

Dermatoses du pied d'origine mécanique

Régulièrement sollicités, les pieds sont souvent confrontés à des affections d'origine mécanique au niveau de la zone de friction avec la chaussure. Les frottements, hyperpressions localisées et microtraumatismes les forcent à développer un mécanisme de défense à l'origine de dermatoses diverses.

© 2018 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés - dermatose ; hyperkératose ; phlyctène ; pied

Pierre DALIBON
Docteur en pharmacie

c/o Elsevier Masson,
65 rue Camille-Desmoulins,
92442 Issy-les-Moulineaux
cedex, France

Foot dermatoses of mechanical origin. Regularly used, the feet often suffer from conditions of mechanical origin around the friction zone with the shoe. Rubbing, localised pressure points and microtraumas force them to develop a defence mechanism which causes various dermatoses.

© 2018 Elsevier Masson SAS. All rights reserved

Keywords - blister; dermatoses; foot; hyperkeratosis

La bipédie confère aux pieds la charge de supporter le corps. Phlyctènes, hyperkératoses ou maladies touchant spécifiquement le sportif (hématomes intracornés et fibrolipomatose noduliforme hernioïde du talon) impactent la qualité de vie au quotidien et doivent être correctement prises en charge.

Phlyctènes mécaniques

Bénigne et invalidante, la phlyctène est constituée par un soulèvement d'un petit territoire épidermique sur les couches plus profondes de la peau, dessinant une saillie, et réalisant ainsi une bulle contenant un liquide (séreux, hémorragique, purulent...) [1].

Formation

Les frottements répétés sur la peau (chaussures inconfortables, mal ajustées, effort prolongé lors d'une marche ou d'une course...) créent tout d'abord une irritation. L'épiderme rougit, puis le derme s'en sépare, la saillie se remplissant le plus souvent d'un liquide séreux clair. Il s'agit d'un mécanisme de défense visant à protéger les tissus lésés sous l'ampoule en réduisant les pressions sous la plaie sous-jacente

et en protégeant du contact direct avec le milieu extérieur.

La taille des phlyctènes est variable, d'une tête d'épingle à plus de 3 cm. La chaleur et la transpiration excessive favorisent leur formation.

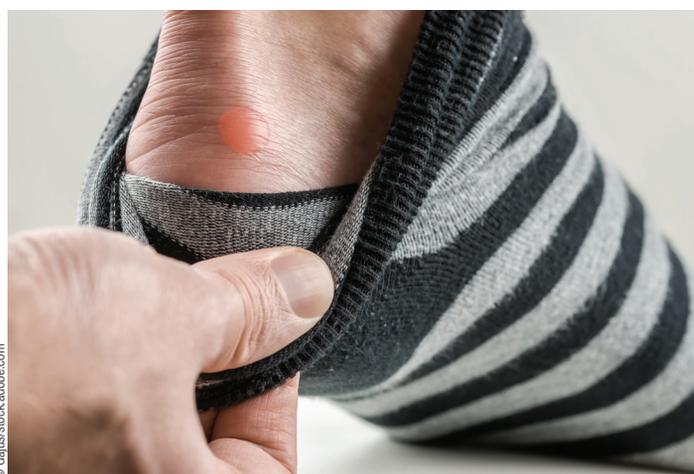
Évolution

Les phlyctènes sont douloureuses à la pression. En cas d'altération d'un vaisseau cutané, l'ampoule peut se gorger de sang et, plus rarement, s'infecter avec, pour signe distinctif, la présence de pus.

Traitement

Au stade de l'échauffement, il convient de refroidir la peau à l'aide de glace ou d'eau froide.

Une fois la phlyctène constituée, le respect de l'intégrité de l'ampoule est préférable de façon à garantir un milieu stérile pour le processus de cicatrisation. Si cela s'avère impossible (douleur importante, infection...), son évitement peut être réalisé à l'aide d'une tête d'aiguille stérile ou aseptisée (alcool à 70° et/ou chauffée à blanc), suivie d'une désinfection rigoureuse, tout



Occasionnée par un frottement répété, la phlyctène se forme pour réduire les pressions sur la plaie sous-jacente et la protéger du contact avec le milieu extérieur.

Adresse e-mail :
dalibonpierre@gmail.com
(P. Dalibon).

Notes

¹ Sillon superficiel formé sur les paumes, les plantes et la pulpe des doigts par les crêtes dermiques et disposé en lignes ou tourbillons.

² Sèches.

³ Le terme de "talon noir" est aussi utilisé.

en laissant la peau superficielle en l'état.

♦ **L'emploi des pansements hydrocolloïdes est conseillé**, de façon à mettre à profit les matériaux cicatriciels endogènes de la lymphe [2], car ils créent un milieu humide favorable à la cicatrisation. La carboxyméthylcellulose sodique qu'ils contiennent forme un gel au contact des exsudats. De plus, ils laissent passer l'oxygène tout en isolant de l'eau, des impuretés et des bactéries. Une méta-analyse de 2004 conclut à leur supériorité par rapport à un pansement conventionnel pour obtenir une cicatrisation complète et plus rapide des plaies [3]. Plus tôt le pansement sera appliqué, plus rapide sera la cicatrisation de l'ampoule. L'effet "seconde peau" permet, par ailleurs, de protéger de nouveaux frottements. Ces dispositifs se présentent sous diverses formes adaptées à chaque zone du pied : talon, plante ou côté du pied, orteils...

♦ **La mise en place du pansement est**

réalisée sur une peau sèche et propre. Pour une meilleure adhérence, il est recommandé de passer au préalable une compresse imbibée d'alcool à 70° sur le pourtour de l'ampoule et de laisser sécher, puis de réchauffer le pansement entre la paume des mains pendant quelques secondes pour le rendre plus souple. Il doit être laissé en place pendant trois à quatre jours, puis être enlevé lorsqu'il commence à se décoller.

Prévention

Le respect de mesures hygiéno-diététiques peut contribuer à limiter l'apparition des phlyctènes. Il est ainsi conseillé :

- de s'équiper avec des chaussures de qualité adaptées à sa pointure et bien ajustées ;
- de ne pas porter trop longtemps des chaussures neuves ;

- d'opter pour des chaussettes en coton ajustées de façon à limiter les zones de friction comme les plis ou éviter des chaussettes à doigts pour les ampoules à pré-dilection inter-orteil ;
- d'appliquer sur peau sèche une pommade lubrifiante comme du beurre de karité en forte concentration (Sports Akiléine Nok® anti-frottements) ou une huile végétale hydrogénée (Compeed® Stick anti-ampoules) afin de limiter le risque d'incidents cutanés, renforcer l'épiderme et protéger des frottements ;
- de renforcer la consistance de la peau de la plante des pieds dans le cadre de disciplines d'endurance (trail, trekking, marathon) en appliquant une solution tanante à base de sulfate de zinc et

L'hyperkératose, accélération du processus de kératinisation, correspond à une réaction défensive de l'épiderme face à des agressions mécaniques

- d'acide tartrique (Sports Akiléine Tano® Spray) ou en réalisant des bains de pieds quotidiens une semaine avant la course avec une décoction d'écorces de chêne (*Quercus robur*) préalablement refroidie ;
- d'utiliser un protecteur sur les zones sujettes aux ampoules tel qu'un gel silicone auto-adhésif et réutilisable (Epitact®), un sparadrap anti-frottements (Mercurochrome®), voire un pansement hydrocolloïde.

Troubles de la kératinisation

L'hyperkératose de protection signe l'épaississement de la couche cornée de l'épiderme qui se développe suite à des agressions répétées de type hyperpression et hyperfriction. L'hyperkératose correspond donc à une réaction défensive de

l'épiderme face à des agressions mécaniques consistant en une accélération du processus de kératinisation. Les kératinocytes meurent prématurément et s'accumulent au niveau de la couche cornée qui s'épaissit alors sur des zones spécifiques. Il en résulte la formation de cors, œils-de-perdrix, durillons, callosités et crevasses, à l'origine d'un inconfort, d'une gêne notoire à la marche, voire de douleurs.

Formes pathologiques

♦ **L'hyperkératose superficielle** ou callosité est une affection très fréquente touchant préférentiellement le talon, la face latérale interne du premier orteil et la première tête métatarsienne [4]. Elle présente des rebords diffus et des dermatoglyphes¹ signant la superficialité de l'atteinte. Elle est plus inesthétique, la peau présentant une rugosité, qu'inconfortable. Plusieurs facteurs prédisposent au développement de callosités :

- déformations du pied (orteils en griffe, hallux valgus, pied plat ou creux) ;
 - mauvais ajustement de la chaussure ;
 - démarche anormale ;
 - peau sèche ;
 - surcharge pondérale.
- ♦ **L'hyperkératose peut être circonscrite et localisée aux orteils**, à l'origine de cors et œils-de-perdrix [4]. Les orteils en griffe ou leur chevauchement, le port de chaussures inappropriées comme les talons hauts ou les chaussures trop étroites à l'avant-pied ou encore la taille trop sévère des ongles prédisposent à leur développement. Le cor apparaît en partie dorsale ou distale des orteils. D'épaisseur variable, il se développe vis-à-vis des articulations interphalangiennes. Un noyau hyperkératosique, qui représente la zone où la pression exercée est maximale, se forme

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8508278>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8508278>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)