





Plan de traitement de la dermatite atopique








Guide du patient

Votre professionnel de la santé recommande le plan de soins suivant.

Soins de la peau toute l'année

✓ si nécessaire	Régime de soins de la peau	Nombre de fois par jour	Durée	Remarques
	 Bain : eau claire, savon non parfumé, trempez le corps pendant 15 minutes	Une fois par jour	Toujours	
	 Appliquez une crème hydratante sur le corps et le visage pendant que la peau est encore humide	Après le bain une fois par jour	Toujours	
	 Appliquez du pimécrolimus sur les zones de dermatite atopique (DA)	Deux fois par jour	Jusqu'à la guérison	
	 Utilisez de l'hydroxyzine	Au coucher	Au besoin	Pour les démangeaisons

Soins de la peau pendant les poussées de DA

✓ si nécessaire	Régime de soins de la peau	Nombre de fois par jour	Durée	Remarques
	 Ajoutez 1/2 tasse d'eau de Javel à l'eau du bain	Une fois par jour	2 semaines	
	 Appliquez le médicament tel que prescrit	Deux fois par jour	2 semaines	Si l'eczéma ne s'améliore pas (moins de rouge, de démangeaisons), appelez votre professionnel de la santé.
	 Appliquez une crème hydratante sur les zones affectées du corps et du visage	Après le bain et plusieurs fois par jour	Toujours	La crème hydratante doit toujours être appliquée après les médicaments.
	 Utilisez la thérapie par enveloppement humide (TEH)	2 à 24 heures, selon votre degré de tolérance	Plusieurs jours ou selon les directives	
	 Appliquez une pommade à l'hydrocortisone 2,5 % sur les zones de DA	Deux fois par jour	14 jours	Pas sur le visage
	 Appliquez une pommade à la triamcinolone 0,1 % sur les zones de DA	Deux fois par jour	14 jours	Pas sur le visage
	 Utilisez de l'hydroxyzine	Au coucher	Au besoin	Pour les démangeaisons

Plan de traitement de la dermatite atopique au moyen d'une thérapie par enveloppement humide

Guide du patient



Appliquez un agent topique sur la zone atteinte.



Recouvrez-la d'une première couche humide de bandages tubulaires, de gaze ou de coton. Pour les zones étendues, recouvrez-les d'une couche humide de pyjama, de chaussettes ou de vêtements non irritants.



Ajoutez une deuxième couche sèche sur la zone. Pour les zones étendues, ajoutez une deuxième couche sèche de pyjama, de chaussettes ou de vêtements non irritants.



Portez l'enveloppement pendant plusieurs heures et jusqu'à 24 heures à la fois, selon votre degré de tolérance.



Utilisez cette méthode pendant plusieurs jours ou selon les instructions de votre professionnel de la santé.

La TEH augmente la pénétration du médicament topique dans la peau, diminue la perte d'eau et fournit une barrière qui empêche de se gratter.

Stratégies comportementales

Pour les adultes et les enfants



Pour éviter le grattage :

- Appliquez une compresse froide ou une débarbouillette fraîche sur les zones qui démangent.
- Réalisez des exercices d'imagerie mentale dirigée qui favorisent la détente et la distraction.

Pour les enfants

- Concentrez-vous sur ce que votre enfant peut faire lorsqu'il a des démangeaisons pour augmenter son sentiment de contrôle
- Redirigez-le vers des activités pratiques telles que le dessin, les blocs de construction ou l'électronique portable
- Pour les moments déclencheurs (heure du conte à l'école maternelle), occupez ses mains avec une balle anti-stress.
- Évitez de dire « pas de grattage » trop souvent, ce qui peut augmenter le stress.

Pour les adultes et les enfants



Pour favoriser le sommeil :

- Réappliquez la crème hydratante avant le coucher.
- Évitez les appareils électroniques (téléviseur, tablette) avant de dormir.
- Gardez une routine régulière au coucher (bain, soins de la peau, livres, musique ou CD de relaxation).

Pour les enfants

- Une fois que la santé de la peau s'est améliorée, suivez un plan comportemental au besoin pour résoudre les problèmes au coucher ou les réveils nocturnes.

Pour les enfants

Pour promouvoir l'efficacité du traitement :

- Jouez à des jeux avec les soins de la peau (dessinez sur le corps avec une crème hydratante; appliquez-la d'abord aux parents; feu rouge, feu vert; essayez de « battre votre meilleur temps »).

- Écoutez un livre audio dans la baignoire pour distraire l'enfant.
- Faites participer l'enfant à l'application de la crème hydratante pour augmenter le contrôle.
- Félicitez l'enfant pour sa participation.

Stratégies en fonction de l'environnement



Pour favoriser un environnement sans irritants :

- Évitez la moquette si possible.
- Si la maison est recouverte de moquette, passez l'aspirateur avec un aspirateur à filtre HEPA une fois par semaine.
- Gardez l'humidité à moins de 50 %.
- Utilisez des housses anti-acariens sur le lit et les oreillers.

- Lavez la literie et les animaux en peluche à l'eau très chaude et utilisez un réglage de séchage chaud.
- Réduisez au minimum les animaux en peluche et l'encombrement dans la chambre.
- Évitez les parfums dans les produits de nettoyage domestiques, la lessive, les bougies et les désodorisants.

Contactez-nous :