



EXPRESS SCRIPTS®



Pied d'athlète

fr.express-scripts.ca

Qu'est-ce que le pied d'athlète?

Le pied d'athlète est une infection fongique de la peau qui se caractérise par des rougeurs, des démangeaisons et une desquamation (peau qui s'écaille ou qui pèle). Le pied d'athlète peut également se répandre par contact direct à d'autres parties du corps, comme les aisselles et l'aîne. Il touche surtout les adolescents et les hommes.



Qu'est-ce qui cause le pied d'athlète?

Les champignons comme *Trichophyton rubrum*, *Trichophyton mentagrophytes* et *Epidermophyton floccosum* prolifèrent dans les endroits humides.

Comment se transmet le pied d'athlète?

- Par contact direct avec la zone infectée.
- Par contact indirect avec des surfaces contaminées, comme le vestiaire et les douches dans les centres de conditionnement physique.

Quoi faire pour prévenir le pied d'athlète?

- Changer et laver les chaussettes fréquemment.
- Avoir une bonne hygiène des pieds – les laver avec de l'eau et du savon, surtout entre les orteils, et bien les sécher.
- Ne pas se promener pieds nus dans des endroits publics, par exemple les vestiaires des centres de conditionnement physique.
- Ne pas prêter d'articles personnels comme une serviette.

Comment traiter le pied d'athlète?

Produits en vente libre

Les produits en vente libre, notamment les crèmes ci-dessous, peuvent aider à soulager les symptômes et à traiter le pied d'athlète. Il faut appliquer ces crèmes deux fois par jour sur des pieds propres et secs, ou selon les directives de votre professionnel de la santé, pendant une période d'au moins 4 semaines, y compris 1 à 2 semaines après la disparition de la lésion pour éviter qu'elle revienne.

1. Clotrimazole 1 % (crème Canesten pour le pied d'athlète)
2. Nitrate de miconazole 2 % (Micatin) – offert en crème, en aérosol et en poudre
3. Tolnaftate 1 % (crème Tinactin) – offert en crème, en vaporisateur, en gel et en aérosol

Les effets secondaires de ces crèmes sont légers et rares. Une irritation locale de la peau, des rougeurs et des démangeaisons en seraient quelques-uns.

Nota : L'huile de Mélaleuca a été utilisée pour traiter diverses infections de la peau; toutefois, il n'y a aucune preuve à l'appui comme quoi cette huile peut servir à traiter le pied d'athlète.

Médicaments d'ordonnance

Votre professionnel de la santé pourrait vous recommander des médicaments d'ordonnance si les produits en vente libre ne réussissent pas à régler le problème, malgré une application appropriée. Cela peut signifier que vous avez une infection qui résiste aux produits en vente libre. Penlac, le fluconazole par voie orale, l'itraconazole, le kétoconazole et la terbinafine figurent parmi les produits antifongiques d'ordonnance.

Signes d'un problème - Quand consulter un médecin?

- Si l'éruption cutanée laisse écouler du pus, cela signifie que la lésion est infectée.
- Si l'éruption cutanée est très enflammée, écorchée et présente une plaie ouverte ou est douloureuse.
- Enfant de moins de 12 ans
- Si vous souffrez d'autres conditions maladies comme le diabète ou le cancer.
- Si un de vos ongles d'orteil est épais et décoloré, il pourrait s'agir d'une infection fongique de l'ongle. Un traitement plus fort serait alors indiqué.
- Consultez votre médecin si vos symptômes n'ont pas disparu complètement après six semaines, même si vous utilisez les produits en vente libre de manière appropriée.

Conseils

- Nettoyez les appareils d'exercice avant de les utiliser.
- Portez des pantoufles ou des sandales dans les endroits publics, par exemple à la piscine ou au spa.
- Ne prêtez pas vos objets personnels comme les serviettes, les pantoufles ou les souliers.
- Gardez vos pieds propres, assurez-vous qu'ils sont secs avant d'enfiler des chaussettes.
- Terminez le traitement même si vous constatez une amélioration des symptômes, car c'est très important pour empêcher que le problème revienne.

Avis de non-responsabilité : Les renseignements contenus dans cette page ne sont pas destinés à remplacer les conseils de votre pharmacien ni de votre médecin. Si vous avez des questions précises sur votre santé, veuillez communiquer avec votre professionnel de la santé. Si vous avez des questions précises sur votre santé, veuillez communiquer avec votre professionnel de la santé.

Références (en anglais seulement) :

1. Mayo Clinic Staff. Diseases and conditions – athlete's foot. Mayo Clinic. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/athletes-foot/basics/definition/con-20014892>. Publié le 24 janvier 2014. Accédé le 18 janvier 2016.
2. Cole GW. Athlete's foot. MedicineNet. http://www.medicinenet.com/athletes_foot/article.htm. Mis à jour le 4 février 2015. Accédé le 18 janvier 2016.