



Fiche d'Informations pour les Patients atteints de Phénomène de Raynaud

Généralités

Le phénomène de Raynaud est un trouble vasculaire touchant principalement les extrémités (doigts, orteils), caractérisé par des épisodes de vasoconstriction excessive en réponse au froid (ou au stress). Il existe deux formes :

- **Phénomène de Raynaud primaire** : forme bénigne, sans cause sous-jacente.
- **Phénomène de Raynaud secondaire** : associé à des pathologies sous-jacentes comme la sclérodermie, le lupus ou des troubles vasculaires.

Clinique

- Changement de couleur des doigts ou orteils en trois phases : blanche (ischémie), bleue (hypoxie), rouge (reperfusion).
- Sensations de picotements, engourdissement ou douleur.
- Déclenché par le froid, le stress ou les émotions fortes.
- Parfois, complications possibles dans les formes secondaires (ulcères, nécrose digitale).

Facteurs de Risque

- Sexe féminin.
- Antécédents familiaux.
- Exposition au froid ou vibrations répétées (travail manuel, instruments vibrants).
- Prise de certains médicaments (bêta-bloquants, vasoconstricteurs, pilule oestro-progestative, amphétamines, dérivés de l'ergot de seigle, sumatriptan, clonidine).
- Maladies auto-immunes associées dans les formes secondaires.

Examens Complémentaires

- Capillaroscopie pour examiner les micro-vaisseaux.
- Recherche d'auto-anticorps (anticorps anti-nucléaires) et prise de sang complémentaire en cas d'allure secondaire du phénomène de Raynaud.
- Bilan vasculaire et scanner dans certains cas.

Evolution

Maladie de Raynaud (primaire) : stable dans le temps, poussées selon les facteurs déclenchants, exposition au froid, évolution bénigne.

Phénomène de Raynaud secondaire : amélioration si prise en charge de l'étiologie sous-jacente.

Prise en Charge et Traitement

Mesures Générales

- Protection contre le froid : gants, chaussettes chaudes.



- Arrêt du tabac et limitation de la caféine (facteurs aggravants).
- Eviter les médicaments favorisants, oestrogènes et bêtabloquants notamment.
- Éviter les traumatismes répétés (vibrations, gestes répétitifs).

Traitements Médicamenteux

- Inhibiteurs calciques (nifédipine, amlodipine, nicardipine, félodipine) ou antagonistes du récepteur de l'angiotensine II en cas de symptômes invalidants.
- Vasodilatateurs en cas de formes sévères ou phénomène de Raynaud secondaire.
- Toxine botulique : en cas de forme sévère et phénomène de Raynaud secondaire.
- Traitements spécifiques en fonction de la cause dans les formes secondaires.

Conclusion

Le phénomène de Raynaud est souvent bénin mais peut nécessiter une prise en charge en cas de forme secondaire. Une bonne protection contre le froid et un suivi adapté permettent de limiter les symptômes et améliorer la qualité de vie.