



## Fiche d'Information pour les Patients Atteints d'Herpès

### Qu'est-ce que l'herpès ?

L'herpès est une infection virale causée par le virus de l'herpès simplex (HSV). Il existe deux types principaux :

- **HSV-1** : souvent responsable de l'herpès buccal (boutons de fièvre).
- **HSV-2** : associé principalement à l'herpès génital.

Noter que 80% des adultes ont des anticorps (après le début de l'activité sexuelle), et que le pic d'infestation de la maladie se situe dans les 5 premières années de vie (primo infection asymptomatique dans 90% des cas).

### Causes

L'herpès se transmet par contact direct avec une lésion active ou avec des sécrétions contenant le virus.

- Contact buccal pour l'herpès labial.
- Contact sexuel pour l'herpès génital.
- Transmission possible même en l'absence de symptômes visibles.

### Facteurs de risque

- Rapports sexuels non protégés.
- Partenaires multiples.
- Système immunitaire affaibli.
- Facteurs déclenchants : exposition solaire, traumatisme local, infection, fièvre, chirurgie locale, menstruations, fatigue, stress etc.

### Signes et symptômes

- La primo infection est asymptomatique (la plupart du temps) ou sévère : fièvre, inflammation locale avec ulcérations, dans la bouche : hypersalivation, difficultés à avaler, déshydratation / en région génitale : douleurs, difficultés à uriner, écoulement, ganglions.

Les récurrences sont stéréotypées :

- **Herpès buccal** :
  - Vésicules douloureuses autour des lèvres ou de la bouche, parfois narine, joue, menton ou autre localisation cutanée.
  - Démangeaisons, brûlures ou picotements avant l'apparition des lésions.
- **Panaris herpétique** :
  - Atteinte sur les pulpes et faces latérales des doigts, ou paume ou poignet.
- **Herpès génital** :
  - Lésions rouges ou vésiculeuses sur les parties génitales.
  - Démangeaisons, douleurs et parfois fièvre ou douleurs musculaires.



## Diagnostic

Le diagnostic repose sur :

- L'examen clinique.
- Des prélèvements sur les lésions pour identifier le virus. La sérologie n'a pas d'intérêt en pratique sauf éventuellement en cas de primo-infection.

## Traitements

L'herpès ne peut pas être guéri définitivement (le virus reste présent à l'état endormi), mais des traitements permettent de réduire la fréquence et la gravité des poussées.

## Médicaments antiviraux

- **Aciclovir, Valaciclovir** : pour raccourcir la durée des crises et prévenir les récurrences.

## Mesures d'hygiène

- Évitez de manipuler les lésions et évitez de vous frotter les yeux.
- Lavez-vous les mains fréquemment.
- Évitez les baisers ou partage du linge de toilette avec les enfants ou nourrissons (contagiosité).
- En cas d'herpès génital, utilisez des préservatifs pour réduire le risque de transmission.

## Prévention

- Utilisez des préservatifs lors des rapports sexuels.
- Évitez les contacts directs avec des lésions actives.
- Limitez le nombre de partenaires sexuels.

## Conseils pratiques

- Évitez les déclencheurs connus : fatigue, stress, fièvre, infections, règles, irradiation ultraviolette, lésions tissulaires (dermabrasion cutanée, chirurgie dentaire) etc.
- Appliquez les traitements dès les premiers signes d'une poussée.
- Discutez avec votre médecin des options pour réduire les récurrences.

## Quand consulter ?

- Si vous avez des symptômes d'herpès pour la première fois ou si vous êtes enceinte.
- Si les poussées sont fréquentes ou sévères.
- Si les traitements habituels ne sont pas efficaces.

L'herpès est une infection courante. Une prise en charge adaptée permet de mieux vivre avec le virus et de réduire la transmission.