



# INFECTION CONTAGIEUSE

ET RECIDIVANTE,  
ELLE PEUT TOUCHER CHACUN  
D'ENTRE NOUS...

**80% DES FRANÇAIS  
HÉBERGERAIENT LE  
VIRUS À L'ÉTAT LATENT**

**2 MILLIONS**  
DE PERSONNES ATTEINTES  
D'HERPÈS GÉNITAL.

## De quoi s'agit-il ?

L'herpès est une maladie infectieuse qui peut se manifester sur le visage ainsi que sur d'autres régions du corps telles que les doigts ou les parties génitales. Elle est due à **un virus** (l'Herpès Simplex Virus) dont il existe principalement deux souches. > **La souche de type 1** est responsable de la majorité des herpès situés au-dessus de la taille.

**L'herpès de la lèvre**, ou **herpès labial**, communément appelé "**bouton de fièvre**", est certainement la forme la plus répandue. Mais le virus peut également se développer dans la bouche, le nez ou autour des yeux.

- **La souche de type 2** correspond le plus souvent à l'**herpès génital** qui est une infection sexuellement

transmissible. L'herpès touche généralement les parties intimes mais aussi parfois les fesses et les cuisses.

## Un virus qui reste à vie dans l'organisme !

L'herpès est en effet lié à un virus qui demeure en permanence dans l'organisme. La première infection a fréquemment lieu dans l'enfance et passe inaperçue dans 90% des cas ! Or le virus ne disparaît pas : il s'installe et établit son "quartier général" dans le ganglion le plus proche. Il sommeille, attendant un signal extérieur pour regagner de sa virulence et se réactiver. Une fois la personne infectée par le virus, l'herpès peut donc revenir sous forme de **poussées**, de manière répétitive et selon des

intervalles plus ou moins longs.

En parallèle, **différents facteurs favorisent les récurrences** : stress, fatigue, mauvaise alimentation, exposition au soleil, règles, fièvre, traumatisme, etc... Il est important d'identifier ces facteurs ou les circonstances déclenchant les rechutes afin de les éviter au maximum et ainsi en prévenir l'apparition.

## Comment se manifeste l'herpès ?

L'herpès ne présente parfois aucun signe et les porteurs du virus ignorent donc leur état. Seuls 15 à 20% présentent des manifestations cliniques récurrentes, soit 10 à 15 millions de personnes. Pour l'herpès labial, les personnes peuvent ressentir des picotements,

des démangeaisons ou des sensations de brûlure autour de la bouche, avant l'apparition de lésions. Surgit alors sur le bord de la lèvre une éruption de vésicules dites "en bouquet" qui devient alors rouge et légèrement gonflée. Ces vésicules, qui contiennent un liquide clair se rassemblent parfois pour former une bulle, puis se rompent. Elles font alors place à une **croûte** qui se détache en quelques jours, sans laisser de traces.

Sur le plan génital, l'herpès se caractérise par une ou plusieurs **lésions vésiculaires ou plaies ouvertes**, appelées ulcères. Lors d'une poussée, d'autres symptômes peuvent apparaître : une fatigue inhabituelle, des maux de tête, une inflammation des ganglions, des douleurs musculaires, voire des brûlures au niveau des voies urinaires.

**Le diagnostic doit être établi par un médecin** car l'herpès peut facilement être confondu avec d'autres maladies aux symptômes plus ou moins similaires.

Il s'agit d'une **maladie bénigne qui se soigne bien**. Cependant, il peut exister certaines complications, notamment chez les individus les plus fragiles comme les femmes enceintes et les jeunes enfants, qui doivent être particulièrement surveillés.



## Une maladie très contagieuse...

L'une des caractéristiques principales de l'herpès est son aspect très contagieux, **dès l'apparition des signes précurseurs et jusqu'à la formation des croûtes**. Il se transmet par **contact direct avec un sujet infecté** et n'est absolument pas lié à un défaut d'hygiène.

Toute **personne atteinte doit prendre des précautions** pour ne pas s'autocontaminer et étendre l'herpès à d'autres parties de son corps et pour ne pas contaminer son entourage.

## Traiter les symptômes et prévenir les récurrences

Il n'existe pas de traitement actuellement pour débarrasser l'organisme du virus et éradiquer l'infection définitivement.

Les poussées d'herpès guérissent généralement spontanément en **une ou deux semaines**. Il est possible de les abrégées, mais il convient d'intervenir très tôt dès les premières sensations de brûlures ou de picotements. Le traitement permet également de prévenir la transmission et de raccourcir la période durant laquelle le patient est particulièrement contagieux. Le médecin établit un



traitement selon le profil du patient, la forme de l'herpès, sa gravité et ses symptômes et la présence -ou non- de douleurs. Les **médicaments antiviraux** (aciclovir, famciclovir, valaciclovir...) sont efficaces. **L'application locale d'une crème ou d'un gel** à visée antivirale soulage également la douleur et favorise une cicatrisation plus rapide des lésions.

## Et l'herpès oculaire ?

Plus rare, il est localisé sur le pourtour de l'œil (paupières, coin interne de l'œil) ou dans l'œil, occasionnant une irritation. Il se traduit par une sensation de sécheresse oculaire, de picotement, des yeux larmoyants, une gêne dans la vision. Lorsque l'on observe ces symptômes, il est important de consulter un médecin sans tarder.

Retrouvez toutes les  
**FICHES  
ESSENTIELLES**  
sur [www.ccmo.fr](http://www.ccmo.fr) - rubrique "ma santé et moi"



## CONSEILS & PRÉVENTION

La prévention constitue une part importante de la prise en charge. Les principales mesures consistent à bien se laver les mains, le plus régulièrement possible, à ne pas prêter ou emprunter d'affaires personnelles comme le linge de toilette, les draps, les verres et couverts ou encore la brosse à dents. Il faut également éviter d'embrasser une personne sur la bouche ou la joue, car les contacts (et la salive) suffisent à transmettre le virus.

De plus, il est important d'éviter de gratter les lésions et d'arracher les croûtes, mêmes si elles sont disgracieuses, cela retarde la cicatrisation et prolonge la contagion. De même, ne pas utiliser de maquillage couvrant tel que le fond de teint, les baumes hydratants ou le rouge à lèvres. Il ne faut également pas désinfecter le bouton de fièvre avec de l'alcool ou des produits de toilette alcoolisés, car ils irritent la peau et entretiennent l'herpès.

## LE SAVIEZ-VOUS ?

L'herpès ne touche pas seulement les êtres humains, mais peut également infecter nos **animaux de compagnie**, même si l'infection est souvent due à un virus différent de celui de l'Homme. Heureusement, **le chat atteint d'un herpès n'est pas contagieux pour son maître**. De même, le virus de l'herpès du chat n'est pas le même que celui du chien. Il n'y a donc pas de risque de contagion de l'un à l'autre...

