



## **Notalgie paresthésique**

Fiche d'information pour les patients

### **Qu'est-ce que c'est ?**

La notalgie paresthésique est une **affection bénigne de la peau liée à un problème nerveux**. Elle se manifeste principalement par une **démangeaison localisée dans le dos**, le plus souvent d'un seul côté. Une coloration plus foncée de la peau peut apparaître à l'endroit où l'on se gratte.

### **Pourquoi apparaît-elle ?**

Cette affection est due à une irritation ou un "blocage" de petits nerfs situés au niveau du dos, issus de la colonne vertébrale (région entre les omoplates).

Ce phénomène entraîne une sensation de démangeaison chronique, sans lésion cutanée initiale.

Le lien avec certaines anomalies de la colonne (comme l'arthrose) est possible.

### **Qui est concerné ?**

La notalgie paresthésique touche plus souvent les femmes.

Elle peut survenir à tout âge adulte.

### **Comment se manifeste-t-elle ?**

Les symptômes typiques sont :

- Démangeaisons localisées dans le haut ou le milieu du dos
- Atteinte souvent d'un seul côté
- Sensations anormales possibles (picotements, brûlures)
- Apparition possible d'une tache plus foncée liée au grattage

La peau est par ailleurs normale, sans lésion spécifique au départ.

L'examen neurologique est habituellement normal.

### **Comment fait-on le diagnostic ?**

Le diagnostic est clinique, basé sur les symptômes et l'examen médical.

Des examens complémentaires ne sont généralement pas nécessaires.

Dans certains cas, des examens du dos peuvent être discutés.

### **Quelle est l'évolution ?**

La maladie évolue de manière chronique.

Les symptômes peuvent durer longtemps, avec des périodes d'amélioration et de rechute.

### **Quels sont les traitements ?**

Il n'existe pas de traitement unique, mais plusieurs options pour soulager les symptômes.

Les traitements locaux sont souvent proposés en premier (crèmes). D'autres traitements sont possibles selon les cas (médicaments agissant sur les nerfs notamment). L'efficacité des traitements est variable selon les patients.

### **À retenir**

La notalgie paresthésique est une affection fréquente, bénigne mais parfois gênante. Elle est liée à un problème nerveux local et non à une maladie grave de la peau. Une prise en charge adaptée permet souvent d'améliorer les symptômes.