

LE ZONA

Publié le 15 mars 2021 par Dr Christophe Haméon-Plante



- Cette maladie virale causant des éruptions cutanées et suivant un dermatome précis (zone délimitée de la peau) est particulièrement fréquente chez les personnes âgées, avec un risque de 30 à 50% selon l'âge et la condition de santé. Tant que les lésions ne sont pas sèches, elle est contagieuse, donc évitez les contacts avec les femmes enceintes, les gens immunodéprimés ainsi que toute personne ou enfant n'ayant pas reçu le vaccin contre la varicelle ou n'ayant pas fait la maladie étant jeune.
- Un vaccin est disponible dès l'âge de 50 ans pour certains, mais suggéré à partir de 65 ans pour la plupart. Le zostavax-II était et est encore disponible, mais contrairement au nouveau vaccin, il est un peu moins efficace et ne peut pas être donné aux gens immunosupprimés. Le vaccin ShingrixMD, plus

récent, est plus efficace et peut être donné même aux gens immunodéprimés. Si vous avez fait un zona, ou si vous avez reçu le vaccin Zostavax IIMC, vous pouvez vous faire vacciner à nouveau, après 1 an, avec le ShingrixMD.

- La complication la plus redoutée de cette maladie est l'apparition de douleur chronique appelée névralgie post-herpétique, ou encore des atteintes oculaires s'il s'agit de la région atteinte.
- Si vous présentez de telles lésions, vous devriez consulter un médecin dans les 72h afin d'initier un traitement efficace visant à réduire les complications de la maladie.

Catégorie: [Vaccination, maladies infectieuses et COVID-19](#)

Étiquette: [À la une](#)

Mais qu'est-ce que le zona, docteur?

De nombreux patients consultent leur médecin de famille pour l'apparition de lésions cutanées et une des pathologies les plus fréquemment diagnostiquées est le zona.

En effet, le zona est une infection d'origine virale très répandue, qui affecte notamment la peau. Elle touche près du quart des adultes durant leur vie et le risque d'en être atteint augmente avec l'âge et le déclin immunitaire associé au vieillissement. Avant la création de vaccins, entre 90 et 95% des individus nés au Canada étaient infectés par le virus responsable du zona.

Ce virus en question s'appelle la Varicella Zoster (VZV). Une première infection à ce micro-organisme engendrera la varicelle. C'est pourquoi le zona représente une réactivation tardive du virus responsable de la varicelle. Effectivement, une fois la varicelle résolue, le VZV migre dans les ganglions de notre système nerveux où il tombe dans un état de dormance. Autrement dit, il devient inactif dans nos cellules nerveuses durant plusieurs mois ou plusieurs années et ne cause aucun symptôme.

Quels sont les facteurs de risque de développer cette infection?

Toutes circonstances qui affaiblissent notre système immunitaire peuvent mener à la réactivation du VZV. L'avancement en âge, la prise d'un traitement immunosuppresseur, le SIDA ou même un stress psychologique peuvent « réveiller » le virus, ce qui provoquera de la douleur et une éruption cutanée. Le risque de développer le zona au cours de sa vie est d'environ 30%, mais pourrait monter jusqu'à 50% pour les gens vivant jusqu'à 85 ans.

Comment se manifeste cette maladie (les signes et symptômes)?

Lors des premiers jours qui précèdent l'apparition de lésions à la peau, il est possible de ressentir une douleur qu'on qualifie de « neuropathique », soit un type de douleur qui peut être perçu comme une

brûlure, un picotement ou des chocs électriques. Des plaies apparaîtront ensuite sur la zone cutanée douloureuse. Certains patients développent malheureusement des douleurs incapacitantes qui persistent sur une longue période de temps, ce qui représente une des principales complications du zona.

Ces lésions se présentent typiquement comme des bulles de taille millimétrique, que nous appelons des vésicules dans le jargon médical. Celles-ci sont alors rassemblées en grappes et se présentent sur un fond rougeâtre. Puisque ces vésicules sont fragiles et contiennent une petite quantité de liquide, elles peuvent fissurer et devenir croûteuses.

Le zona est unilatéral, c'est-à-dire qu'il touche un territoire bien précis de notre corps (soit à gauche, soit à droite), sans traverser la ligne médiane. Ces territoires se nomment des dermatomes, soit des zones de peau innervées par un nerf spécifique (comme le montre l'image ci-dessous). Par exemple, si le dermatome T2 gauche est touché par le zona, la peau correspondant au même dermatome du côté droit devrait être saine. Si les deux côtés sont affectés, le diagnostic devrait être reconsidéré.

Comment faire pour savoir si j'ai le zona?

Concernant le diagnostic, le questionnaire et l'examen physique sont parfois suffisants pour conclure à un zona. Cependant, il est possible de faire une culture pour confirmer la présence du virus. Nous vous recommandons donc de consulter votre médecin de famille pour vous assurer du diagnostic et d'initier un traitement rapidement, si nécessaire.

Existe-t-il un traitement?

Afin de résoudre l'éruption plus rapidement et de soulager la douleur, un traitement antiviral doit être débuté **dans les 72 heures** suivant l'apparition des lésions, d'où l'importance pour le patient de consulter précocement. Certaines études suggèrent que de débiter un traitement permettrait de diminuer le risque de douleur chronique parfois associé à la maladie. Si vous continuez à avoir des douleurs malgré le traitement initial, faites un suivi avec votre médecin afin d'ajuster le traitement. Il est à noter qu'après avoir fait un épisode de zona, nous ne nous sommes pas débarrassés du virus. 6-12 mois après l'épisode, le risque redevient le même qu'avant. Vous pouvez donc vous faire vacciner 1 an après avoir contracté la maladie pour prévenir un 2e épisode. Si vous avez fait un zona ophtalmique

(qui atteint l'œil), vous devriez voir un ophtalmologue et il faut attendre la fin de l'atteinte ophtalmique et l'accord de votre médecin avant de vous faire vacciner.

Et s'il y avait un vaccin?...

Comme le dit l'adage, mieux vaut prévenir que guérir! C'est pourquoi des vaccins ont été créés afin de favoriser la prévention du zona et de diminuer les risques de douleur chronique. Il y a eu le Zostavax II, mais son efficacité diminuait avec l'âge et comme il s'agit d'un vaccin vivant atténué, il n'est pas possible de le donner chez les gens immunodéprimés. Depuis janvier 2018, nous avons maintenant accès au Shingrix, dont l'efficacité a été reconnue comme étant meilleure et devrait être privilégiée lorsque possible. Ce dernier nécessite deux doses espacées de quelques mois.

Le vaccin prévenant le zona ou ses complications est recommandé pour les personnes de **65 ans et plus**, mais peut aussi être offert dès l'âge de **50 ans**. Il est disponible en pharmacie et dans certaines cliniques de vaccination, mais ce service est payant.

Le vaccin (payant) est aussi autorisé chez les 18 à 49 ans chez qui le risque de faire un zona ou d'avoir une complication liée à l'infection est plus grand en raison d'une maladie chronique (ces conditions médicales sont l'arthrite rhumatoïde, le lupus érythémateux disséminé, la maladie inflammatoire de l'intestin, la maladie pulmonaire obstructive chronique ou l'asthme, les maladies rénales chroniques ou le diabète sous insuline).

Cependant, depuis 2023, le vaccin est offert gratuitement pour les personnes de 80 ans ou plus, ainsi que pour les personnes immunodéprimées âgées de 18 ans ou plus. En effet, le risque de développer des complications ou de la névralgie post-herpétique (douleurs chroniques 2aire à un épisode de zona) est plus importante plus on avance en âge.

Si vous avez déjà été vacciné par le passé avec Zostavax IIMD, il pourrait être utile de vous refaire vacciner avec le Shingrix MD afin d'avoir une meilleure protection. Il faudra cependant attendre 1 an après le dernier vaccin avant de le faire. Selon les études, l'efficacité du vaccin est excellente plusieurs années après son administration.

De même, si vous avez fait le zona, il est suggéré d'attendre 1 an avant de vous refaire vacciner contre le zona puisque c'est après 6 à 12 mois que la protection naturelle contre une infection au zona semble disparaître.

Dernière mise à jour: 2023-09-06