstrogènes par voie vaginale ou application autour du méat urinaire

Les pommades ou crèmes hormonales à base d'œstrogènes ne sont pas adaptées au traitement du LS. Cependant, elles peuvent aider à lutter contre une sécheresse du vagin, apparaissant conjointement au LS et qui nécessite un traitement.

Une application sur le méat urinaire de crème à base d'œstrogènes est souvent prescrite par les spécialistes lors problèmes urinaires semblables à des cystites mais sans présence de germes pathogènes.

Produits de soins

L'Association Lichen Scléreux se défend de recommander spécifiquement **un** produit parmi ceux disponibles sur le marché. Elle se contente d'informer sur ceux jugés efficaces par ses membres.

En ce qui concerne l'industrie pharmaceutique, l'Association se veut indépendante. Le Comité n'autorise aucune publicité de produits ni sur son site, ni lors de ses rencontres annuelles.

Certains produits de soins fréquemment utilisés, sont répertoriés dans la rubrique [Plateforme d'informations - Produits de soins de l'Espace membres](#). Les groupes d'échange régionaux et les forums de l'Association permettent à chacun d'échanger ses expériences sur ces produits.

Bon à savoir / à noter :

Crèmes, pommades, onguents, huiles - quelle différence ?

Les crèmes sont moins huileuses, n'offrent pas une protection optimale, contiennent plus d'eau et nécessitent davantage d'émulsifiants et de conservateurs qui peuvent assez rapidement à leur tour entraîner des intolérances (allergies).

Les pommades sont plus grasses, offrent une meilleure protection, prennent mieux soin de la peau dans le cas du LS et contiennent moins d'émulsifiants et conservateurs. La peau absorbe mieux les pommades que les crèmes.

L'**onguent** est fabriqué sur la même base que la pommade. La différence réside dans le fait que l'onguent ne peut être absorbé par la peau qu'uniquement par friction.

Les huiles ont des propriétés adoucissantes mais globalement sont d'une efficacité (soin, protection) limitée.

LE produit de soin pour la peau n'existe pas ! Certaines personnes ont des réactions allergiques aux huiles les plus naturelles, ou bien ont simplement plus d'affinité avec les crèmes qu'avec les pommades.

Quel que soit le produit de soin choisi, attention à bien regarder les ingrédients et les additifs (pas de parfum ! Etc.) [Tester le produit plusieurs jours, s'en abstenir en cas de mauvaise tolérance](#)). La peau a besoin d'un certain temps pour s'adapter, des changements trop fréquents peuvent nuire.

La lanoline, la cire d'abeille, la lavande, la camomille ou d'autres ingrédients contenus dans les produits de soins peuvent provoquer des réactions indésirables. Avec l'application *Codecheck*, vous identifierez très facilement les ingrédients entrant dans la composition votre produit et aurez un avis sur son innocuité et son intérêt pour la santé. <https://www.codecheck.info>

Vaseline / Paraffine

Les noms *Vaseline* et *Paraffine* signifient que les produits sont fabriqués à partir de pétrole.

Ils protègent bien, mais ne soignent pas, et en raison de leur origine, peuvent aussi provoquer des allergies et parfois obstruer les pores.

Il est préférable d'utiliser ces produits **UNIQUEMENT** lorsque vous allez nager ou vous baigner dans une piscine dans l'eau est traitée. Ensuite, bien éliminer les restes de pommade et appliquer votre produit de soin habituel.

Gels (Lubrifiant / aide à l'étirement)

Les gels ont une moindre fonction de protection, de soin ou de graissage. Ils sont utiles comme lubrifiants lors des rapports sexuels ou d'étirements avec des dilataateurs.

Il existe différents produits, à base d'eau, (Ex *Monasens* ou *Pjurmed*.)

Les gels ne sont recommandés que dans ces cas et ne doivent pas être utilisés pour les soins. **Attention** : En cas d'exercices de dilatation de l'entrée du vagin : les gels contenant du silicone sont à proscrire : ils peuvent attaquer et endommager la substance des dilataateurs.

Attention aux remèdes prometteurs

Il arrive sans cesse sur le marché, des produits censés "soigner" le lichen.

Avec des patients qui souffrent, il est tentant de s'enrichir.... Certains membres de l'Association ont déjà eu la désagréable expérience de se voir proposer un produit coûteux, bien emballé et "spécialement conçu pour le lichen". Coût : 60 euros, pour un petit tube. Il s'avère alors que dans chaque cas, les ingrédients sont tout à fait ordinaires, et même quelque peu nocifs pour le lichen.

Restez vigilantes. Vérifiez les ingrédients avant tout achat.

En résumé :

Pour un traitement optimal du Lichen Scléreux, on utilisera dans la quantité minimum la pommade à la cortisone prescrite pour la thérapie + en large quantité un produit pour les soins quotidiens.