



Savoir

# Mycose des ongles: Un traitement de longue haleine

**Onychomycoses** Outre des mesures d'hygiène et des antifongiques efficaces, la mycose des ongles nécessite avant toute chose: discipline et patience.

TEXTE: JÜRIG LENDEMANN

«L'onychomycose est l'un des diagnostics les plus courants en dermatologie», indique la «Ligne directrice sur la mycose des ongles» de la Société allemande de dermatologie V. (DDG). En Suisse, on estime qu'entre 4 et 15% de la population est touchée par la mycose des ongles, les personnes âgées plus souvent que les jeunes, les hommes plus souvent que les femmes. Les ongles des pieds sont quatre fois plus susceptibles d'être affectés que les ongles des mains. Alors que les ongles des pieds sont généralement infectés par des dermatophytes, notamment *Trichophyton rubrum*, les ongles des mains sont souvent infectés par des champignons du genre *Candida*.

La plupart du temps, la maladie commence au niveau du gros orteil. Le champignon se développe généralement à partir du bord antérieur de l'ongle. Celui-ci prend une coloration blanchâtre, jaunâtre ou brunâtre, devient terne, rugueux et épais. Le processus est si lent que la maladie n'est souvent remarquée que tardivement. Cela augmente le risque de propagation à d'autres ongles, parfois même à la peau, rendant le traitement encore plus long.

## Facteurs de risque

Au moins la moitié des maladies sont précédées d'une infection fongique. D'autres facteurs de risque incluent les troubles circulatoires, la transpiration excessive (transpiration des pieds), les neuropathies périphériques, l'immunodéficience, le diabète, les blessures aux ongles et de la peau (pédicure, blessures sportives), ainsi que les chaussures trop étroites ou mal aérées. Les pieds des sportifs fortement sollicités et transpirants sont particulièrement exposés: dans une étude publiée dans «Hausarzt» portant sur 84 footballeurs professionnels de la première division allemande, 60% souffraient d'une mycose des ongles (DOI: 10.1007/s00105-017-4120-3).

## Prévention de la mycose des ongles

Pour prévenir une infection fongique des pieds ou éviter qu'elle ne s'aggrave, les chaussettes/bas doivent être changés tous les jours et les chaussures bien aérées. Les deux doivent être régulièrement désinfectés. Comme les mycoses des pieds et des ongles sont très contagieuses, il convient de porter ses propres chaussures de bain lors de la fréquentation des piscines, des vestiaires,

des saunas et des douches, de laver et de sécher soigneusement ses pieds avant de s'habiller. Les chaussures doivent être bien aérées et absorber la transpiration. Les ongles épais doivent être coupés ou limés, si nécessaire dans un cabinet de podologie. Les instruments utilisés pour les soins des ongles doivent être régulièrement désinfectés et ne pas être partagés avec d'autres personnes.

## Thérapies

Plus une maladie est traitée tôt, plus le succès est grand. Alors que pour les mycoses des pieds, les antifongiques sont appliqués sous forme de crèmes ou de sprays, les vernis à ongles contenant des substances actives comme l'amorolfine ou le ciclopirox conviennent au traitement local des infections des ongles modérées. Ces produits sont disponibles en vente libre (liste D).

Comme le traitement d'une mycose des ongles est coûteux et complexe, la maladie doit être diagnostiquée au préalable afin d'exclure d'autres pathologies. «Une infection fongique peut toujours être guérie si le diagnostic est correct», explique le professeur Pietro Nenoff, expert en mycologie de la DDG. Pour se faire, il faut examiner un morceau d'ongle, pour ceci différentes méthodes sont disponibles.

Le traitement avec un vernis à ongles antifongique doit être poursuivi jusqu'à ce que les ongles infectés repoussent sains. Pour les ongles des orteils, cela peut prendre neuf à douze mois.

En cas de mycose des ongles persistante, le traitement par vernis à ongles est combiné à une thérapie systémique ou une thérapie systémique est utilisée seule. Parmi les substances actives figurent notamment l'itraconazole et la terbinafine; les préparations sont soumises à prescription médicale (liste B). Les traitements internes sont généralement plus efficaces que les traitements externes, mais peuvent provoquer davantage d'effets indésirables.

«Les chances de guérison sont les plus grandes lorsque 30 à 50% maximum de la surface de l'ongle est touchée. Il ne faut donc pas attendre longtemps», conseille le professeur Nenoff.

**JÜRGEN LENDENMANN** 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.

### SOURCES:

doccheck.com, pharmawiki.ch, pschyrembel.de, uzh.ch, idw-online.de