

# Le zona, cette maladie tant redoutée

Les personnes ayant déjà eu la varicelle ont 30 % de chances de contracter un zona par la suite. La vaccination peut réduire considérablement la charge de la maladie dans tous les groupes d'âge.

TEXTE: JÜRIG LENDEMANN

Même si vous ne vous souvenez pas, il est très probable que vous ayez eu la varicelle pendant votre enfance. «Pratiquement toute la population adulte (98 %) a des anticorps contre le virus, elle a donc déjà connu la maladie dans l'enfance», indique l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Le virus en question s'appelle le virus varicelle-zona.

La varicelle est très contagieuse et se propage principalement par des infections par gouttelettes, mais aussi par contact cutané (infection par contact). Chez les enfants de moins de 10 ans, la maladie est généralement désagréable mais bénigne. Elle se caractérise par des vésicules qui démangent surtout sur le tronc et le visage. Chez les adultes, les femmes enceintes, les personnes immunodéprimées et les personnes âgées, la maladie peut entraîner des formes graves et même être mortelle.

## Virus dormant

Avoir contracté la varicelle, entraîne une immunité à vie, mais uniquement contre la varicelle. En effet, le virus de la varicelle-zona reste latent dans les ganglions nerveux du corps et peut y rester «endormi» pendant des décennies, car notre système immunitaire le garde sous contrôle. Cependant, si nos défenses immunitaires sont affaiblies, par exemple en raison du stress ou du vieillissement, les virus peuvent se réactiver. Ils peuvent alors déclencher une deuxième maladie: le zona. On l'appelle aussi herpès zoster ou zona. Les virus réactivés migrent depuis les ganglions nerveux, généralement au nombre de un à trois, le long des nerfs vers les zones cutanées qu'ils desservent, appelées dermatomes. Après des symptômes non spécifiques tels que de la fatigue et des maux de tête, des douleurs intenses et persistantes ainsi que des démangeaisons, des brûlures, des fourmillements et des picotements peuvent survenir dans les dermatomes concernés. Plus tard, les vésicules typiques se forment sur la peau rouge. Ces lésions



### Chaque année, en Suisse, environ 30 000 personnes contractent le zona, jusqu'à 3000 doivent être hospitalisées.»

contiennent de nombreux virus dans leur liquide transparent. Lorsque les vésicules éclatent, les agents pathogènes peuvent se propager par contact cutané. Après quelques jours, les vésicules se dessèchent.

L'éruption cutanée inflammatoire est généralement linéaire et se limite à un côté du corps. Le nom de «zona» vient du fait que les éruptions cutanées sur le haut du corps ont généralement la forme d'une ceinture. En cas de suspicion, il est conseillé de consulter un médecin.

Selon l'OFSP, des complications surviennent dans environ 30 pour cent de tous les cas de zona. «Dans 10 à 20% des cas, un œil est touché par l'éruption (risque de cécité).»

#### Traitement du zona

«Le traitement de la varicelle ou du zona se limite dans la plupart des cas à atténuer les symptômes», écrit l'OFSP. Il s'agit en premier lieu de soulager la douleur des personnes malades. Selon le stade de la maladie, l'éruption cutanée est traitée de manière asséchante ou antiseptique. Dans certains cas, on utilise des médicaments qui inhibent la multiplication des virus. Ils raccourcissent le processus de guérison et peuvent prévenir une évolution compliquée de la maladie. Même après la cicatrisation des zones cutanées touchées, certaines personnes ressentent des douleurs de différents types qui les gênent beaucoup.

#### Prévention par la vaccination

Afin de réduire le risque de contracter la varicelle et de développer ultérieurement le zona, l'OFSP recommande de vacciner les nourrissons. Dans la mesure du possible, la vaccination contre la varicelle devrait être combinée avec celle contre la rougeole, les oreillons et la rubéole: grâce au vaccin MMRV. «La vaccination avec deux doses protège à plus de 90% contre la varicelle et à plus de 95% contre les formes graves et les complications. La plupart des personnes vaccinées n'attrapent donc plus la varicelle, les autres peuvent développer une forme légère de la maladie.» Les coûts de la vacci-



Les virus varicelle-zona réactivés peuvent provoquer le zona.

nation de base pour les nourrissons et les jeunes enfants sont pris en charge par l'assurance maladie obligatoire.

«Une vaccination de rattrapage est recommandée pour tous les enfants, adolescents et adultes âgés de 13 mois à 39 ans (c'est-à-dire jusqu'à leur 40<sup>e</sup> anniversaire) qui n'ont pas encore eu la varicelle et qui n'ont pas encore reçu deux doses de vaccin contre cette pathologie.»

À partir de 2022, la vaccination contre le zona est recommandée en Suisse pour les personnes en bonne santé âgées de 65 ans et plus ainsi que pour les patients immunodéficients âgés de 50 ans et plus, et les patients présentant une immunodéficiência sévère à partir de 18 ans et plus. <

**JÜRGEN LENDEMANN** est docteur en biologie végétale. Après des années de pratique pharmaceutique, il écrit depuis 2001 en tant que rédacteur pour des médias spécialisés. Il travaille pour des médias grand public, principalement sur des thèmes liés à la santé.

#### 30 000 cas de zona par an

- > En Suisse, environ 80 000 enfants et plus de 3000 personnes de 16 ans et plus, contractent chaque année la varicelle, et environ 30 000 le zona.
- > Plus de 20 000 consultations par an sont liées au zona.
- > Chaque année, entre 2000 et 3000 personnes, principalement des adultes plus âgés, sont hospitalisées pour un zona.
- > Environ un tiers des personnes ayant eu la varicelle développent un zona au cours de leur vie. Les personnes âgées, généralement de plus de 60 ans, sont plus souvent touchées que les jeunes, les femmes plus souvent que les hommes.
- > Si le système immunitaire est affaibli, une personne peut contracter le zona plusieurs fois.
- > Une vaccination aussi précoce que possible chez le nourrisson (ou une vaccination de rattrapage pour ceux qui ne sont pas encore immunisés) protège non seulement contre la varicelle, mais réduit aussi considérablement le risque de zona plus tard dans la vie.

#### Sources/Informations

- OFSP, pharmawiki.ch, netdoktor.ch