

VIRUS

# Le zona, virus sournois

Il arrive d'un coup, et douloureusement. Quelques conseils pour y faire face.

**L**e virus du zona est un virus de la même famille que celui de l'herpès, il est à l'origine d'une dermatose virale fréquente. En fait, il est la manifestation d'une réactivation du virus de la varicelle. Après sa guérison, ce dernier "dort" dans les ganglions nerveux et peut se réactiver dans certaines circonstances comme l'âge, le stress, le VIH, une baisse de l'immunité. Parfois cette réactivation n'est provoquée par rien d'évident.

Le zona provoque une rougeur suivie d'une éruption qui se présente le plus souvent sur le tronc, la poitrine, le ventre, le dos, d'un seul côté. Plus rarement, il atteint les yeux et le conduit auditif (formes les plus douloureuses et problématiques). Les lésions apparaissent par poussées successives et plusieurs racines nerveuses peuvent être touchées simultanément.

La varicelle est une maladie courante de l'enfance et l'on constate souvent sa réactivation sous forme de zona au-delà des 50 ans et chez les personnes immunodéprimées. Cependant chez les personnes séropositives, le zona peut se présenter indépendamment du nombre de T4, de la charge virale ou d'un éventuel choc psychologique.

Le zona peut être fort douloureux. Le médecin traitant doit immédiatement prescrire (dans les 72 heures après l'apparition des rougeurs) le traitement classique de l'herpès, à savoir le Zelitrex® (valaciclovir - 6 comprimés / jour pendant 7 jours) ou l'aciclovir. Chez la personne nettement immunodéprimée, il est conseillé d'utiliser l'aciclovir en injection intraveineuse, Après ce traitement "d'attaque", il faut de la patience car le zona doit suivre son cours pendant un à trois mois avant sa guérison totale et spontanée. Le traitement, en effet, ne modifie pas l'évolution de l'éruption, mais il a un certain effet préventif des douleurs qui vont suivre.



Dans certains cas, les douleurs provoquées par un zona ("coups de poignards dans le dos" et les sensations de brûlure sur la peau appelées "feu du zona") peuvent devenir chroniques et invalidantes, même après la guérison. Les antalgiques classiques de type paracétamol ou, plus fort, Diantalvic®, doivent suffire à calmer la douleur mais pour les douleurs intenses et persistantes, il y a les patchs de morphine et aussi ceux de "Versatis"® (lidocaïne) - disponibles en pharmacie hospitalière, ainsi que d'autres médicaments psychotropes plus puissants.

Les massages des lésions, à effectuer avec douceur et de préférence plusieurs fois par jour avec du gel d'Aloé Véra, peuvent apporter une sensation de soulagement des brûlures et semblent même accélérer l'amélioration des lésions.

L'acupuncture peut dans certains cas diminuer la douleur. Des témoignages sur Internet évoquent même l'action positive de radiesthésistes sur la douleur associée au "feu du zona"...

Un vaccin contre le zona est disponible mais il semble peu probable qu'il soit un jour recommandé pour les personnes séropositives, surtout immunodéprimées. C'est la raison pour laquelle il nous a semblé plus approprié de vous donner quelques conseils pour faire face au zona lorsqu'il apparaît.