

# Le zona

## Qu'est-ce que le zona ?

- Le zona est une maladie virale due au même virus que celui qui provoque la varicelle (le virus varicelle zona ou VZV).
- Après une varicelle, en général contractée dans l'enfance, des virus restent dans l'organisme (au niveau des ganglions des nerfs sensitifs) sans provoquer de maladie grâce aux défenses immunitaires.
- Lorsque les défenses immunitaires baissent, par exemple avec le vieillissement, à cause d'une maladie chronique, de la prise de certains médicaments ou encore d'un stress important, le virus peut se réactiver et de nouveau devenir virulent : la maladie qu'il provoque alors est le zona.
- Plusieurs dizaines d'années peuvent séparer une varicelle d'un zona, celui-ci devenant plus fréquent surtout après 60 ans mais on ne peut avoir de zona si l'on n'a jamais eu la varicelle.
- Le zona ne survient en général qu'une fois, mais il peut récidiver chez certaines personnes (immunodéprimés, grand âge). Il est contagieux en ce sens qu'il peut provoquer une varicelle chez des personnes qui ne l'ont jamais eue. En cas de zona, il faut donc éviter les contacts directs avec des jeunes enfants et des personnes souffrant de maladies chroniques graves (Sida, cancer...) qui pourraient contracter une infection grave.

## Comment se manifeste le zona ?

- Le zona débute par l'impression d'une peau "hypersensible" ou des sensations de brûlures ou des picotements, plus rarement par de véritables névralgies (douleur aiguë du zona qui sont à différencier des douleurs post-zostériennes).
- Ces symptômes apparaissent sur une zone précise et limitée de la peau : le plus souvent au niveau d'une bande le long d'une côte sur un seul côté du thorax (zona thoracique), parfois sur le visage (moitié du front et autour de l'œil, oreille), un côté du cou et du bras (zona cervico-brachial), une fesse, une cuisse...
- Dans les jours suivants apparaissent sur la même zone des plaques rouges légèrement en relief. Elles sont toujours unilatérales : c'est la caractéristique du zona.
- Peu après, ces plaques, qui peuvent rester isolées les unes des autres ou se réunir en un placard plus grand se couvrent de minuscules cloques (ou vésicules) transparentes au début puis troubles et qui peuvent se réunir entre elles.

*Le zona est une maladie infectieuse fréquente, due à la réactivation du virus varicelle-zona. Il toucherait 20 % de la population. Il peut survenir à tout âge mais concerne dans la grande majorité des cas les sujets de plus de 50 ans. Il est le plus souvent bénin mais peut dans certains cas entraîner quelques complications.*

- En quelques jours, les cloques se flétrissent et se dessèchent et sont remplacées par des petites croûtes jaunâtres ou brunâtres qui vont progressivement disparaître en laissant parfois quelques cicatrices. La maladie dure au total 3 à 4 semaines.
- L'éruption s'accompagne, surtout après 65 ou 70 ans, de douleurs dans la zone concernée. Elles sont généralement superficielles et peu intenses mais peuvent être beaucoup plus importantes chez les sujets âgés et persister même après la disparition des plaques.
- Le zona est dans la majorité des cas une maladie bénigne sauf :
  - quand il atteint la zone de l'œil (zona ophtalmique) car il peut alors concerner la conjonctive et la cornée avec dans ce cas des complications parfois graves. Le zona ophtalmique peut être à l'origine de douleurs post-zostériennes intenses et prolongées ;
  - quand il atteint la région de l'oreille (zona otitique) car il peut se compliquer d'une paralysie faciale ;
  - quand il survient chez des malades dont l'immunité est très faible (cancéreux, malades du Sida) : il peut alors être très étendu ;
  - quand il provoque des douleurs intenses et persistantes (appelées algies post-zostériennes) souvent très difficiles à soulager. La douleur est la complication post-zostérienne majeure, sa fréquence augmentant avec l'âge.
  - quand dans de très rares cas il se complique de manifestations neurologiques (encéphalite, myélite, méningite) ou de zona généralisé.
- La survenue d'un zona, surtout avant 50 ans, conduit en général le médecin à pratiquer un bilan à la recherche d'une maladie pouvant entraîner une baisse de l'immunité.

## Comment traite-t-on le zona ?

- Le zona guérit habituellement tout seul et chez les personnes de moins de 50 ans, le traitement peut se résumer à des médicaments contre la douleur et des précautions d'hygiène pour nettoyer les lésions (douches ou bains quotidiens avec un savon dermatologique, éviter les antibiotiques et antiviraux locaux).
- Après 50 ans et toujours en cas de zona étendu ou de zona ophtalmique et otitique, un traitement avec un médicament anti-viral est entrepris en général pour une durée de 7 jours. Un examen ophtalmologique et la prise de médicaments adaptés pour protéger l'œil complètent la prise en charge du zona ophtalmique.
- En cas de zona étendu chez un sujet immunodéprimé, l'hospitalisation peut s'avérer nécessaire pour administrer les médicaments antiviraux par voie intraveineuse.

- Les douleurs aiguës sont traitées par des antalgiques banals (sans corticoïdes). Les douleurs persistantes sont souvent difficiles à soulager : une consultation auprès d'un centre anti-douleur peut-être alors être utile.

Un vaccin a été récemment mis au point contre le zona. Lorsqu'il sera disponible, il sera destiné aux personnes de plus de 60 ans.



Cachet du médecin